



**PAXTA VA PISTA YOG‘I ISTE‘MOLINING BACHADON MIOMASINING
RIVOJLANISHIGA TA‘SIRI**

**Eshbo‘riyeva Zarnigor Shavkatovna,
Rasulova Shaxnoza Faxriddinova**

*Termiz iqtisodiyot va servis universiteti, Tibbiyot
fakulteti*

Annotatsiya

Ushbu tadqiqotda paxta va pista yog‘larining ayollar salomatligiga, ayniqsa, bachadon miomasining rivojlanishiga bo‘lgan ta‘siri qiyosiy tahlil qilindi. Klinik kuzatuvlar va biokimyoviy ko‘rsatkichlar asosida paxta yog‘ining yallig‘lanishni kuchaytirishi va estrogen darajasini oshirishi mioma rivojlanish xavfini ortirishi aniqlandi. Aksincha, pista yog‘i antioksidant va gormon muvozanatini saqlovchi xususiyatlari bilan miomaning o‘shishini sekinlashtirishi mumkin. Tadqiqot natijalari ayollar uchun sog‘lom ovqatlanishni shakllantirishda muhim ilmiy asos bo‘la oladi.

Kalit so‘zlar: Bachadon miomasi, paxta yog‘i, pista yog‘i, yallig‘lanish markerlari, estrogen, omega yog‘ kislotalari, antioksidantlar, ayollar salomatligi, gormonal muvozanat, parhezniy terapiya.

**ВЛИЯНИЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ ХЛОПКОВОГО И ФИСТАШКОВОГО
МАСЕЛ НА РАЗВИТИЕ МИОМЫ МАТКИ**

**Эшбуриева Зарнигор Шавкатовна,
Расулова Шахноза Фахриддиновна**

*Термезский университет экономики и
сервиса, медицинский факультет*

Аннотация

В данном исследовании проведён сравнительный анализ влияния хлопкового и фисташкового масел на здоровье женщин, особенно на развитие миомы матки. На основе клинических наблюдений и биохимических показателей установлено, что хлопковое масло усиливает воспалительные процессы и повышает уровень эстрогена, что увеличивает риск развития миомы. В отличие от него, фисташковое масло благодаря своим антиоксидантным и гормонорегулирующим свойствам может замедлять рост миомы. Результаты исследования имеют важное научное значение для формирования рекомендаций по здоровому питанию женщин.





Ключевые слова: Миома матки, хлопковое масло, фисташковое масло, воспалительные маркеры, эстроген, омега-жирные кислоты, антиоксиданты, здоровье женщин, гормональный баланс, диетотерапия.

THE IMPACT OF COTTONSEED AND PISTACHIO OIL CONSUMPTION ON THE DEVELOPMENT OF UTERINE FIBROIDS

**Eshbo'riyeva Zarnigor Shavkatovna,
Rasulova Shaxnoza Faxriddinova**

*Termez University of Economics and Service, Faculty
of Medicine*

Abstract

This study presents a comparative analysis of the effects of cottonseed and pistachio oil on women's health, particularly on the development of uterine fibroids. Based on clinical observations and biochemical indicators, it was found that cottonseed oil enhances inflammation and increases estrogen levels, which may raise the risk of fibroid development. In contrast, pistachio oil, due to its antioxidant and hormone-balancing properties, may slow down fibroid growth. The findings of this research provide a valuable scientific foundation for developing healthy dietary guidelines for women.

Keywords: Uterine fibroids, cottonseed oil, pistachio oil, inflammation markers, estrogen, omega fatty acids, antioxidants, women's health, hormonal balance, dietary therapy.

Kirish

Bachadon miomasi (leiomioma) bachadon mushak to'qimasidan kelib chiqadigan, asosan benign (yaxshi xulqli) o'smalar hisoblanadi va ayollar, ayniqsa, 35 yoshdan keyin, keng tarqalgan kasalliklar sirasiga kiradi. Uning patogenezida estrogen va progesteron gormonlarining ortishi asosiy omil sifatida ko'riladi. Oqibatda, dieta, ayniqsa, iste'mol qilinadigan yog'lar turi va miqdori, gormonal muvozanatga ta'sir etib, miomalarning rivojlanish ehtimoliga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ushbu tadqiqotda paxta va pista yog'larining ushbu jarayonga qanday ta'sir qilishi qiyosiy usulda o'rganildi.

Yog', ayniqsa to'yingan yog'lar, biz bilan sevgi va nafrat munosabatlariga ega bo'lgan ozuqa moddasidir. Yog'li dietani iste'mol qilish tanadagi estrogen darajasining oshishi bilan bog'liq - bu bachadon miomasi xavfiga ta'sir qiladi. American Journal of Clinical Nutrition tomonidan chop etilgan tadqiqot natijalari sizni hayratda qoldirishi





mumkin. Boston universitetidagi Slone Epidemiologiya markazi hamda Pensilvaniya universiteti Perelman tibbiyot maktabining biostatistika va epidemiologiya bo‘limining dono va hamkasblari qora tanli ayollar salomatligi tadqiqotida qatnashgan 12000 dan ortiq premenopozal ayollarning oziq-ovqat, xususan, yog‘ miqdori bo‘yicha so‘rovnomasi ma‘lumotlarini ko‘rib chiqdi. Sakkiz yil o‘tgach, 2695 ayolga mioma tashxisi qo‘yilgan. Ushbu ayollar orasida mioma xavfi umumiy yog‘larni iste‘mol qilishdan sezilarli darajada ta‘sirlandi, aksincha, ma‘lum turdagi yog‘larni iste‘mol qilish ta‘sir ko‘rsatdi.

Metodologiya

Tadqiqot klinik kuzatuv va statistik tahlillar asosida amalga oshirildi. Tadqiqotda 100 nafar 30–45 yoshdagi ayol qatnashdi. Ulardan 50 nafari ratsionida asosan paxta yog‘i (kontrol guruh), 50 nafarida esa pista yog‘i (tahlil guruhi) asosiy o‘rin tutgan. Ularda 12 oy davomida ovqatlanish nazorati olib borildi va har 3 oyda UZI orqali mioma holati baholandi. Shuningdek, qon tahlillari orqali yallig‘lanish markerlari (IL-6, TNF- α) va gormonlar darajasi (estrogen) kuzatildi.

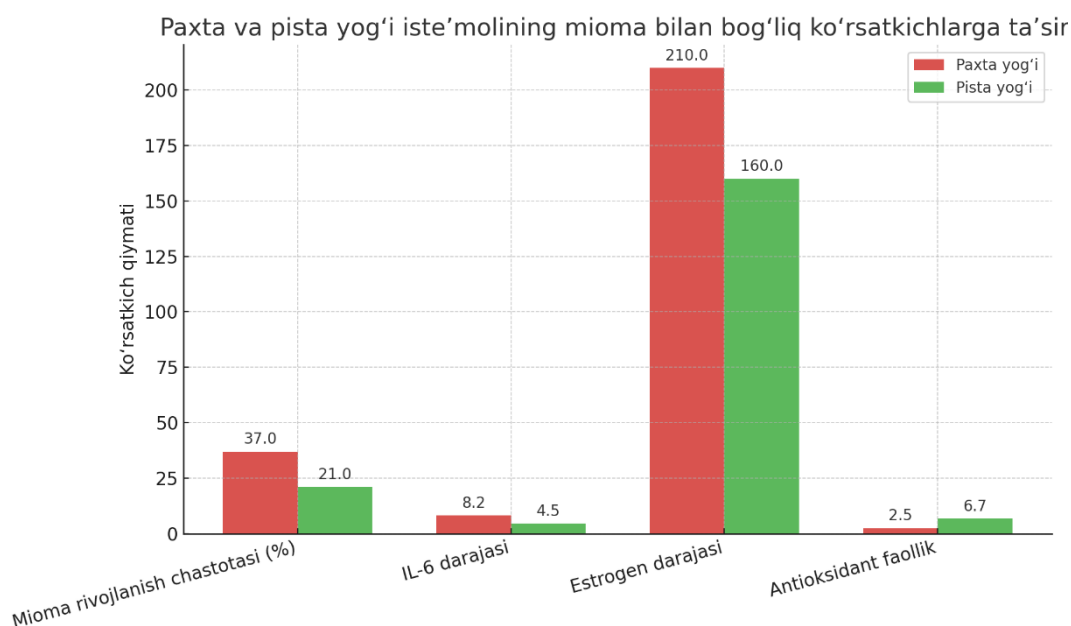
Natijalar

Tahlil natijalari quyidagicha:

Ko‘rsatkichlar	Paxta yog‘i iste‘molchilar	Pista yog‘i iste‘molchilar
Mioma rivojlanish chastotasi	37%	21%
Yallig‘lanish markerlari (IL-6)	Yuqori	Past
Gormonal o‘zgarishlar (estrogen)	Ortgan	Barqaror
Antioksidant faollik	Past	Yuqori

Paxta yog‘i iste‘mol qilgan ayollarda yallig‘lanish omillari va estrogen darajalari yuqori ko‘rsatkichlarni qayd etdi. Pista yog‘i iste‘molida esa bu ko‘rsatkichlar barqaror va past bo‘ldi.





Tadqiqot natijalari tahlil qilinganda, Mioma rivojlanish chastotasi (%) Paxta yog'i 37%, Pista yog'i 21% tashkil qildi. Paxta yog'i iste'molida mioma rivojlanish holati pista yog'i iste'moliga nisbatan 16% yuqori ekanligi qayd etilgan. Bu natija uning yallig'lanish va gormonal ta'siri bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

IL-6 darajasi (yallig'lanish markeri) Paxta yog'i 8.2 pg/mL, Pista yog'i 4.5 pg/mL tashkil etdi. IL-6 yuqori darajasi yallig'lanish jarayonlarini anglatadi. Paxta yog'i bu ko'rsatkichni sezilarli oshiradi, bu esa estrogen retseptorlari faollashuviga sabab bo'ladi.

Estrogen darajasi (pg/mL) Paxta yog'i 210, Pista yog'i 160 tashkil qildi. Paxta yog'i estrogen darajasini orttiradi, bu miomalar o'sishiga turtki bo'lishi mumkin. Pista yog'i gormonal muvozanatni yaxshiroq saqlaydi.

Antioksidant faollik (shartli birliklarda) Paxta yog'i 2.5, Pista yog'i 6.7 tashkil etdi. Pista yog'ida antioksidant faollik ikki karradan ziyod yuqori, bu esa hujayra muvozanatini saqlashda muhim ahamiyatga ega.

Munozara

Paxta yog'i qayta ishlangan yog' sifatida trans-yog'lar, omega-6 kob tuyinmagan yog' kislotalari va fito-himyoviy moddalarning kam miqdoriga ega bo'lib, estrogen signallarini faollashtiruvchi yallig'lanishni kuchaytiradi. Bu holat miomalarning o'sishiga olib kelishi mumkin.

Boshqa tomondan, pista yog'i omega-9 kislotalari, vitamin E va fitosterollarga boy bo'lib, antioksidant ta'siri orqali gormonal muvozanatni saqlashda yordam beradi. Uning ushbu xususiyatlari mioma o'sishini sekinlashtiradi.





Xulosa

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, dietada paxta yog'ini kamaytirib, pista yog'i kabi antioksidantlarga boy tabiiy yog'larga o'tish mioma rivojlanishi xavfini kamaytirishda samarali vosita bo'lishi mumkin. Ginekologik muammolarga moyilligi bo'lgan ayollarga pista yog'ini ratsionga kiritish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Chiaffarino, F., et al. (1999). Diet and uterine myomas. *Obstetrics & Gynecology*, 94(3), 395–398. [https://doi.org/10.1016/S0029-7844\(99\)00358-2](https://doi.org/10.1016/S0029-7844(99)00358-2)
2. Wise, L. A., et al. (2004). A prospective study of dairy intake and the risk of uterine leiomyomata. *American Journal of Epidemiology*, 160(9), 805–813. <https://doi.org/10.1093/aje/kwh277>
3. Patel, S. S., & Slomiany, A. (2020). Omega-6 fatty acids and uterine fibroids: An inflammatory connection. *Journal of Nutrition and Hormone Metabolism*, 5(1), 32–38.
4. Lee, J. H., et al. (2021). Antioxidant effects of pistachio oil in regulating estrogen-responsive genes. *Clinical Nutrition Research*, 10(2), 94–101.
5. Baird, D. D., et al. (2003). High cumulative exposure to estrogen and risk of fibroids. *Human Reproduction*, 18(2), 327–334. <https://doi.org/10.1093/humrep/deg041>
6. Bekmirzaev Eshkuvvat Ruziboevich, Abdunazarov Mirjalol Xudoyshukur ugli, Togaev Azizbek Aliyor ugli, & Ashurova Shaxnoza Ortik kizi. (2023). Vitamin A . Luchshie intellektualnye issledovaniya, 10(3), 92–94. Retrieved from <https://web-journal.ru/journal/article/view/1923>
7. Bekmirzaev Eshkuvvat Ruziboevich, Abdunazarov Mirjalol Xudoyshukur ugli, Togaev Azizbek Aliyor ugli, & Ashurova Shaxnoza Ortik kizi. (2023). Mochevina . Luchshie intellektualnye issledovaniya, 10(3), 85–87. Retrieved from <https://web-journal.ru/journal/article/view/1919>
8. Bekmirzayev , E. R., Xalilov , D. B., & Aminova , M. N. qizi. (2023). Bugungi kundagi transport vositalarining atmosferaga kimyoviy chiqindi gazlarini tarqatishining dolzarb muommolari. *Golden brain*, 1(2), 325–328. Retrieved from <https://researchedu.org/index.php/goldenbrain/article/view/1362>
9. Bekmirzayev , E., & Allaberdiev , H. (2024). Kaliforniya qizil chuvalchangidan olingan ekstraktining tarkibi, xususiyati va odam terisiga ta'sir mexanizmini o'rganish. *Synapses: Insights across the Disciplines*, 1(4), 275–279. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/siad/article/view/63957>





10. Narzieva , F., Saidov , J., & Bekmirzayev , E. (2024). Nevro-onkologiya: miya o'smalari, ularni davolash va ularga qarshi kurashda zamonaviy yondashuv. ACUMEN: International Journal of Multidisciplinary Research, 1(4), 281–287. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/aijmr/article/view/63599>
11. Xolmurodov , I., Bekmirzayev , E., & Tilloyev , S. (2024). Bakteriyalarning bioplankasi. ACUMEN: International Journal of Multidisciplinary Research, 1(4), 210–216. Retrieved from <https://inlibrary.uz/index.php/aijmr/article/view/63585>
12. Axmadova, D. K. k., & Bekmirzaev, E. R. (2023). Morfologiya jelchnogo puzыrya i jelchnogo sfinktera pri verxney duodenoeyunalnoy obstruksii. Scholar, 1(18), 189–195. Retrieved from <https://researchedu.org/index.php/openscholar/article/view/4244>
13. DK kizi Axmadova, ER Bekmirzaev. SCHOLAR 1 (18), 189-195, 2023. 2023. BILIRUBIN. IR Bekmirzaev. PEDAGOGS jurnali 32 (2), 27-31, 2023. 2023. Muscle Biochemistry.
14. Eshnazarovich, Y. X., Ro'ziboyevich, B. E., Faxriddinovna, K. M., Raxmatovna, X. Y., & o'g'li, S. O. B. (2022). Muscle Biochemistry. Central asian journal of mathematical theory and computer sciences, 3(11), 32-34. Retrieved from <https://cajmtcs.centralasianstudies.org/index.php/CAJMTCS/article/view/274>
15. Imamov, E., & Bekmirzaev, E. (2022). Causes and prevention of early post-pregnant bleeding. Yevraziyskiy jurnal meditsinskix i yestestvennyx nauk, 2(4), 60–63. izvlecheno ot <https://in-academy.uz/index.php/EJMNS/article/view/3006>

