

## ASABIYLIKKA QARSHI GIYOHLAR

Normurodova Zuhra Norbo'tayevna

Sergeli Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat Texnikumida O'TIBDU

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10467081>

*Annotatsiya.* Mazkur maqolada asabiylikka qarshi giyohlar va ularning tavsifi haqida ma'lumot berib o'tilgan. Maqola davomida asab tizimi va asabiylikning kelib chiqish sabablari yoritib berilgan.

*Kalit so'zlar:* asabiylikka qarshi giyohlar, dorivor preparatlar asab tizimi, asabiylikning kelib chiqish sabablari.

## ANTI-ANXIETY DRUGS

*Abstract.* This article provides information about anti-anxiety drugs and their description. The article explains the nervous system and the causes of nervousness.

*Key words:* anti-nervous drugs, medicinal preparations, nervous system, causes of nervousness.

## ПРОТИВОТРЕВОЖНЫЕ ПРЕПАРАТЫ

*Аннотация.* В данной статье представлена информация о противотревожных препаратах и их описание. В статье объясняется нервная система и причины нервозности.

*Ключевые слова:* противонервные средства, лекарственные препараты, нервная система, причины нервозности.

Kundalik turmushimizda turli holatlar bizni o'rab turadi. Ba'zan asabiylik, charchoq va ortiqcha diqqat kishini holdan qo'yishi mumkin. Buning surunkali davom etishi esa turli kasalliklarga olib keladi.

Shunday kasalliklardan biri – asab tizimining zo'riqishi sindromi.

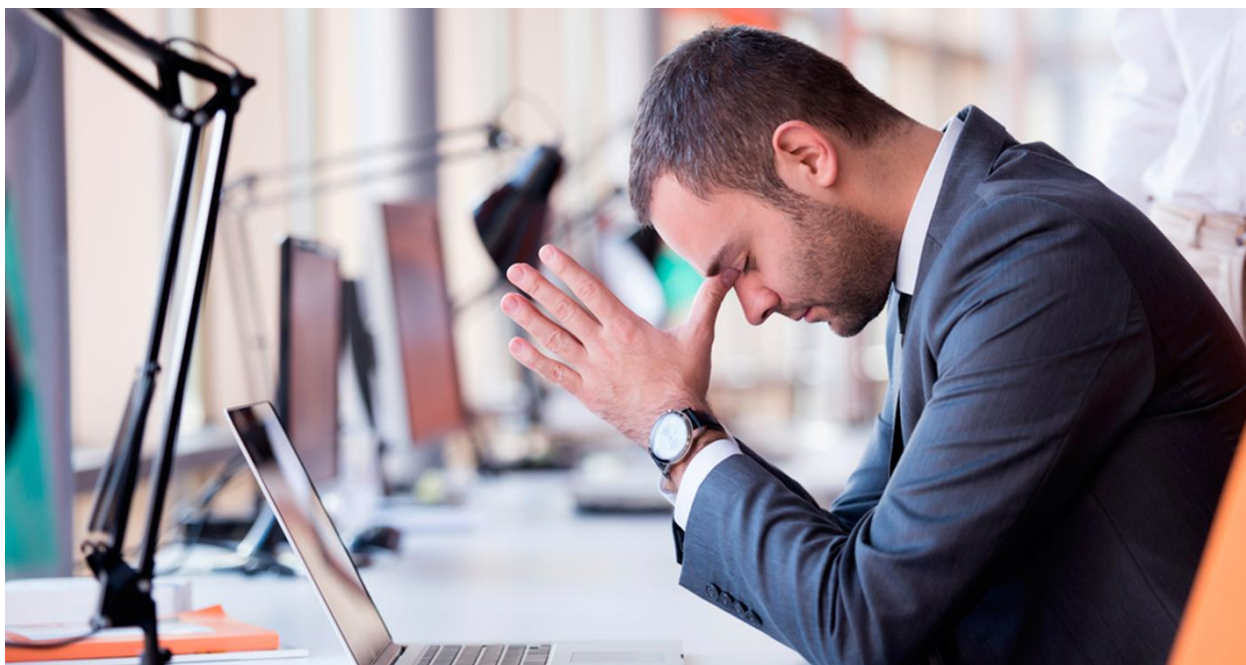
### **Kasallikning kelib chiqish sabablari**

Bu kasalliklar kelib chiqishiga sabablar juda ko'p. Bular ichki va tashqi omillar ta'sirida yuzaga chiqadi.

Ichki sabablarni ko'rib chiqadigan bo'lsak, turli xil somatik, nevrologik kasalliklar bilan og'rish, bosh miyaning o'tkir qon aylanishi buzilishi, bosh miya jarohatlarini surunkali nerv mushak o'tkazuvchanligi buzilishi kasalliklari, kasallikning uzoq davom etishi, turli xil preparatlarni uzoq davr ichish kabi holatlar natijasida bemorlarda asab tizimi astinezatsiyasi yuzaga kelishi mumkin.

Endi tashqi faktorlarga keladigan bo'lsak, zamona shiddati, noto'g'ri yashash tarzi, kunning noto'g'ri tashkil qilinishi, ya'ni ish va dam olishning me'yorlashmagani, uyqusizlik, jismoniy imkoniyatlarni hisobga olmay organizmga beriladigan turli zo'riqishlar, vaqtida ovqatlanmaslik, shuningdek noto'g'ri ovqatlanish sabab bo'lishi mumkin.

Bundan tashqari, ish joylarining to'g'ri tashkil qilinmasligi: yorug'likning yetarli bo'lmasligi, shovqin, binoning havo sirkulyatsiyasi noto'g'ri bo'lgan dim xonalarda uzoq muddat bir xil holatda o'tirib ishlash ham asab tizimi astenizatsiyasiga olib kelishi mumkin.



Bu holatning o'smir yoshdagi bolalarda uchrashiga sabab oilaviy muhitning ta'siri ham bo'lishi mumkin. Oilada yo'qotishlar bo'lganda yoki doimiy qattiq nazorat bo'lishi, bolada erkinlik va o'ziga baho berish hissining bo'g'ib qo'yilgan holatlar ham asab tizimi zo'riqishiga olib keladi.

Bugungi kunda to'satdan bo'ladigan yo'qotishlar, ijtimoiy, iqtisodiy va moliyaviy masalalar bilan bog'liq vaziyatlar ham asab tizimi zo'riqishiga olib keladigan dolzarb muammolardan hisoblanadi.

### **Kasallik alomatlari**

Asab tizimi zo'riqishi sindromi bir necha xil bo'lib, eng ko'p uchraydiganlari – astenonevrotik sindrom, nevrasteniya, depressiya holatlari hisoblanadi.

Alomatlar uch darajada bo'lib, birinchisi – dastlabki davrda ish qobiliyatining va diqqatning pasayishi, uyqu buzilishi, xotiraning kundalik holatlarda susayishi his qilinadi.

Tez charchash, jizzakilik va vegetativ belgilar rivojlanishi bilan boradi, ya'ni yurak tez urib ketishi (taxikardiya), terlab ketish, qo'l-oyoqlarda titrash kabi belgilar bilan kechishi mumkin.

Mana shu holatga olib keluvchi faktorlar yo'qotilmaganda yoki davo muolajalari olinmaganda, kun tartibi to'g'ri taqsimlanmasa, yuqoridagi belgilar turg'un holatga o'tadi.

Bu bosqichda qon bosimi oshishi, qon aylanishi va yurak urishining buzilish belgilari, qizarib yoki oqarib ketish, ba'zi holatlarda boshqa somatik kasalliklar fonida hushdan ketish, jizzakilik kabi belgilar turg'un holatga o'tadi. Bu narsa bemorning tashqi muhitda ish, o'qish va boshqa kundalik faoliyatida o'z ta'sirini ko'rsata boshlaydi.

Kasallik uchinchi davriga o'tganda esa bu faktorlar surunkali davom etishi natijasida hayotga qiziqish so'nishi, ham jismoniy, ham aqliy faoliyatining sustligi, dastlab uyqusizlik holatlari kuzatilsa, keyin uyquchanlik, jismoniy harakatlarning kamayishi, dunyoni kulrang ranglarda ko'rish kabi belgilar bilan kechadi.

### **Kasallikni davolash**

Tibbiy tajribadan kelib chiqib aytish mumkinki, hozirgi paytda asab tizimi bilan bog'liq bo'lgan kasalliklar bo'yicha shikoyat qiluvchilar soni ortib bormoqda. Buning natijasida, farmatsevtika sanoati rivojlanishi barobarida, farmatsevtika bozori ham faol rivojlanib borayotganini qayd etish joiz.

Hozirgi paytga kelib, asab tizimi kasalliklarini davolashda qo'llaniladigan ham xorijiy, ham mahalliy antidepressantlar yoki tinchlantiruvchi preparatlardan bir qancha turlari bor, ularni kombinatsiya yoki yakka holatda qabul qilish imkoniyatlari mavjud.

Kasalliklarning darajasiga, kasallik davriga qarab turli xil preparatlarni tanlab davolanish kerak bo'ladi.

Mahalliy preparatlarni ishlab chiqarish bugungi kunda keng yo'lga qo'yilayotgani biz shifokorlarga davo muolajalari olib borishda qulayliklar yaratmoqda. Tajribadan kelib chiqib aytadigan bo'lsak, yurtimizda o'sadigan dorivor giyohlar asosida tayyorlangan ayrim preparatlarning bemorlarga ta'siri juda ham ijobiy va samaralidir.

Asab tizimi kasalliklari asosan surunkali bo'lgani uchun uni davolash muddati bir oydan bir necha oygacha davom etadi. Uzoq muddatli muolajada tavsiya etiladigan dori foydali jihatidan tashqari nojo'ya ta'siri bo'lmasligiga ham e'tibor beriladi. Ushbu jihatni inobatga olgan holda, tabiiy giyohlar asosida tayyorlangan preparatlar tavsiya qilinadi.

Shu o'rinda, ana shunday dorilardan biri haqida ma'lumot berish joiz deb bilaman. Bu zamonaviy texnologiya asosida, tabiiy giyohlardan tayyorlangan «KOLMSTReS» preparatidir.

U yuqorida qayd qilingan, asab tizimida uchraydigan salbiy jarayonlarning oldini olish va davolashda qo'llaniladi, asab tizimini tinchlantiradi, kayfiyatni ko'taradi, uyquni yaxshilaydi.

Tajribalar shuni ko'rsatmoqdaki, bu preparat uzoq vaqt qabul qilinishiga qaramasdan, oshqozon-ichak trakti, yurak-qon tomir sistemasiga nojo'ya ta'sir etmaydi va organizmda ko'nikish hosil qilmaydi.

«Kolmstres»ni bolalar va homilador ayollarga ham tavsiya qilsa bo'ladi. Ta'kidlash lozimki, ushbu preparatni qo'llashda erishilgan samarali natijalar xususida bir necha mahalliy va xorijiy maxsus tibbiy jurnallarda klinik tadqiqotlar olib borgan mutaxassislarni maqolalari ham chop etilgan.

### **Kasallikning oldini olish**

Ma'lumki, kasallikni davolashdan uning oldini olish afzal. Shuning uchun asab tizimi zo'riqishi, astinevrotik sindrom, depressiya kabi holatlarga tushmaslikning oldini olish eng muhim davo hisoblanadi.

Buning uchun, avvalo to'g'ri yashash tarzini yo'lga qo'yish kerak. Ish va dam olish faoliyati to'g'ri taqsimlanishi, sport bilan shug'ullanish, o'z vaqtida ovqatlanishni amalga oshirish bu kasallikka chidamlilikni oshiradi.



Melissa (limono‘t) bilan asabiylikdan qutulamiz. Sedativ, ya’ni tinchlantiruvchi ta’sirga ega bo‘lgan dorivor giyohlardan yana biri – melissa.

Melissa

Melissa qadimdan asabiylikni ketkazuvchi, uyquni yaxshilovchi va stresslarni kamaytiruvchi giyoh hisoblanib kelgan. Melissa sedativ, spazmolitik, gipotenziv va og‘riq qoldiruvchi ta’sirga ega. Melissadan tayyorlangan choylar va damlamalar depressiya, asabiy zo‘riqish, migren, uyqusizlikni davolashda qo‘llaniladi.

Uyquni yaxshilash va xavotirni kamaytirish uchun shifokorlar melissadan tayyorlangan damlamani ichishni maslahat berishadi.

Buning uchun:

3 osh qoshiq melissa giyohi ustidan 1 stakan qaynoq suv quyib, 30 daqiqa davomida dam yedirish lozim. So‘ngra uyqudan oldin iliq holda qultumlab iste’mol qilish tavsiya etiladi.

#### **REFERENCES**

1. Xolmatov X.X, Axmedov U.A Farmakognoziya -2 qism.-Toshkent: Fan, 2007.-400 bet.
2. Пўлатова Т.П, Холматов Х.Х. Фармакогнозия амалиёти -Тошкент: Абу Али Ибн Сино номидаги тиббиёт нашриёти, 2002.-360 бет.
3. Д.А.Муравьева, Фармакогнозия, учебник, М.Медицина, 1991 И.Э.Акопов, Валенейшие отечественные лекарственные растения и их применение, - Т.Медицина, 1986. WHO monographs on selected medicinal plants. –Vol. 1. – Geneva: World Health Organization, 1999. – 295 p.
4. Pharmacognosy: textbook for higher year school students /V.S.Kyslychenko, L.V. Upur, Ya.V. Dyakonova e.o.; ed. by V.S.Kyslychenko. -Kharkiv: NUPh; Golden Pages, 2011. 552 p.
5. William Charles Evans. Pharmacognosy.- Londol,Philadelphia, Toronto, Sidney, Tokyo.
7. Государственная фармакопея – Изд. XI. – Вып. 1. Общие методы анализа. – М.: Медицина, 1987. – 336 с.
6. Государственная фармакопея – Изд. XI. – Вып. 2. Общие методы анализа. Лекарственное растительное сырье. - М.: Медицина, 1990. – 398 с.