



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

**ТАШКЕНТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ
ИНСТИТУТ**

**САМАРКАНДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ**

**V МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«СОВРЕМЕННЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ
ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»**

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



ТАШКЕНТ

Можно сделать вывод, что эффект осветления усиливается с повышением концентрации взвешенных частиц. Это объясняется влиянием ортокINETической коагуляции, способствующей повышению скорости осаждения твердой фазы.

Наиболее эффективным сополимером (СФ) оказался СФ-7. Его флокулирующее действие в 2-3 раза выше относительно используемого в настоящее время полиакриламида, так, при добавлении сополимер-флокулянта к мутной природной воде с исходным содержанием взвешенных частиц 8000 мг/л остаточное количество взвешенных частиц после отстаивания для СФ-7, СФ-8, СФ-1 и СФ-3 соответствует 10; 18; 36 и 50 мг/л (для полиакриламида - 20 мг/л).

Флокулянты серии СФ не только повышают степень осветления, но и значительно улучшают фильтруемость воды, что является важным критерием оценки степени ее очистки. Так, в одинаковых условиях фильтрования (диаметр фильтра 56 мм, высота 2 м, эффективные размеры частиц кварцевого песка 1 мм) при исходном содержании взвешенных частиц в воде 30-50 мг/л, дозе флокулянта 0,05 мг/л и скорости фильтрации 16 мл/ч остаточное количество взвешенных частиц в присутствии СФ-7 составило 0,5-1 мг/л, а для ПАА - 2-4 мг/л.

Таким образом, сополимеры серии СФ более эффективные флокулянты при очистке высокомутных вод, чем полиакриламид. Для очистки поверхностно-речных вод целесообразнее использовать флокулянт СФ-7.

SITRUS MEVALARNING SOG‘LOM TURMUSH TARZIDAGI AHAMIYATI

Tashpulatova M.N.

Toshkent tibbiyot akademiyasi

Yer yuzida insoniyat sonining ko‘payishi tabiiyki oziq-ovqat maxsulotlariga bo‘lgan talabning ortishiga sabab bo‘ladi. Insoniyat sog‘lom turmush tarzini kechirishida har bir modda va maxsulotlarning o‘rni beqiyosdir. С vitaminiga boy bo‘lgan o‘simliklar guruhiga kiruvchi sitrus mevalar alohida ahamiyat kasb etadi.

Sitrus so‘zi lotin tilidan olingan bo‘lib, “limon daraxti” degan ma’noni anglatadi. Sitrusli o‘simliklar guruhiga kiruvchi limon, apelsin, mandarin, kivi, greypfrut mevalari barcha yoshdagi aholi tamonidan sevib iste’mol qilinadi. Tarkibida katta miqdorda S vitamini bo‘lganligi sababli sitrus mevalari shamollash, avitaminoz, artrit, yurak kasalliklari, o‘t qopi faoliyatini me’yorda tutish, xazm qilish jarayonini yaxshilash, immunitetni mustaxkamlashda ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bundan tashqari sitrus tarkibida A, V1, V2, D, K, R, RR vitamin va mikroelementlari, shuningdek kalsiy, kaliy, temir, beta-karotin, organik kislotalar, kletchatka, fruktoza, saxaroza va boshqa foydali moddalarning ko‘p bo‘lishi tufayli ular organizmda modda almashinuvini tezlashtirib, qonda xolesterin to‘planishiga to‘sqinlik qiladi, qolaversa organizmdagi qand miqdorini me’yorlashtirib, ortiqcha tana vazni muammosi bilan kurashishda samarali foyda beradi.

Shu narsa ma'lumki, kosmetologiya sohasida ham sitrus o'simliklaridan keng va unumli foydalaniladi, masalan, yuzni oqartirishda, mayda ajin va dog'lar, xusnbuzarlarga qarshi kurashishda, yuzdagi turli xil toshma va shamollash kabi holatlarga qarshi kurashishda samarali natijalar ko'rsatadi. Sitrus o'simliklaridan ajratib olingan efir moylari parfyumeriya sanoatida juda keng qo'llaniladi. Dunyo olimlarining aniqlashicha, sitrus mevalarining yoqimli va xushbo'y xidlari odamning tushkin kayfiyatini ko'tarish, ilhom berish va ish unumdorligini oshirish xususiyatiga ega. Ularning bu xususiyati fanda ko'p bor ta'kidlagan. Hattoki, amaliyotda depressiya holatidagi kishilarga sitrus mevalarning yoqimli hidi juda yaxshi ta'sir ko'rsatgani kuzatilgan.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlash joizki, me'yoridan ortiqcha sitrus mevalarni iste'mol qilish, barcha yoshdagi aholi o'rtasida allergik kasalliklarga moyillikni kuchaytirib, buning oqibatida turli hildagi toshmalar, yuqori nafas yo'llari a'zolarining kasallanishiga olib kelishi mumkin. Sog'lom turmush tarzini kechirishda nafaqat sitrus mevalari, balki barcha mahsulotlarni me'yorida iste'mol qilish kerak. Shuning uchun gigiyena sohasi mutaxassislari aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini tatbiq qilishga qaratilgan tushuntirish ishlarini olib borishlari maqsadga muvofiqdir.

THE PROBLEM OF IODINE DEFICIENCY AND WAYS TO SOLVE IT

Togyzbayeva D.

intern of GP - 717

Scientific supervisor – Tashimbetova. O.Zh.

*Khoja Ahmet Yassawi International Kazakh-Turkish University
Shymkent*

Annotation. The problem of iodine deficiency is an actual problem, which is confirmed by the presence of almost universal geophysical iodine deficiency in soils and waters. Data on iodine deficiency initiated the development of the state strategy for the elimination of iodine deficiency in the population, which defined the main measure for the elimination of iodine deficiency in the republic as the mandatory use of only iodized salt in the food industry and public catering. The purpose of this work is to comprehensively assess the results of implementing the strategy for eliminating iodine deficiency in the population

Keywords: *iodine deficiency, diseases, fertility*

Introduction: Iodine deficiency diseases are a group of the most common diseases of non-communicable origin in the world. According to the World Health Organization (WHO), iodine deficiency diseases are registered in 1.5 billion people, 655 million of the world's population have endemic goiter of varying severity, and 43 million have severe mental retardation as a result of iodine deficiency [1].

In this regard, iodine deficiency diseases are an important medical, social and economic problem, as they are accompanied not only by violations of the structure and function of the thyroid gland, but also lead to impaired fertility, the formation of

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МОНИТОРИНГА СТОЧНЫХ ВОД НА КОВИД-19 В УЗБЕКИСТАНЕ <i>Миршина О.П.</i>	168
ХАЛҚ ТАБОБАТИНИ ЎҚИТИШДА ХОРИЖИЙ МУТАХАССИСЛАРНИ ЖАЛБ ЭТИШ <i>Раҳманов Т.О., Абдукадиров Х.Ж., Абдуллаева Д.</i>	169
ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ СТОМАТОЛОГОВ В СОВРЕМЕННОМ УЗБЕКИСТАНЕ <i>Рахмонов Т.О., Умаров Б.А., Ахмадалиева Н.О., Махмудова М.Х., Исмоилов М.Х., Абдукадиров Х.Ж.</i>	171
МЕҲНАТНИ МУҲОҒАЗА ҚИЛИШ ВА САНОАТ САНИТАРИЯСИ <i>Раҳманов Т.О., Атажсанова Д.Ш., Абдукадиров Х.Ж., Д.Б. Норқулова</i>	172
ВЛИЯНИЕ ЦИКЛОМАТА НАТРИЯ КАК ИСКУССТВЕННОГО ЗАМЕНИТЕЛЯ САХАРА НА УГЛЕВОДНЫЙ ОБМЕН <i>Рахмонов А.Н., Хабибуллаев С.М., Сулейманова Г.Г.</i>	173
SHOYQINING INSON ORGANIZMIGA TA'SIRI <i>Rashidov V.A.</i>	174
ОСИҚ СУВ НАВЗАЛАРИ МУНОҒАЗАЛАШ ОБ'ЕКТИ СИФАТИДА <i>Sadullayeva X.A., Salomova F.I., Sultonov E.Yo.</i>	175
СУВ РЕСУРСЛАРИНИ МУҲОҒАЗАЛАШ МУАММОЛАРИ ВА ЕЧИМЛАРИ <i>Саломова Ф.И., Шерқўзиева Г.Ф., Урманова Л.Ж., Эгамбердиева З.З.</i>	177
ОЦЕНКА УРОВНЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОГО ШУМА НА НЕКОТОРЫХ РАБОЧИХ МЕСТАХ АММИАЧНОГО ПРОИЗВОДСТВА <i>Самигова Н.Р.</i>	178
ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОЧИСТКИ МУТНЫХ ВОД СОПОЛИМЕР- ФЛОКУЛЯНТАМИ <i>Таджиев М.Х., Ибрагимходжаев Б.У., Абдуназаров Д.</i>	179
SITRUS MEVALARNING SOG'LOM TURMUSH TARZIDAGI АНАМИЯТИ <i>Tashpulatova M.N.</i>	181
THE PROBLEM OF IODINE DEFICIENCY AND WAYS TO SOLVE IT <i>Togyzbayeva D., Tashimbetova. O.Zh.</i>	182
АДАПТОГЕННЫЕ СВОЙСТВА РАСТЕНИЯ TRIBULUS TERRESTRIS, ПРОИЗРАСТАЮЩЕГО В УЗБЕКИСТАНЕ <i>Туляганов Б.С., Воронина Н.В.</i>	184
ПИТАНИЯ ЛИЦ, РАБОТАЮЩИХ С ИСТОЧНИКАМИ ИОНИЗИРУЮЩИХ ИЗЛУЧЕНИЙ <i>Турахонова Ф.М., Тухтаров Б.Э.</i>	185
НОМИЛАДОРЛАР АҲОЛЛАР ВА НОМИЛА РИВОЖЛАНИШИДА РАТСИОНАЛ ОВҚАТЛАНИШ ВА ВИТАМИНЛАРНИ АНАМИЯТИ. <i>Umbarova S.T., Mo'sayeva O.T.</i>	187