



**UDK: 616.8-005+613.846**

**TAMAKI MAHSULOTLARINI CHEKISH VA INSULT XAVFI  
(ADABIYOTLAR SHARXI).**

**Jabbarov Marks Taxirovich**

**Matyokubov Murod Otajonovich**

**Bobojanov Umidjon Adilbekovich**

Toshkent tibbiyot akademiyasi Urganch filiali

**ANNOTATSIYA**

Ushbu maqolada chekishning inson salomatligiga, ayniqsa bosh miya va uning qon tomir tizimiga salbiy ta'siri tahlil qilingan. Ayniqsa, chekish bilan insult (miya insultlari) o'rtasidagi bog'liqlik ilmiy manbalar asosida yoritilgan. Chekish qon tomirlarining torayishi, arterial bosimning ko'tarilishi va qonning ivuvchanligining ortishiga sabab bo'lib, bu omillar miya insultiga olib kelishi mumkin. Shuningdek, maqolada sog'lom turmush tarzini shakllantirish va chekishni tashlash orqali insult profilaktikasini amalga oshirish bo'yicha tavsiyalar berilgan. Ushbu mavzu bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar chekishni kamaytirish yoki butunlay tashlash orqali jiddiy asoratlarning oldini olish mumkinligini tasdiqlaydi.

**Kalit so'zlar:** ishemik insult, gemorragik insult, tamaki, ateroskleroz, tomir endoteliysi, bosh miya, xavflar omillar.

**УПОТРЕБЛЕНИЕ ТАБАЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ И РИСК ИНСУЛЬТА (ОБЗОР  
ЛИТЕРАТУРЫ)**

**Жаббаров Маркс Тахирович**

**Матёкубов Мурод Отажонович**

**Бобожанов Умиджон Адилбекович**

Ургенчский филиал Ташкентской Медицинской Академии





## АННОТАЦИЯ

В данной статье проанализировано негативное влияние курения на здоровье человека, особенно на головной мозг и его сосудистую систему. Особое внимание уделено связи между курением и инсультом (цереброваскулярными нарушениями), которая раскрыта на основе научных источников. Курение способствует сужению кровеносных сосудов, повышению артериального давления и увеличению свертываемости крови, что может привести к инсульту. В статье также представлены рекомендации по профилактике инсульта за счёт формирования здорового образа жизни и отказа от курения. Исследования, проведённые по данной теме, подтверждают, что снижение или полный отказ от курения позволяет существенно уменьшить риск серьёзных осложнений.

**Ключевые слова:** ишемический инсульт, геморрагический инсульт, табак, атеросклероз, эндотелий сосудов, головной мозг, факторы риска.

## TOBACCO USE AND STROKE RISK (LITERATURE REVIEW)

**Jabbarov Marks Taxirovich**

**Matyokubov Murod Otajonovich**

**Bobojanov Umidjon Adilbekovich**

Urgench Branch of Tashkent Medical Academy

## ABSTRACT

This article analyzes the negative impact of smoking on human health, particularly on the brain and its vascular system. Special attention is given to the correlation between smoking and stroke (cerebrovascular disorders), based on scientific sources. Smoking contributes to the narrowing of blood vessels, increased blood pressure, and higher blood clotting, all of which can lead to stroke. The article also provides recommendations for stroke prevention through the adoption of a healthy lifestyle and smoking cessation. Studies conducted on this topic confirm that reducing or completely quitting smoking significantly decreases the risk of serious complications.

**Keywords:** ischemic stroke, hemorrhagic stroke, tobacco, atherosclerosis, vascular endothelium, brain, risk factors.





Insult global miqyosdagi eng katta sog'liq muammolaridan biri bo'lib, inson hayoti sifatiga va iqtisodiy tizimga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Insultdan kelib chiqadigan o'limlar va kasallanish holatlari, ayniqsa, rivojlanayotgan mamlakatlarda keskin o'sib bormoqda [5, 9]. Bu jarayonning muhim omillaridan biri sifatida tamaki mahsulotlarini chekish ko'rsatilgan. Ushbu maqolada tamaki chekish va insult turlari o'rtasidagi bog'liqlikka oid mavjud dalillar, uning patofiziologik mexanizmlari va jamoat salomatligiga bo'lgan ta'siri muhokama qilinadi.

Cekish va miya insultining aloqasi bo'yicha tadqiqotlar o'rtasida umumiy kelishuv (konsensus) yo'qligi sababli meta-tahlil o'tkazildi. Barcha chop etilgan ma'lumotlar o'rganildi va iloji boricha har bir tadqiqot uchun nisbiy xavf (relative risk) aniqlanib, meta-tahlilga qo'shilgan har bir tadqiqotning aniqlik darajasi hisobga olinib, umumiy nisbiy xavf hisoblab chiqildi. Barchasi bo'lib 32 ta alohida tadqiqot tahlil qilindi. Chekish bilan bog'liq miya insultining umumiy nisbiy xavfi 1.5 (95% ishonchlilik oralig'i 1.4 dan 1.6 gacha) bo'ldi. Nisbiy xavflar turli subtiplar bo'yicha sezilarli farqlarni ko'rsatdi: miya infarkti 1.9, miya qon ketishi 0.7, va subaraxnoidal qon ketishi 2.9. Nisbiy xavfga yoshning ta'siri ham qayd etildi va bu 55 yoshgacha 2.9, 55-74 yoshda 1.8, va 75 yoshdan kattalarda 1.1 ko'rsatkichga ega ekanligi aniqlandi. Chekadigan sigaretalar soni va nisbiy xavf o'rtasida bog'liqlik mavjudligi qayd etildi va xavf ayollarda erkaklarga nisbatan kichik ustunlikka ega ekanligi aniqlandi. 75 yoshgacha bo'lgan sobiq chekadiganlarda insult xavfi sezilarli darajada yuqori bo'lib qolishi (1.5) aniqlandi; barcha yoshlar bo'yicha sobiq chekuvchilarda nisbiy xavf 1.2 ko'rsatkichga ega bo'ldi. Meta-tahlil miya insulti xavfining ortishini chekish bilan bog'liq ekanligini kuchli dalil sifatida taqdim etadi. Shu sababli, insultni chekish bilan bog'liq kasalliklar ro'yxatiga kiritish zarur [8, 13].

Tamaki mahsulotlarini chekishning yurak-qon tomir tizimiga salbiy ta'siri keng o'rganilgan bo'lib, u ishemik va gemorragik insult xavfini oshiradi [6, 11].

Cekish erkaklar orasida trombotik va gemorragik insult xavfini oshirishi bilan bog'liq ekanligi ma'lum. Shu kabi aloqani ayollar orasida tekshirish maqsadida, 1976 yilda 30-55 yosh oralig'idagi, yurak kasalliklari, insult va saraton kasalliklaridan xoli 118 539 nafar ayolni o'z ichiga olgan istiqbolli koxorta tadqiqoti o'tkazildi. Sakkiz yil davomida (yiliga 908 447 odam) kuzatuv olib borildi va 274 ta insult holati aniqlanib, ulardan 71 tasi subaraxnoidal qon quyilishi, 26 tasi miya ichiga qon quyilishi, 122 tasi tromboembolik insult, 55 tasi esa yetarli ma'lumot bo'lmagani uchun tasniflanmagan.





Kuniga chekilgan sigaretalar soni insult xavfi bilan ijobiy bog‘liq ekanligi aniqlandi. Chekmagan ayollar bilan taqqoslaganda, kuniga 1 donadan 14 tagacha sigareta chekkan ayollarda yoshga moslashtirilgan nisbiy xavf 2.2 (95% ishonchlilik oralig‘i, 1.5 dan 3.3 gacha) bo‘ldi, 25 ta yoki undan ko‘p sigareta chekkan ayollarda esa nisbiy xavf 3.7 (95% ishonchlilik oralig‘i, 2.7 dan 5.1 gacha) bo‘ldi. So‘nggi guruhdagi ayollar orasida, subaraknoidal qon ketishining nisbiy xavfi chekmagan ayollarga nisbatan 9.8 (95% ishonchlilik oralig‘i, 5.3 dan 17.9 gacha) edi.

Nisbiy vazn, gipertoniya, diabet, yuqori xolesterin darajasi, oral kontratseptivlar ishlatish, postmenopauzal estrogen terapiyasi va alkogol iste‘moli kabi omillarni hisobga olgan holda, chekish va insult holatlari o‘rtasidagi aloqa ahamiyatli darajada o‘zgarmagan.

Bu istiqbolli ma'lumotlar yosh va o‘rta yoshdagi ayollar orasida chekish va insult o‘rtasida kuchli musbat bog‘liqlik borligini isbotlaydi. [4, 10]

#### **Tamaki chekishning insult turlariga ta’siri:**

Ishemik insult qon oqimi yomonlashishi natijasida yuzaga keladi. Ko‘plab tadqiqotlar tamaki chekishning ishemik insult xavfini oshirishi haqida xabar bergan. Meta-tahlillar natijalariga ko‘ra, har kuni tamaki chekish ishemik insult xavfini 50–60% ga oshiradi [13]. Shuningdek, passiv chekish ham ishemik insult xavfini oshirishda muhim omil sifatida qayd etilgan [2].

Gemorragik insult tamaki chekish bilan bog‘liqligi bo‘yicha ziddiyatli dalillarga ega. Ba’zi tadqiqotlar tamaki chekishning gemorragik insult xavfini oshirishini ko‘rsatsa [12], boshqa tadqiqotlar bu bog‘liqlikning ahamiyatli emasligini qayd etgan [5]. Bu ziddiyat tamakining qon bosimiga bo‘lgan ta’siri, qon ivish tizimi va tomir devorlari holati kabi omillar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Subaraxnoidal qon quyilishni klinik jihatdan insultning boshqa turlaridan ajratish mumkin bo‘lgani uchun, biz subaraxnoidal qon quyilishi deb tashxislangan holatlarni istisno qilgan holda insult bo‘yicha barcha ma’lumotlarni ko‘rib chiqdik. Bunda 35 ta alohida nisbiy xavf baholaridan keyin subaraxnoid qon ketishini istisno qilgan holda umumiy nisbiy xavf 1,43 ni (95% ishonchlilik intervali 1,33 dan 1,55 gacha) tashkil qildi [13].

#### **Tamaki chekishning patofiziologik ta’sirlari:**

Tamaki chekish arterial gipertenziya xavfini sezilarli darajada oshiradi, bu esa insultning asosiy xavf omillaridan biri hisoblanadi [15, 17]. Nikotin simpatik nerv tizimini faollashtiradi, bu o‘z navbatida qon bosimini oshirib, yurakga bo‘lgan yuklamani ko‘paytirishi mumkin [16].





Tamaki chekish trombotsitlarning faollashuvini kuchaytiradi, qon ivishiga olib keladi va tromb hosil bo'lish xavfini oshiradi [7]. Bu jarayon esa ishemik insult xavfini sezilarli darajada oshiradi.

Tamaki chekish ateroskleroz rivojlanishini tezlashtiradi, bu esa qon tomirlarining torayishiga va ishemik insult xavfining oshishiga olib keladi [1, 18]. Shuningdek, tamaki tutunidagi toksik moddalar endoteliy hujayralariga zarar etkazadi, bu qon tomirlarining elastikligini kamaytiradi.

Passiv chekish ham insult xavfini sezilarli darajada oshiradi. Turli tadqiqotlarda passiv chekuvchi shaxslarda ishemik insult xavfi 25–30% ga oshganligi qayd etilgan [2].

Tamaki chekishni kamaytirish bo'yicha chora-tadbirlar insult xavfini sezilarli darajada pasaytirishi mumkin. Tamaki mahsulotlariga soliqlarni oshirish, jamoat joylarida chekishni taqiqlash va jamoatchilikka ta'lim berish kabi tadbirlar insult holatlarini kamaytirishda muhim ahamiyat kasb etadi [3].

Tamaki chekish va insult o'rtasidagi bog'liqlikka oid tadqiqotlarda ayrim cheklovlar mavjud. Chekishning umumiy davomiyligi, iste'mol miqdori va shaxsiy omillar (masalan, dieta, jismoniy faoliyat) hisobga olinmagan holatlar natijalarga ta'sir qilishi mumkin. Shuningdek, anamnezda bemorning shaxsan o'zidan ma'lumot yig'ish ishonchlilikni pasaytirishi mumkin [6, 19].

Chekishni to'xtatish insult xavfini kamaytirishda sezilarli va tezkor foyda keltiradi, ayniqsa yengil chekuvchilarda (<20 sigareta/kuni); og'ir chekuvchilarda xavfning to'liq yo'qolishi kuzatilmaydi. Pipe yoki sigara chekishga o'tish deyarli hech qanday foyda bermaydi, bu esa chekishni to'liq tashlash zarurligini ta'kidlaydi. Chekishni to'xtatishning insult xavfi bo'yicha absolut foydasi gipertenziv shaxslar orasida eng katta bo'ladi. [14]

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти (ЖССТ) маълумотларига кўра, чекишни ташлаш инсулт хавфини тезда камайтиришга ёрдам беради. Чекишни ташлаган шахсларда 5 йил ичида инсулт хавфи умуман чекмаган инсонларники билан тенглашади [3, 20]. Shuning uchun, chekishni tashlashni qo'llab-quvvatlash va jamoat salomatligi dasturlarini kengaytirish juda muhimdir.

## **Xulosa**





Tamaki chekish insult, ayniqsa, ishemik insult xavfini oshiradigan asosiy omildir. Uning qon bosimiga, qon ivish tizimiga va qon tomirlarining holatiga salbiy ta'siri insult xavfining ortishiga olib keladi. Jamoat salomatligi dasturlari, profilaktika tadbirlari va qonunchilik choralari orqali tamaki chekishni kamaytirish insult holatlarini sezilarli darajada kamaytirishga yordam beradi.

### **Adabiyotlar ro'yxati**

1. Ambrose J. A., Barua R. S. The pathophysiology of cigarette smoking and cardiovascular disease: an update //Journal of the American college of cardiology. – 2004. – T. 43. – №. 10. – C. 1731-1737.
2. Bonita R. et al. Passive smoking as well as active smoking increases the risk of acute stroke //Tobacco control. – 1999. – T. 8. – №. 2. – C. 156-160.
3. Bull F. C. et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour //British journal of sports medicine. – 2020. – T. 54. – №. 24. – C. 1451-1462.
4. Colditz G. A. et al. Cigarette smoking and risk of stroke in middle-aged women //New England Journal of Medicine. – 1988. – T. 318. – №. 15. – C. 937-941.
5. Feigin V. L. et al. Worldwide stroke incidence and early case fatality reported in 56 population-based studies: a systematic review //The Lancet Neurology. – 2009. – T. 8. – №. 4. – C. 355-369.
6. Hackshaw A. K., Law M. R., Wald N. J. The accumulated evidence on lung cancer and environmental tobacco smoke //Bmj. – 1997. – T. 315. – №. 7114. – C. 980-988.
7. Howard G. et al. Cigarette smoking and progression of atherosclerosis: The Atherosclerosis Risk in Communities (ARIC) Study //Jama. – 1998. – T. 279. – №. 2. – C. 119-124.
8. Hudayberganov N. Y., Jabbarov M. T., Matyoqubov M. O. THE ROLE AND SIGNIFICANCE OF TRANSIENT CEREBRAL CIRCULATION DISORDERS IN THE DEVELOPMENT OF CEREBRAL STROKES IN EMERGENCY NEUROLOGY //ACTUAL PROBLEMS OF MODERN SCIENCE, EDUCATION AND TRAINING IN THE REGION. – 2017. – T. 2. – C. 131.
9. Kilichev I. A. et al. BRAIN STROKES IN ECOLOGICALLY UNFAVORABLE AREAS OF THE ARAL SEA REGION //Schizophr. Bull. – 2013. – T. 3. – C. 413-430.
10. Kilichev I. A. et al. Register of stroke in the desert-steppe zones of Uzbekistan //BIO Web of Conferences. – EDP Sciences, 2023. – T. 65. – C. 04002.





11. Marks J. et al. Molecular-genetics aspects of migraine //International scientific review. – 2016. – №. 4 (14). – С. 212-215.
12. Qureshi A. I. et al. Cigarette smoking among spouses: another risk factor for stroke in women //Stroke. – 2005. – Т. 36. – №. 9. – С. e74-e76.
13. Shinton R., Beevers G. Meta-analysis of relation between cigarette smoking and stroke //British medical journal. – 1989. – Т. 298. – №. 6676. – С. 789-794.
14. Wannamethee S. G. et al. Smoking cessation and the risk of stroke in middle-aged men //Jama. – 1995. – Т. 274. – №. 2. – С. 155-160.
15. Wolf P. A. et al. Cigarette smoking as a risk factor for stroke: the Framingham Study //Jama. – 1988. – Т. 259. – №. 7. – С. 1025-1029.
16. Zevin S., Gourlay S. G., Benowitz N. L. Clinical pharmacology of nicotine //Clinics in dermatology. – 1998. – Т. 16. – №. 5. – С. 557-564.
17. Бобожанов У. А., Киличев И. А. STRUCTURE OF EPILEPTIC VESSELS IN CHILDREN RESIDING IN THE AREAL REGION AREA //Новый день в медицине. – 2019. – №. 3. – С. 70-72.
18. Бобожанов У. А., Садикова Г. К. CLINICAL AND DIAGNOSTIC CHARACTERISTICS OF CHILDREN'S EPILEPSY LIVING IN THE ARAL SEA REGION.
19. Киличев И. А., Адамбаев З. И., Матёкубов М. О. ДИНАМИКА НЕКОТОРЫХ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ИНСУЛЬТА В ПУСТЫННО-СТЕПНЫХ ЗОНАХ УЗБЕКИСТАНА ЗА ПЕРИОД НЕЗАВИСИМОСТИ РЕСПУБЛИКИ //Медицинские новости. – 2022. – №. 1 (328). – С. 76-78.
20. Худайбергганов Н. Ю., Жаббаров М. Т., Матёкубов М. О. Неврологическая семиотика у больных желездефицитной анемией тяжелой степени //Национальный журнал неврологии. – 2017. – Т. 1. – №. S11. – С. 54-56.

