



QARSHI
DAVLAT
UNIVERSITETI

MODERN PROBLEMS AND PROSPECTS FOR ORGANIZING A HEALTHY LIFESTYLE AND PROPER NUTRITION

APREL 26-27, 2024, QARSHI



INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL
CONFERENCE



O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TA‘LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR
VAZIRLIGI

QARSHI DAVLAT UNIVERSITETI



QARSHI
DAVLAT
UNIVERSITETI

**“SOG‘LOM TURMUSH TARZI VA TO‘G‘RI OVQATLANISHNI
TASHKIL ETISHNING ZAMONAVIY HOLATI VA ISTIQBOLLARI”**

mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya

MATERIALLARI

(26-27 - aprel 2024-yil, Qarshi)

МАТЕРИАЛЫ

международной научно-практической конференции

«СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

**ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ПРАВИЛЬНОГО
ПИТАНИЯ»**

(26-27 апреля 2024 г, Карши)

MATERIALS

of the international scientific and practical conference

**“MODERN PROBLEMS AND PROSPECTS FOR ORGANIZING A
HEALTHY LIFESTYLE AND PROPER NUTRITION”**

(April 26-27, 2024, Karshi)

Qarshi – 2024

UO‘K 612.20.006.3
КБК 51.204.0
S 84

Современные проблемы и перспективы организации здорового образа жизни и правильного питания = Sog‘lom turmush tarzi va to‘g‘ri ovqatlanishni tashkil etishning zamonaviy holati va istiqbollari = Modern problems and prospects for organizing a healthy lifestyle and proper nutrition, 26-27 апрель 2024 г.: материалы международной научно-практической конференции / - Карши, 2024. - 175 с.

Ilmiy-amaliy konferensiya turli mamlakatlarda tadqiqot olib borayotgan olimlar o‘rtasida ilmiy aloqalarni o‘rnatishga, ilmda erishilgan yutuqlarni muhokama qilish hamda ularni amaliyotga joriy etish bo‘yicha zarur yo‘nalishlarni belgilab olishga xizmat qiladi.

Mazkur to‘plamda sog‘lom turmush tarzi va to‘g‘ri ovqatlanishni tashkil etishning dolzarb muammolari, ularning yechimlariga doir zamonaviy yondashuvlarga oid masalalar muhokamasini qamrab olgan. To‘plam biologiya, tibbiyot, ekologiya va atrof-muhit kabi sohalardagi olimlar, tadqiqotchilar, doktorantlar va magistrantlar uchun mo‘ljallangan.

Научно-практическая конференция служит установлению научных связей между учеными, проводящими исследования в разных странах, обсуждению достижений науки и определению необходимых направлений их реализации.

В этом сборнике обсуждаются актуальные проблемы организации здорового образа жизни и правильного питания, а также современные подходы к их решению. Сборник предназначен для ученых, исследователей, докторантов и аспирантов в таких областях, как биология, медицина, экология и окружающая среда.

The scientific and practical conference serves to establish scientific connections between scientists conducting research in different countries, discuss scientific achievements and determine the necessary directions for their implementation.

This collection discusses current problems in organizing a healthy lifestyle and proper nutrition, as well as modern approaches to solving them. The collection is intended for scientists, researchers, doctoral students and graduate students in such fields as biology, medicine, ecology and the environment.

Mazkur ilmiy-amaliy konferensiya Oliy ta‘lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 18-yanvardagi 16-son buyrug‘iga asosan o‘tkazildi.

ISBN 978-9910-9321-2-0

© Qarshi davlat universiteti, 2024

© “Big Makro World” nashriyoti, 2024-yil

TASHKILY QO‘MITA:

I.Bekpulatov – Ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo‘yicha prorektor, t.f.d. dotsenti
– rais

L.Kamolov – Kimyo-biologiya fakulteti dekani, k.f.d. (DSc) – rais o‘rinbosari

Y.Rahmatullayev – fiziologiya kafedrası mudiri, b.f.n., dotsent – a‘zo

Sh.Qurbonov - fiziologiya kafedrası professori, b.f.d., prof. – a‘zo

G.Buranova – fiziologiya kafedrası, b.f.f.d. (PhD)– a‘zo

A.Qurbonov – fiziologiya kafedrası, b.f.n., dotsent – a‘zo

Sh.Umedova – fiziologiya kafedrası, b.f.f.d. (PhD) – a‘zo

K.Dustov– fiziologiya kafedrası, – a‘zo

H.Hazratova– fiziologiya kafedrası, – a‘zo

M.Avliyoqulova– fiziologiya kafedrası, – a‘zo

<i>Aytjanova A.E.</i> Oziq-ovqat mahsulotlaridan zararlanishda buyrak nefronlarida kuzatiladigan morfofunktsional va gistologik o'zgarishlar	142
<i>Doniyorov B.N., Ametov Ya.I.</i> Qushlarning agrotsenoz landshaftida ahamiyati	145
<i>Karimova I.I., Kuchkarova L.S., Sharipov B.O.</i> Noqulay ekologik sharoitda qo'rg'oshinni ovqat hazm qilish tizimiga ta'siri	148
<i>Karshibayev J.X., Maxmudjonov Z.M.</i> Archaica avlodi vakillarining ekologik xususiyatlari	150
<i>Кучкарова Л.С.</i> Некоторые аспекты экологии питания в Ташкенте	152
<i>Mannarova N.Sh.</i> Immunologiya fanini o'qitishda bo'lajak o'qituvchilarda sog'lom turmush tarzini shakllantirish	154
<i>Raxmatullayeva Y.B., Ergasheva X.I., Raxmatullayev A.Y.</i> Vermikompost tarkibidagi kimyoviy elementlar (nfk) vaph tahlili ...	156
<i>Rakhimov I.B.</i> Methods for determining the impact of local environmental problems on human health	159
<i>Ruziboyeva M.R., Raxmatullayev A.Y.</i> Anacanthotermes turkestanicus termitinig Qashqadaryo viloyatida tarqalishi	162
<i>Samatova Sh.A., Hakimova F.F.</i> Qarshi vohasining madaniy florasida santolina turkumining dorivor vakillari	164
<i>Tilavov T.</i> Ekologik muhit xar bir insonning soglom hayot kechirishi uchun asosiy omil	167
<i>Tilavova N.T.</i> Maktabgacha yoshdagi bolalarni ekologik tarbiyalash	169
<i>Toyirova M.M.</i> O'quvchilarda barqaror taraqqiyot ta'limini shakllantirishning ekologiya va sog'lom turmush tarzini tashkil etishdagi ahamiyati	171
<i>Chuliyeva M.</i> Ovqatlanish statusining jismoniy taraqqiyotga ta'siri	173
<i>Bobonazarov G'.Y.</i> Bioxilma-xillik qisqarishi va oziq-ovqat xavfsizligi muammolari	175
<i>Самторова И. Я., Позилов М.К.</i> Аллоксан диабетда каламуш жигар митохондриясининг пассив ион ўтказувчанлигига полифенол бирикманинг таъсири	180

jarayonida, bu reabsorbtsiya tuz va suv miqdorlarining o‘zgarishi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

4. Tuz va suv izolyatsiyasi: Tuz va suvning muntazam miqdordagi saqlanishi buyrakning normal ifodasi uchun muhimdir. Oziq ovqat mahsulotlaridan zaharlanish jarayonida, tuz va suvning izolyatsiyasi o‘zgarishi mumkin, bu esa buyrak funksiyasida o‘zgarishlarga olib kelishi mumkin.

Gistologik o‘zgarishlar esa buyrakning tuzilishi va qismlari orasida o‘zgarishlarni tushuntiradi. Oziq ovqat mahsulotlaridan zaharlanish jarayonida buyrak nefronlarida gistologik o‘zgarishlar, masalan, buyrak morfologiyasida o‘zgarishlar va oziq ovqat mahsulotlari buyrakning qabul olish qismi bilan to‘g‘ri aloqador bo‘lgan qismidagi kapillyarlarining morfologiyasida o‘zgarishlar kuzatilishi mumkin. Bu o‘zgarishlar, buyrak nefronlarining funksional qobiliyatlarini ta’sir qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1.Q.O.Dodoyev. Konservalangan oziq-ovqat mahsulotlari texnologiyasi. Toshkent. “Noshir” 2009 y.

2.O‘zbekiston qishloq va suv xo‘jaligi jurnali Maxsus son 2019 yil, ToshDAU, A.Rasulov assistent, S.Sharipov t.f.n dotsent

3.R.Jo‘rayev Meva sabzavotlarni saqlash va dastlabki ishlov berish texnologiyasi, T., 2000. Dyachenko V.S, Bolezni i vrediteli ovoshey i kartofelya pri xranenii, 2 izd. M., 1985.

4. Axmedov A.U. Meva sabzavotlarni konservalash texnologiyasi. Jizzax Redaksion nashriyot b‘limi. 2007 y.

QUSHLARNING AGROTSENOZ LANDSHAFTIDA AHAMIYATI

*Doniyorov B.N. Buxoro davlat universiteti
Ametov Ya.I. Qoraqalpoq davlat universiteti*

Qushlarning ahamiyati bilan bog‘liq holatlarni o‘rganish o‘z tarixiga ega [1,2,3,4]. Madaniy biotsenozdagi qishloq xo‘jaligi ekinlaridan donli o‘simliklar, bog‘lar, rezavor mevalarga ozmi-ko‘pmi zarar yetkazadigan xarakterli qush turlari ahamiyatini o‘rganishga e’tibor yetarlicha qaratilmagan. Shu sababli, o‘zlashtirilgan madaniy hududlardagi qushlardan xalq xo‘jaligida

samarali foydalanish yo‘llarini takomillashtirish muhim ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi.

Aholi soni ortgan sari ehtiyojlarini qondirish uchun mavjud resurslarga qiziqish, ularni o‘rganish va foyda-zararini nisbiy baholashga ehtiyoj ortmoqda. Albatta qushlar ham bioresurs sifatida bundan mustasno emas. Xususan xo‘jalikdagi ahamiyatini qiyosiy baholash, erishilgan natijalardan kundalik amaliyotda foydalanish muhim hisoblanadi. Qushlarning amaliy holatini tadqiq qilish orqali “muammoli” turlarni sonini boshqarish, muhofazatalab turlarni muhofazalash, agrotsenozlarga jalb qilish, muxtasar aytganda qushlar bilan odamlar o‘rtasidagi ekologik munosabatlarni yaxshilashga erishiladi.

Buxoro vohasidagi ilmiy kuzatishlar asosan paxta va bug‘doy dalalari, daraxtzorlar hamda turli suvliklarda o‘tkazilgan bo‘lsa, mavjud fasllarda ushbu agrotsenozlarda uchrovchi qushlarning doim foydali yoki faqat zararli tomonini ko‘rmadik, ularning xo‘jalikdagi ahamiyati kundalik oziqlanish, dam olish, turlararo munosabatlar, tunashi, mavsumiy ko‘payishi, ko‘chishida, o‘troq qush turlarida qishlashi bilan bog‘liq hayotiy jarayonlarini o‘tashida shakllanishi guvohi bo‘ldik.

Qushlar keng tarqalganligi va tez-tez oziqlanishi bilan atrof-muhit ekologiyasida ta’siri katta. Bu holat ularning serharakatligi bilan izohlanadi. Har qanday qattiq ozuqa ham 5-6 soatda ularning ovqat-hazm qilish yo‘lida hazm bo‘ladi. Hasharotxo‘r va yirtqich qushlar tabiatda hasharotlar hamda kemiruvchilarning sonini boshqarishda, o‘lik organik materiya tarkibiy miqdorini “biosanitar” sifatida nazorat qilishda, agrotsenoz landshaftida shakllangan va doim yangilanib turadigan oziq zanjirida trofik bo‘g‘in sifatida ahamiyati bor.

Xulosa o‘rnida aytish mumkinki, keyingi vaqtlarda odamlar tomonidan tabiiy landshaftlarning madaniylashishi avj oldi, turar joylarni yangilash, zamonaviy dizayndagi urbolandshaftlarni shakllantirish va takomillashtirish

tezlashdi, bular qushlarning soniga ta'sir qilmoqda. Qushlar o'ziga xos xulqiy reaksiyali, turli go'shalarda o'z o'rniga ega, tabiatning ajralmas tarkibiy qismidir. Shuning uchun kam sonli qushlarni muhofaza qilish, qish mavsumida noqulay ob-havoli sharoitlarda ularga ovqatlanish joylarini yaratish, oziqlantirish, "muammoli" qushlarni sonini aniqlab, boshqarish maqsadga muvofiqdir. Buxoro vohasi agrotsenozlaridagi qushlar biologiyasi va ekologiyasini o'rganish davrida aniqlandiki, ular yerga tushgan bug'doy, makkajo'xori, arpa, sholi, no'xat, tariq donlari, begona o'simliklar urug'i bilan oziqlanadi, ba'zan aholi ancha gavjum bo'lgan bozor, xiyobon, istirohat bog'larida hamda, madaniy-tarixiy yodgorlik majmualarida antisanitariya holatini hosil bo'lishida, turli ektoparazitlarni tashilishi, tarqalishida ishtirok etishi mumkin. Turli chiqindilar, oziqa qoldiqlarini iste'mol qiladi. Go'ngi fosforga boy, tuproqni mineral bilan boyitadi. Ana shu xususiyatlari bilan paxta va bug'doy dalalari, daraxtzorlar hamda turli suvliklarda, inson ekologiyasida ijobiy rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Бакаев С.Б., Тураев М.М., Холбоев Ф.Р. Значение насекомоядных птиц в агроценозах Бухарской области // Проблемы экологии в сельском хозяйстве: Международная научно-прак. конференция. - Бухара, 2000. – С. 38-39.
2. Жабборов А.Р. Биопикаслишлар мониторингини яратиш ва унинг ахамияти // Ўзбекистон биология журнали. - Тошкент, 2008. № 6. -Б. 48-52.
3. Ильичев В.Д. Экология и управление поведением птиц // Серия Биология, № 3. – Москва, 1988. – С. 63.
4. Шарипов М. Экология и значение птиц городов Ферганской долины: Автореф. дисс. ... канд. биол. наук. – Ташкент, 1974. – С. 25.

**“SOG‘LOM TURMUSH TARZI VA TO‘G‘RI OVQATLANISHNI
TASHKIL ETISHNING ZAMONAVIY HOLATI VA ISTIQBOLLARI”
mavzusidagi xalqaro ilmiy-amaliy konferensiya
MATERIALLARI
(26-27 - aprel 2024-yil, Qarshi)**

**МАТЕРИАЛЫ
международной научно-практической конференции
«СОВРЕМЕННОЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ
ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
(26-27 апреля 2024 г, Карши)**

Авторы опубликованных материалов несут ответственность за подлинность и точность цитат, имен, названий и другой информации, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности.

Настоящий сборник основан на материалах международной научно–
практической конференции
**«СОВРЕМЕННОЕ ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ
ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ»**,
состоявшейся 26-27апрель 2024 года в Карши.

Nashriyot litsenziyasi 062153. 07.02.2023 yil.
Terishga 01.04.2024 yilda berildi.
Bosishga 24.04.2024 yilda ruxsat etildi.
Bichimi 40x60 1/8. Shartli bosma tabog‘i 23.0.
Ofset usulida chop etildi. Times New Roman garniturasida.
10 nusxada. Buyurtma 036-BMW/24. Hajmi 184 bet. Erkin narxda.

“Big Makro World” MCHJ nashriyoti, 180100.
Qarshi shahri, Ko‘chabog‘ ko‘chasi, 17-uy

“Big Makro World” MCHJ bosmaxonasida bosildi.
Qarshi shahri, Beglar MFY, Ko‘chabog‘ ko‘chasi, 2/49-uy
Tel./faks: +998908680001

