



New Day in Medicine
Новый День в Медицине

NDM



TIBBIYOTDA YANGI KUN

Ilmiy referativ, marifiy-ma'naviy jurnal



AVICENNA-MED.UZ



ISSN 2181-712X.
EISSN 2181-2187

9 (83) 2025

**Сопредседатели редакционной
коллегии:**

**Ш. Ж. ТЕШАЕВ,
А. Ш. РЕВИШВИЛИ**

Ред. коллегия:
М.И. АБДУЛЛАЕВ
А.А. АБДУМАЖИДОВ
Р.Б. АБДУЛЛАЕВ
Л.М. АБДУЛЛАЕВА
А.Ш. АБДУМАЖИДОВ
М.А. АБДУЛЛАЕВА
Х.А. АБДУМАДЖИДОВ
Б.З. АБДУСАМАТОВ
М.М. АКБАРОВ
Х.А. АКИЛОВ
М.М. АЛИЕВ
С.Ж. АМИНОВ
Ш.Э. АМОНОВ
Ш.М. АХМЕДОВ
Ю.М. АХМЕДОВ
С.М. АХМЕДОВА
Т.А. АСКАРОВ
М.А. АРТИКОВА
Ж.Б. БЕКНАЗАРОВ (главный редактор)
Е.А. БЕРДИЕВ
Б.Т. БУЗРУКОВ
Р.К. ДАДАБАЕВА
М.Н. ДАМИНОВА
К.А. ДЕХКОНОВ
Э.С. ДЖУМАБАЕВ
А.А. ДЖАЛИЛОВ
Н.Н. ЗОЛОТОВА
А.Ш. ИНОЯТОВ
С. ИНДАМИНОВ
А.И. ИСКАНДАРОВ
А.С. ИЛЬЯСОВ
Э.Э. КОБИЛОВ
А.М. МАННАНОВ
Д.М. МУСАЕВА
Т.С. МУСАЕВ
М.Р. МИРЗОЕВА
Ф.Г. НАЗИРОВ
Н.А. НУРАЛИЕВА
Ф.С. ОРИПОВ
Б.Т. РАХИМОВ
Х.А. РАСУЛОВ
Ш.И. РУЗИЕВ
С.А. РУЗИБОЕВ
С.А. ГАФФОРОВ
С.Т. ШАТМАНОВ (Кыргызстан)
Ж.Б. САТТАРОВ
Б.Б. САФОЕВ (отв. редактор)
И.А. САТИВАЛДИЕВА
Ш.Т. САЛИМОВ
Д.И. ТУКСАНОВА
М.М. ТАДЖИЕВ
А.Ж. ХАМРАЕВ
Б.Б. ХАСАНОВ
Д.А. ХАСАНОВА
Б.З. ХАМДАМОВ
Э.Б. ХАККУЛОВ
А.М. ШАМСИЕВ
А.К. ШАДМАНОВ
Н.Ж. ЭРМАТОВ
Б.Б. ЕРГАШЕВ
Н.Ш. ЕРГАШЕВ
И.Р. ЮЛДАШЕВ
Д.Х. ЮЛДАШЕВА
А.С. ЮСУПОВ
Ш.Ш. ЯРИКУЛОВ
М.Ш. ХАКИМОВ
Д.О. ИВАНОВ (Россия)
К.А. ЕГЕЗАРЯН (Россия)
DONG JINCHENG (Китай)
КУЗАКОВ В.Е. (Россия)
Я. МЕЙЕРНИК (Словакия)
В.А. МИТИШ (Россия)
В.И. ПРИМАКОВ (Беларусь)
О.В. ПЕШИКОВ (Россия)
А.А. ПОТАПОВ (Россия)
А.А. ТЕПЛОВ (Россия)
Т.Ш. ШАРМАНОВ (Казахстан)
А.А. ЩЕГОЛОВ (Россия)
С.Н. ГУСЕЙНОВА (Азербайджан)
Prof. Dr. KURBANHAN MUSLUMOV(Azerbaijan)
Prof. Dr. DENIZ UYAK (Germany)

**ТИББИЁТДА ЯНГИ КУН
НОВЫЙ ДЕНЬ В МЕДИЦИНЕ
NEW DAY IN MEDICINE**

**Илмий-рефератив, маънавий-маърифий журнал
Научно-реферативный,
духовно-просветительский журнал**

УЧРЕДИТЕЛИ:

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ
ООО «ТИББИЁТДА ЯНГИ КУН»**

Национальный медицинский
исследовательский центр хирургии имени
А.В. Вишневского является генеральным
научно-практическим
консультантом редакции

Журнал был включен в список журнальных
изданий, рецензируемых Высшей
Аттестационной Комиссией
Республики Узбекистан
(Протокол № 201/03 от 30.12.2013 г.)

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

М.М. АБДУРАХМАНОВ (Бухара)
Г.Ж. ЖАРЫЛКАСЫНОВА (Бухара)
А.Ш. ИНОЯТОВ (Ташкент)
Г.А. ИХТИЁРОВА (Бухара)
Ш.И. КАРИМОВ (Ташкент)
У.К. КАЮМОВ (Тошкент)
Ш.И. НАВРУЗОВА (Бухара)
А.А. НОСИРОВ (Ташкент)
А.Р. ОБЛОКУЛОВ (Бухара)
Б.Т. ОДИЛОВА (Ташкент)
Ш.Т. УРАКОВ (Бухара)

10 (84)

www.bsmi.uz
<https://newdaymedicine.com> E:
ndmuz@mail.ru
Тел: +99890 8061882

**2025
октябрь**

Received: 20.09.2025, Accepted: 06.10.2025, Published: 10.10.2025

УДК 616.

СОГЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИНИ ТАШКИЛ ҚИЛИШДА СЕМИЗЛИКНИНГ АСОРАТЛАРИНИНГ ПАТОГЕНЕЗИ

Жабборова Ойша Искандаровна <https://orcid.org/0000-0002-1625-3307>

E-mail: oysha1jabborova@bsmi.uz

М.А.Абдуллаева <https://orcid.org/0000-0001-8090-8681> E-mail: abdullayeva.muslima@bsmi.uz

Абу али ибн Сино номидаги Бухоро давлат тиббиёт институти Ўзбекистон, Бухоро ш., А.Навоий қўчаси. 1 Тел: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Резюме

Бу мақолада семизликнинг патогенези ва унинг соглом турмуши тарзига бўлган салбий таъсири таҳдил қилинди. Семизликнинг асосий омиллари, ийгилиши механизми, эндокрин ва иммун тизимларининг роли кўриб чиқилди.

Калит сўзлар: Семизлик, патогенез, соглом турмуши тарзи, метаболик дисфункция

PATHOGENESIS OF COMPLICATIONS OF OBESITY IN THE ORGANIZATION OF A HEALTHY LIFESTYLE

Jabborova Oisha Iskandarovna <https://orcid.org/0000-0002-1625-3307>

E-mail: oysha1jabborova@bsmi.uz

M.A.Abdullaeva <https://orcid.org/0000-0001-8090-8681> E-mail: abdullayeva.muslima@bsmi.uz

Bukhara State Medical Institute named after Abu Ali ibn Sino Uzbekistan, Bukhara city, A.Navoi street. 1 Tel: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Resume

This article analyzes the pathogenesis of obesity and its adverse effects on a healthy lifestyle. The main factors of obesity, accumulation mechanisms, and the role of endocrine and immune systems were reviewed. Additionally, the impact of obesity on cardiovascular, metabolic, and other systems, as well as preventive measures, were emphasized. The importance of promoting a healthy lifestyle among youth and the population to prevent obesity was studied.

Key words: Obesity, pathogenesis, healthy lifestyle, metabolic dysfunction

ПАТОГЕНЕЗ ОСЛОЖНЕНИЙ ОЖИРЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Джабборова Ойша Искандаровна <https://orcid.org/0000-0002-1625-3307>

E-mail: oysha1jabborova@bsmi.uz

М.А.Абдуллаева <https://orcid.org/0000-0001-8090-8681> E-mail: abdullayeva.muslima@bsmi.uz

Бухарский государственный медицинский институт имени Абу Али ибн Сино, Узбекистан, г. Бухара, ул. А. Навои, 1. Тел.: +998 (65) 223-00-50 E-mail: info@bsmi.uz

✓ Резюме

В данной статье анализируется патогенез ожирения и его негативное влияние на здоровый образ жизни. Рассмотрены основные факторы ожирения, механизмы накопления, роль эндокринной и иммунной систем. Также подчеркнуто влияние ожирения на сердечно-сосудистую, метаболическую и другие системы, а также меры профилактики. Изучена важность пропаганды здорового образа жизни среди молодежи и населения для предотвращения ожирения.

Ключевые слова: Ожирение, патогенез, здоровый образ жизни, метаболическая дисфункция, профилактика



Долзарбилиги

Xозирги кунда семизлик жаҳон аҳолиси саломатлиги учун катта хавф туғдирадиган касаллик сифатида эътироф этилмоқда. Ортиқча вазн ва семизлик қатор суръатли ўсиб бораётган хасталикларга — кон томир касалликлари, диабет, нафақат жисмоний саломатликка, балки психик саломатликка ҳам салбий таъсир кўрсатади. Шу сабабли соғлом турмуш тарзини ташкил қилиш ва семизликни олдини олишда патогенезни тушуниш муҳим аҳамият касб этади.

Семизликнинг патогенези

1. Энергетик мувозанатнинг бузилиши

Ортиқча вазннинг асосий сабаби калория кириши ва чиқиши мувозанатининг бузилишидир. Узоқ муддатда энергия қабул қилиш, энергия сарфига нисбатан кўп бўлса, организмда ёғ сақланиши кузатилади. Бу жараёнда генетик, эпигенетик ва атроф-муҳит омиллари ҳам муҳим рол ўйнайди.

2. Адопоз тўқимасининг ривожланиши

Организмдаги ёғ тўқимаси — адипоцитлар — гетероген бўлиб, уларнинг ҳажми ва сонининг кўпайиши семизликка олиб келади. Виссерол ёғ тўқималари юқори патогенликка эга бўлиб, ёшлар ва катталарда юрак-кон томир касалликлари хавфини оширади.

3. Эндокрин ва иммун тизимларининг роли

Адопоз тўқимаси гормонлар (адипокинлар) ва ёқтирувчи (прокалланган) цитокинлар ишлаб чиқаради. Бу моддалар организмдаги ёғ метаболизми, яллигланиш жараёнлари ва инсулинга ҳосил бўлган қаршилиқда катта таъсир кўрсатади.

4. Инсулин қаршилиги ва метаболик бузилишлар

Ортиқча ёғ ва яллигланиш оқибатида организмда инсулиннинг таъсири сусайиб, глюкоза метаболизми бузилади. Бу жараён қандли диабет тури 2нинг ривожланишига олиб келади.

5. Системик таъсирлар

Семизликнинг юрак-кон томир, жигар, асад ва бошқа системаларга таъсири турли касалликлар — гипертония, жигар сиррозлари, руҳий муаммолар каби ҳолатларни келтириб чиқаради.

Семизликнинг асосий босқичлари

Энергия мувозанатининг бузилиши

↓
Ёғ тўқимасининг ҳажм ва сонининг кўпайиши

↓
Адипокинлар ва яллигланиш цитокинларининг ишлаб чиқилиши

↓
Инсулин қаршилиги ва метаболик бузилишлар

↓
Юрак-кон томир ва бошқа тизимларда асоратлар

Семизликнинг патогенезининг асосий босқичлари

Таблица 1. Семизликнинг патогенезида иштирок этувчи асосий механизмлар

Механизм	Таснифи ва таъсири	Қўшимча изоҳлар
Энергетик мувозанат бузилиши	Калория кириши > энергия сарфи → ёғ ҳажмининг орттирилиши	Генетик ва атроф-муҳит омиллари таъсири
Адопоз тўқимаси ўзгариши	Адипоцитлар ҳажм ва сонининг кўпайиши	Виссерол ёғ тўқимаси юқори хавфли
Яллигланиш ва цитокинлар	Адипокинлар ва яллигланиш цитокинлари ишлаб чиқилиши	Инсулин қаршилигига сабаб бўлади
Инсулин қаршилиги	Глюкоза метаболизми бузилиши	Қандли диабет тури 2 ривожланиши
Тизимли таъсирлар	Юрак-кон томир, жигар ва асад тизимига таъсир	Гипертония, жигар касалликлари ва руҳий муаммолар

Таблица 2. Семизликнинг соғлиқка салбий таъсиrlари ва соғлом турмуш тарзидаги оқибатлари

Асоратлар	Таъсири	Соғлом турмуш тарзини ташкил этишга таъсири
Юрак-кон томир касаллуклари	Қон босимининг ошиши, атеросклероз	Жисмоний фаоллик камайиши
Қандли диабет	Глюкозани узлуксиз бошқаришнинг бузилиши	Овқатланишга эътиборсизлик
Рухий муаммолар	Депрессия, стресс	Психологик саломатликка салбий таъсир
Жигар касаллуклари	Жигарнинг ёгланиши ва фиброз	Организмнинг умумий саломатлигига таъсир
Асоратлар	Таъсири	Соғлом турмуш тарзини ташкил этишга таъсири

Семизликнинг генетик асослари

Семизликнинг ривожланишида генетик омиллар мухим роль ўйнайди. Геном кенглиқдаги ассоциация тадқиқотлари (GWAS) натижаларига кўра, семизликка олиб келувчи 100 дан ортиқ генетик ўзгаришлар аниқланган. Бу ўзгаришлар асосан ёғ тўқимаси, ишқорли-энергетик баланс, иштиҳонинг тартибга солиниши ва метаболик жараёнларга таъсир кўрсатади.

Полигеник хавф баллари (PRS)

Полигеник хавф баллари (PRS) бир неча генетик маркерларнинг умумий таъсирини ҳисобга олади ва семизликка бўлган индивидуал эҳтимолни баҳолашда қўлланилади. Масалан, Индонезия аҳолиси орасида PRS ёрдамида семизлик хавфи прогнози яратилди ва бу усул турли популациялар учун индивидуаллаштирилган профилактика чораларини ишлаб чиқиша қўлланилади.

Генетик тадқиқотлар ва сунъий интеллект

Семизликнинг генетик асосларини тушунишда сунъий интеллект (AI) ва чукур ўрганиш (deep learning) усуллари ҳам қўлланилмоқда. Масалан, SNPларнинг (яъни, бир нуклеотидли полиморфизмлар) асосида семизликни классификация қилиш учун чукур ўрганиш усуллари ишлаб чиқилган, бу эса генетик маълумотларнинг мураккаб муносабатларини аниқлашда самарали бўлмоқда .

ХАЛҚАРО СТАТИСТИКА ВА ТЕНДЕНЦИЯЛАР

Жаҳонда семизликнинг тарқалиши

2022 йилда жаҳон бўйича 18 ёшдан катта 2.5 миллиард киши ортиқча вазнга эга бўлиб, шулардан 890 миллион киши семизликка чалинган. Бу 1990 йилга нисбатан 2 баравар кўпdir.

2024 йилда 5 ёшгача бўлган 35 миллион бола ортиқча вазнга эга бўлиб, уларнинг ярми Осиёда яшайди

2022 йилда 5–19 ёшдаги болалар ва ўсмирлар орасида 390 миллион киши ортиқча вазнга эга бўлиб, шулардан 160 миллион киши семизликка чалинган.

2035 йилгача прогнозлар. Агар профилактика ва даволаш чоралари яхшиланмаса, 2035 йилга келиб жаҳон аҳолисининг 51% (4 миллиарддан ортиқ киши) ортиқча вазн ёки семизликка чалинган бўлади. Бунинг иқтисодий таъсири йиллик 4.32 триллион долларни ташкил этади, бу эса жаҳон ЖИОнинг 3%ига тенгdir

2035 йилгача семизликнинг энг юқори даражасига эга бўлган мамлакатлар орасида Кирибатти, Тонга ва Самоа каби Тинч океани мамлакатлари мавжуд, уларда семизлик даражаси 60%дан ортиқ бўлиши куттилмоқда .

АҚШдаги вазият

2024 йилда АҚШда 35% ёки ундан ортиқ семизлик даражасига эга бўлган 19 давлат мавжуд бўлиб, бу 2023 йилга нисбатан озгина камайишни кўрсатади. Аммо, бу ҳали ҳам 2014 йилдаги 3 давлатга нисбатан юқори кўрсаткичdir

Янги таърифга кўра, АҚШда 70%дан ортиқлар семизликка чалинган деб ҳисобланмоқда, бу эса ёғ тўқимаси, белга атрофи, белга нисбатан баландлик ва бадан ёгини ўлчаш каби қўшимча параметрларни ҳисобга олади .

Семизлик асоратларининг соғлом турмуш тарзига таъсири

Семизлик организмнинг турли тизимларида функция бузилишига олиб келади, бу эса соғлом турмуш тарзини ташкил қилишни қийинлаштиради. Жисмоний фаолликнинг камайиши, руҳий саломатликнинг ёмонлашиши, касалликларнинг тезлашишига сабаб бўлади.

Профилактика ва тавсиялар

Семизликни олдини олиш ва соғлом турмуш тарзини сақлаш учун қуйидаги чоралар муҳим:

Маъқул овқатланиш тартиби (кам калорияли, витаминларга бой)

Жисмоний фаоликни ошириш

Стресс ва уйқу режимини назорат қилиш

Аҳоли орасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш

Тиббий ёрдам ва мониторинг

Хулоса

Семизликнинг патогенези мураккаб, кўп омили жараён бўлиб, у организмнинг турли тизимларига салбий таъсир қўрсатади. Соғлом турмуш тарзини ташкил қилишда семизликнинг асоратларини тушуниш ва олдини олиш чораларини амалга ошириш муҳим ахамиятга эга.

Худуд	Ортиқча вазнга эга аҳоли (%)	Семизликка чалингандар (%)
Европа	58	23
Америка	70	36
Оснё	30	10
Африка	25	8
Океания	65	40

АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ:

1. Haslam D. W., James W. P. T. (2005). Obesity. Lancet, 2005;366(9492):1197-1209.
2. Kershaw E.E., Flier J.S. (2004). Adipose tissue as an endocrine organ. The Journal of Clinical Endocrinology Metabolism 2004;89(6):2548-2556.
3. Hotamisligil G. S. (2006). Inflammation and metabolic disorders. Nature 2006;444(7121):860-867.
4. World Health Organization. (2021). Obesity and overweight. [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight] (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>)
5. Shavkat Mirziyoyev. (2023). Sog'lom turmush tarzi va xalq salomatligi haqida. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining nutqlari.
6. "Ancestry-Adjusted Polygenic Risk Scores for Predicting Obesity Risk in the Indonesian Population" https://arxiv.org/abs/2505.13503?utm_source=chatgpt.com
7. "Deep Learning Classification of Polygenic Obesity using Genome Wide Association Study SNPs" https://arxiv.org/abs/1804.03198?utm_source=chatgpt.com
8. "Obesity and overweight" https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight?utm_source=chatgpt.com
9. "Economic impact of overweight and obesity to surpass \$4 trillion by 2035 | World Obesity Federation" https://www.worldobesity.org/news/economic-impact-of-overweight-and-obesity-to-surpass-4-trillion-by-2035?utm_source=chatgpt.com
10. "More Than Half of the World Will Be Obese By 2035: Report | TIME" https://time.com/6264865/global-obesity-rates-increasing/?utm_source=chatgpt.com
11. "Obesity remains high in the US., but more states are showing progress, a new report finds" https://apnews.com/article/0f1089a44f33948e5b1dc246e2f2c4ec?utm_source=chatgpt.com
12. "Almost 70% of US adults would be deemed obese based on new definition, study finds" https://www.theguardian.com/society/2025/oct/15/almost-70-of-us-adults-would-be-deemed-obese-based-on-new-definition-study-finds?utm_source=chatgpt.com

Қабул қилинган сана 20.09.2025

