

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
FARG'ONA DAVLAT UNIVERSITETI

**FarDU.
ILMIY
XABARLAR-**

1995 yildan nashr etiladi
Yilda 6 marta chiqadi

2-2022

**НАУЧНЫЙ
ВЕСТНИК.
ФерГУ**

Издаётся с 1995 года
Выходит 6 раз в год

FarDU. ILMIY XABARLAR – НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК.ФЕРГУ

Muassis: Farg'ona davlat universiteti.

«FarDU. ILMIY XABARLAR – НАУЧНЫЙ ВЕСТНИК. ФерГУ» "Scientific journal of the Fergana State University" jurnali bir yilda olti marta elektron shaklda nashr etiladi.

Jurnal filologiya, kimyo hamda tarix fanlari bo'yicha O'zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasining doktorlik dissertatsiyalari asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlar ro'yxatiga kiritilgan.

Jurnaldan maqola ko'chirib bosilganda, manba ko'rsatilishi shart.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2020 yil 2 sentabrda 1109 raqami bilan ro'yxatga olingan.

Muqova dizayni va original maket FarDU tahririy-nashriyot bo'limida tayyorlandi.

Tahrir hay'ati

Bosh muharrir
Mas'ul muharrir

SHERMUHAMMADOV B.SH.
ZOKIROV I.I

FARMONOV Sh. (O'zbekiston)
BEZGULOVA O.S. (Rossiya)
RASHIDOVA S. (O'zbekiston)
VALI SAVASH YYELEK (Turkiya)
ZAYNOBIDDINOV S. (O'zbekiston)

JEHAN SHAHZADAH NAYYAR (Yaponiya)
LEEDONG WOOK. (Janubiy Koreya)
A'ZAMOV A. (O'zbekiston)
KLAUS XAYNSGEN (Germaniya)
BAXODIRXONOV K. (O'zbekiston)

G'ULOMOV S.S. (O'zbekiston)
BERDISHEV A.S. (Qozog'iston)
KARIMOV N.F. (O'zbekiston)
CHESTMIR SHTUKA (Slovakiya)
TOJIBOYEV K. (O'zbekiston)

Tahririyat kengashi

QORABOYEV M. (O'zbekiston)
OTAJONOV S. (O'zbekiston)
O'RINOV A.Q. (O'zbekiston)
KARIMOV E. (O'zbekiston)
RASULOV R. (O'zbekiston)
ONARQULOV K. (O'zbekiston)
YULDASHEV G. (O'zbekiston)
XOMIDOV G'. (O'zbekiston)
DADAYEV S. (O'zbekiston)
ASQAROV I. (O'zbekiston)
IBRAGIMOV A. (O'zbekiston)
ISAG'ALIYEV M. (O'zbekiston)
TURDALIYEV A. (O'zbekiston)
AXMADALIYEV Y. (O'zbekiston)
YULDASHOV A. (O'zbekiston)
XOLIQOV S. (O'zbekiston)
MO'MINOV S. (O'zbekiston)
MAMAJONOV A. (O'zbekiston)

ISKANDAROVA Sh. (O'zbekiston)
SHUKUROV R. (O'zbekiston)
YULDASHEVA D. (O'zbekiston)
JO'RAYEV X. (O'zbekiston)
KASIMOV A. (O'zbekiston)
SABIRDINOV A. (O'zbekiston)
XOSHIMOVA N. (O'zbekiston)
G'OFUROV A. (O'zbekiston)
ADHAMOV M. (O'zbekiston)
XONKELDIYEV Sh. (O'zbekiston)
EGAMBERDIYEVA T. (O'zbekiston)
ISOMIDDINOV M. (O'zbekiston)
USMONOV B. (O'zbekiston)
ASHIROV A. (O'zbekiston)
MAMATOV M. (O'zbekiston)
SIDDIQOV I. (O'zbekiston)
XAKIMOV N. (O'zbekiston)
BARATOV M. (O'zbekiston)

Muharrir: Sheraliyeva J.

Tahririyat manzili:

150100, Farg'ona shahri, Murabbiylar ko'chasi, 19-uy.
Tel.: (0373) 244-44-57. Mobil tel.: (+99891) 670-74-60
Sayt: www.fdu.uz. Jurnal sayti

Bosishga ruxsat etildi:

Qog'oz bichimi: - 60×84 1/8

Bosma tabog'i:

Ofset bosma: Ofset qog'oz.

Adadi: 10 nusxa

Buyurtma №

FarDU nusxa ko'paytirish bo'limida chop etildi.

Manzil: 150100, Farg'ona sh., Murabbiylar ko'chasi, 19-uy.

Farg'ona,
2022.

J.Xudoyberdiyev, A.Reymov, R.Kurbaniyazov, SH.Namazov, O.Badalova, A.Seytnazarov Qoraqalpog‘istonning jelvakli fosforit uni asosidagi faollashgan superfosfat	248
M.Ahmedov, Z.Teshaboyev “Hayot davomida o‘qish” tamoyili asosida innovatsion xarakterga ega bo‘lgan “mavzu ishlanmasi” tayyorlash.....	255
KIMYO	
S.Samatov, A.Ikramov, O.Ziyadullayev, S.Abduraxmanova Benzaldegid va uning xosilalarini fenilatsetilen ishtirokida enantioselektiv alkinillash jarayoni.....	259
I.Asqarov, G‘.Madrahimov, M.Xojimatov ³ O-ferrotsenil benzoy kislotasini ayrim hosilalarining biologik faolligini o‘rganish	267
U.Mamatkulova, X.Isakov, I.Askarov Sarimsoqpiyoz va po‘stining kimyoviy tarkibi, shifobaxshlik xususiyatlari.....	271
I.Askarov, Z.Nazirova Qizil lavlagi tarkibidagi ayrim kimyoviy birikmalar va ularning ahamiyati	275
I.Asqarov, B.Nizomov Yeryong‘oq va yong‘oq mevasining qiyosiy kimyoviy tarkibi va shifobaxsh xususiyatlari	279
I.Mamatova, I.Askarov «Oltin vodiy» oziq-ovqat qo‘shilmasining giperglikemik xususiyatlari	283
I.Askarov, X.Isakov, SH.Turaxonov Monometilolmochevinagallat efirlarini olish	286
BIOLOGIYA, QISHLOQ XO‘JALIGI	
A.Xusanov D.Kapizova, G.Zokirova, N.Oxunova Farg‘ona vodiysi sharoitida ochiq urug‘li daraxt va butalarning so‘ruvchi fitofaglari (Iachnidae, diaspididae): faunasi va ekologiyasi.....	290
M.Nazarov, M.Ma‘murova, A.Xamidov M.Mirzaxalilov Baliqchilik xo‘jaligi hovuzlarida fitoplankton tarkibi va o‘simlikxo‘r baliqlarni yetishtirishda ularning o‘rni	295
ILMIY AXBOROT	
Z.Xosilova Oshiqcha tana vazni va uning aholi guruhlari (18-59 yoshlilar) orasida uchrash holati	299
S.Mamadaliyeva, M.Omonova, B.Saydaliyev Mahalliy xomoshyodan adsorbentlarda parafinni chuqur tozalash uchun kombinirlangan texnologiya	302
A.Xolikulov Buxoro xonligining Rossiya bilan siyosiy aloqalari tarixidan.....	306
X.Jumaniyozov Markaziy Osiyoning tabiiy-geografik, ijtimoiy-iqtisodiy, logistik imkoniyatlarining geosiyosiy jarayonlarga ta’siri.....	312
A.Hakimov Sovet davri maktab o‘qituvchilarining kundalik hayoti	316
G‘.Israilov Sakkokiy adabiy merosi o‘rganilishi manbalari xususida.....	321
S.Xoliqov Milliy xavfsizlikni ta’minlash jarayonida O‘zbekiston respublikasi Oliy Majlisi senati ishtirokining tashkiliy va nazariy-huquqiy asoslari	325
O.Axmadjonova Badiiy asarda psixologik (ruhiy) tahlil printsiplari va usullari.....	330
D.Buzrukova “Muhabbat” konseptining lingvomadaniy o‘ziga xosligi	334
K.Topvoldiyev Lermontov M.Yu. asarlarida XIX asr kavkazi.....	338
S.Abduraxmonov, SH.Ibragimov Ta’lim tizimida baholashning asosiy mezonlari va uning ahamiyati	345
A.U.Choriyev, G.O Temirova, Yetuk kimyogar, kamtarin olim	349

**OSHIQCHA TANA VAZNI VA UNING AHOLI GURUHLARI (18-59 YOSHLILAR)
ORASIDA UCHRASH HOLATI****ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС И ЕГО СОСТОЯНИЯ МЕЖДУ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ (18-59 ЛЕТ)****OVERWEIGHT AND ITS CONDITIONS BETWEEN POPULATION GROUPS (18-59
YEARS)****Xosilova Ziyofat Begmurovatovna¹****¹Xosilova Ziyofat Begmurovatovna**– *Qarshi davlat universiteti tadqiqotchisi.***Annotatsiya**

Davr kasalliklari sirasiga kiritiladigan semizlik yoki tana massasining oshiqchaligi bugungi kunda ko'p kuzatiladigan holat hisoblanadi. Bu holatning mavjud bo'lishi inson organizmida ko'plab fiziologik funksiyalarga o'z ta'sirini ko'rsatadi. Jumladan, yurak-qon tomir, ovqat hazm qilish, nafas tizimi va hokazolarda bir qator kasalliklari kelib chiqishiga sabab bo'ladi.

Аннотация

Ожирение или избыточный вес, являющийся одним из заболеваний того периода, сегодня является одним из наиболее распространенных состояний. Наличие этого состояния влияет на многие физиологические функции в организме человека. Он вызывает ряд заболеваний, в том числе сердечно-сосудистых, пищеварительных, респираторных и других.

Abstract

Obesity or overweight, which is one of the diseases of the period, is one of the most common conditions today. The presence of this condition affects many physiological functions in the human body. It causes a number of diseases, including cardiovascular, digestive, respiratory and others.

Kalit so'zlar: tana massasi indeksi, aholi guruhlari, antropometr, harakatlanuvchi yog'lar.

Ключевые слова: индекс массы тела, группы населения, антропометр, движущиеся жиры.

Keywords: body mass index, population groups, anthropometer, moving fats.

KIRISH

Ma'lumki, vujudagi barcha hayotiy jarayonlarning borishida moddalar almashinuvi hal qiluvchi rol o'ynaydi. Moddalar almashinuvi o'z o'rnida oqsil, yog', uglevod, mineral moddalar, vitaminlar, suv va boshqa almashinuv turlariga bo'linadi. Hayot davom etishi uchun har bir organizmda aytib o'tilgan moddalar almashinuv turlari bir-biri bilan doimiy ravishda bog'liq holda yuz beradi. Agar oqsil almashinuvi organizmning o'sishi va rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynasa, uglevodlar va yog'lar almashinuvi organizmni tegishli energiya bilan ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Tanada yog'larning to'planishi turli-tuman yo'llar bilan amalga oshiriladi va hozirda uning 4 ta turi farqlanadi:

- birinchidan, hujayra sitoplazmasidagi oqsillar bilan fizikaviy va kimyoviy bog'lanish;
- ikkinchidan yog' to'qimalarida;
- uchinchidan to'qimalar orasida;
- to'rtinchidan ichki a'zolar hujayralarida infiltratsiyalanishi.

Odatda yog'lar 2 turga bo'linadi: sarflanadigan ya'ni harakat qiladigan yog'lar (yog' klechatkalaridagi yog' depolari) hamda cho'kma yog'lar yoki sitoplazmatik yog'lar deyiladi. Bu turdagi yog'lar moddalar almashinuvida faol qatnashib, organizm uzoq vaqt och qolganida ham kamayadi. Hujayra yadrosining po'stiga ular oqsillar bilan birikib, lipoproteidlar shaklida to'planadi. Cho'kma yog'lar yana yadro, yadrochalarning po'sti va turli-tuman membrana tarkibida ham uchraydi.

Sarflanuvchi yog'lar yog' to'qimalarida to'planib, me'yoriy ovqatlanish qoidalariga rioya qilib yurgan odamlarda tana vaznining o'rtacha 16 % ini tashkil qiladi. Bu yog'lar tananing turli qismlarida turlicha tarqalgan bo'ladi. Uning eng kam uchraydigan joyi bosh terisining tagida kuzatiladi. Aytilgan yog'ning ko'proq qismi ko'krak va qorin sohasidagi teri tagida, bel va dumg'azada, shuningdek charvi va ichak tutqichlarida mavjud bo'ladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Biz olib borgan tadqiqotlar aholi orasida oshiqcha tana vazni va semizlikni aniqlashga qaratilgan bo'lib, ularni amalga oshirishda hozirgi zamon nutrisiologiyasida keng qo'llaniladigan oddiy usullardan foydalanildi. Kuzatuvlarimiz bahor va kuz oylarida Qashqadaryo viloyatining cho'llashgan regionlari (Kasbi va Nishon) da olib borildi. Kuzatuvda jami bo'lib, 100 kishidan ortiq ayol va erkak respondentlar qatnashgan. Kuzatuvlarimizda asosan bo'y uzunligi (tana uzunligi yog'och rostomer yoki Martinning metall antropometridan foydalanildi) hamda tana massasi aniqlandi, bunda pol yuzasiga qo'yiladigan tarozilardan foydalanildi. Ushbu tarozi yordamida 125 kg.gacha bo'lgan massani aniq o'lchash mumkin (tarozining aniqlik darajasi 100 gramm). Bundan tashqari respondentlarning qon bosimi va o'pkaning tiriklik sig'imini aniqlashda Korotkov usuli bilan o'lchanadigan sfigmomonometr hamda havoli spirometrlardan foydalanildi.

NATIJALAR

Tana massasini aniqlashda uning me'yoriy darajasi yoki me'yordan kam-ko'pligi Kettle indeksini aniqlash bo'yicha olib borildi. Bunda tana vazni va og'irlik ko'rsatkichlari to'g'ridan-to'g'ri o'lchanadi. Natijaning bo'lishi teri ostidagi yog' qatlamiga bog'liq. Kettle indeksini topish uchun quyidagi formuladan foydalaniladi:

$$Q = \text{kg/m}^2$$

Bu yerda Q-Kettle indeksi, kg-tana massasi, m - bo'y uzunligi.

Kettle indeksining me'yoriy kattaliklari sifatida o'rta yosh odamlar uchun 18,5-25% kattaliklar oralig'i belgilangan. Kettle indeksining 34-36 yoshli sog'lom kishilar uchun me'yoriy kattaligi 22,9-27,9 kg/m² atrofida bo'ladi. Kattalar uchun tavsiya qilingan tana massasining me'yorlari uning jinsi, yoshi va tana uzunligiga bog'liq bo'ladi. Agar tana massasi tanada yog' to'planishi hisobiga 10-15 % ga oshsa, me'yordan oshiq tana massasi bo'lib, bu holat semizlik kasalligi hisoblanmaydi. Semizlik kelib chiqishiga ko'ra quyidagi darajalarda ifodalanadi:

I-daraja – tana massasining 10-29 % ga oshishi; II-daraja – 30-49 %; III-daraja – 50-99 %; IV-daraja – 100 % va undan ziyod.

Quyidagi jadvalda tekshirishlarimiz natijasida ikki guruh (ayol va erkaklar) dagi ko'rsatkichlar izohlangan:

№	Tekshiriluvchi guruh	Soni, nafar	Me'yoriy tana massasi, %	I darajali semirish, %	II darajali semirish, %
1	Jami tekshiriluvchilar	55	31	49	20
	Erkaklar	15	46,7	33,3	20
	Xotin-qizlar	40	25	55	
2	18-29 yoshlilar	8	50	50	-
	Erkaklar	-	-	-	-
	Xotin-qizlar	8	50	50	-
3	30-39 yoshlilar	17	53	47	-
	Erkaklar	5	100	-	-
	Xotin-qizlar	12	33,3	66,7	-
4	40-59 yoshlilar	30	13,3	50	36,7
	Erkaklar	10	20	50	30
	Xotin-qizlar	20	10	50	40

Yuqoridagi jadvalda ko'rinib turganidek, ushbu guruhga mansub respondentlar 55 nafarni tashkil qilgan bo'lib, shulardan 15 tasi erkaklar, 40 tasi xotin-qizlardir. Kasbiga ko'ra esa ularning 35 tasi o'qituvchilar, qolgan 20 tasi esa tibbiyot xodimlari bo'lib hisoblanadi.

Kettle indeksi bilan olib borilgan kuzatuvlarimiz shu narsani ko'rsatadiki, umumiy tekshiriluvchilarning 31 foizi me'yoriy tana massasiga ega bo'lgan, qolganlarining 49% i, darajali semiz, 20 foizi esa II darajali semizlar hisoblanadi. Ko'rinib turganidek, respondentlarning 1/3 qismigina me'yoriy tana massasiga ega bo'lib, qolganlari semizlik dardiga giriftor bo'lganlar. Bu hol o'z navbatida keyingi yillarda aqliy mehnat kishilarning (o'qituvchilar, tibbiyot xodimlari va boshqalar) ovqatlanishida ehtiyojdan ko'p, yuqori kalloriyal taomlanishga ruju qo'yganligini ko'rsatadi. Yana shu narsani aytish kerakki, ushbu kontingentdagi aholi vakillarida

Jismoniy faollik (jismoniy ish qilish, sport bilan shug'ullanish va boshqalar) ning kamayganligi umumiy qabul qilingan ovqat tarkibidagi energiyaning esa doimiy ravishda ziyoda bo'lishi tana massasining oshib ketishiga va oqibatda semirish holatlariga olib keladi. Endi barcha respondentlar orasida aytib o'tilgan me'yoriy va semizlik darajalari haqida gapirsak, aytib o'tish joizki, erkaklar o'rtasida me'yoriy tana vazniga ega bo'lish 46,7 foizni tashkil qilsa, xotin-qizlar orasida bu ko'rsatkich 25 foizga teng. Bu hol erkaklarning ayollarga nisbatan turli-tuman jismoniy faoliyat bilan shug'ullanganligini ko'rsatadi.

MUHOKAMA

Xotin-qizlarda bevosita jismoniy ish qilish kamligi bois, agar erkaklarda I darajali semizlik respondentlar orasida 33,3 foizni tashkil qilsa, ayollar orasida 55 foizga teng. II darajali semizlik esa erkaklarda ham xotin-qizlarda ham 20 foizni tashkil qiladi. Respondentlarning yoshiga ko'ra, semizlik darajasi tahlil qilinganida quyidagi natijalar olindi. Ushbu kichik guruhda erkaklar qatnashmadi, xotin-qizlar o'rtasidagi me'yoriy tana massasiga ega bo'lganlar bilan I darajali semizlar barobar ko'rsatkichga ega. 30-39 yoshdagi tekshiriluvchilarda shu narsa diqqatga sazovorki, erkaklarning barchasi Kettle indeksi nuqtai-nazaridan 100 % me'yoriy tana massasiga ega, 12 nafarini tashkil qilgan xotin-qizlar esa me'yoriy tana massasiga ega bo'lganlar 33.3 foizni, qolgan 66,7 foizi esa I darajali semiz kishilar bo'lib hisoblangan. Ushbu yosh guruhida ham xotin-qizlar o'rtasida semizlik darajasining yuqori bo'lishini kuzatamiz. III yosh guruhida, ya'ni 40-59 yoshlilar orasida holat quyidagicha, ularning 13,3 foizginasi me'yoriy tana massasiga ega bo'lib, 50 foiz I darajali semiz odamlar va II darajali semiz odamlar (bu faqat ushbu yosh guruhida uchraydi) 36,7 foizni tashkil etadi. Bu yerda ham oshiqcha tana massasiga ega bo'lganlar erkaklarga nisbatan ko'pchilikni tashkil qiladi, ya'ni erkaklar orasida II darajali semizlik 30 foizga teng bo'lsa, xotin-qizlarda bu ko'rsatkich 40 foizni tashkil etadi.

XULOSA

Shunday qilib, ushbu jadvalda quyidagi xulosani chiqarish mumkin: semizlik holatining boshlanishi 18-29 yoshli respondentlarda boshlanib, u faqat xotin-qizlarda uchraydi. Yana bu holatni 30-39 yoshlilarda ham kuzatish mumkin. Bir vaqtning o'zida shu narsani aytib o'tish joizki, agar ushbu guruhlarda semizlik erkaklar orasida umuman uchramasa ham xotin-qizlarda I-holatda 50 foizni, II-holatda 66,7 foizni tashkil qiladi. Yana diqqatga sazovor narsa shuki, II darajali semizlik 40-59 yoshli respondentlarda qayd qilindi (erkaklarda 30 foiz, ayollarda 40 foiz) xolos. Xulosa qilish mumkinki, kishilarning semirishi, birinchi navbatda ularning yoshiga bog'liqligi, hamda yosh 40 dan oshgandan keyin iste'mol taomlarining kamaymasligi va ular quvvatining bajarilgan jismoniy ishlariga nisbatan yuqori bo'lishini ko'rsatadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Qurbonov Sh.Q. va boshqalar "Hazm va oziqlanish fiziologiyasi". Qarshi-2004.
2. Qurbonov Sh.Q. "Keksalar va qariyalarda me'yoriy ovqatlanish haqida", "Ibn Sino me'rosi va zamonaviy tibbiyot taraqqiyoti" Respublika miqyosidagi ilmiy-amaliy seminar. Termiz-2015. 52-54 betlar.
3. Хамзаева Н.Р. The Role of Vitamins in Health of Pregnancy Women. "International journal on orange technologies" www.journalsresearchparks.org/index.php/IJOT э- ISSN: 2615-8140|p-ISSN: 2615-7071|Volume: 03 Issue: 04 | April 2021.