

NAFAS OLIISH TIZIMINING ASOSIY TUZILMALARI

Sitora Shoberdiyeva

Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali talabasi

Haydarova Oygul

Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali talabasi

Shomirzayev Asilbek

Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali talabasi

To`xtasheva Aziza

Toshkent tibbiyot akademiyasi Termiz filiali talabasi

ANNOTATSIYA

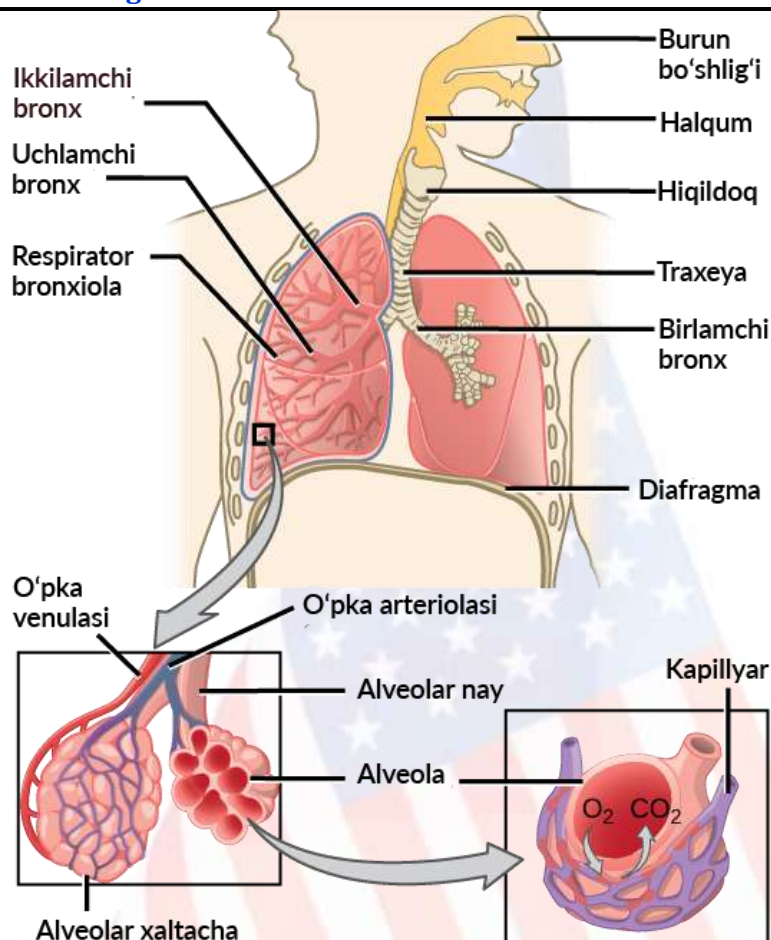
nafas olish jarayoni tashqi va ichki nafas olish organlariga bo`linadi, tashqi nafas olish organi vazifasini o`pka o`taydi. Havodan kislorodni olib burun bo`shlig`i orqali qonga yetkazib beradi.

Ichki nafas olishda qon tomirlar ishtiroki va xalqum, hiqildoq, tahiya ishtirok etadi.

Nafas olish tizimi

Fiziologik nafas olish jarayoni ikkita yirik qismdan: tashqi nafas olish va ichki nafas olishdan iborat. **Tashqi nafas olish** o`pkaga havoni so`rib olish (nafas olish) va havoni tashqariga chiqarish (nafas chiqarish)ni o`z ichiga oladi. **Ichki nafas olish** davomida qontomirlar va hujayralar orasida kislorod hamda karbonat angidrid almashinuvi yuz beradi.

Nafas olish jarayonida kislorodga boy havo burun yoki og`izdan boshlanib, **halqum**, **hiqildoq** va **traxeyaga** o`tkaziladi. Traxeya o`pka ichida shoxlanadigan ikkita **bronxga** bo`linib ketadi. Har bir bronx maydaroq bronxlarga va yanada kichikroq naychalar – **bronxiolalarga** shoxlanadi. Bronxiolalar oxirida **alveolalar** deb nomlangan havo xaltachalari bor. Ularda gaz almashinadi.



Nafas olish tizimining asosiy tuzilmalarini ko'rsatuvchi diagramma

Rasm olingan manba: [Tana arteriyalari va venalari](#) OpenStax, [CC BY 4.0](#)

Nafas tizimining muhim tuzilmasi – bu **diafragma**. Diafragma qisqarganda u tekislanadi va o'pkalar kengayib, ularning ichiga havo kiradi. U bo'shashganida havo sizib chiqadi, o'pkalar puchayadi.

Ko'p uchraydigan xatolar va noto'g'ri tushunchalar

- **Fiziologik nafas va hujayra nafasi bir xil emas.** Ba'zan “nafas olish” atamasi uglevodlar energiyaga aylantiriladigan hujayra nafasiga nisbatan qo'llanadi. Bu ikkala jarayon bir-biriga aloqador, ammo ular boshqa-boshqa tushunchalar.
- **Biz faqatgina kislorodni yutmaymiz yoki faqatgina uglerod dioksidni ajratib chiqarmaymiz.** Ba'zida “kislorod” va “havo” atamaları bir-birining o'rnida qo'llanadi. Shunisi ma'lumki, biz nafas oladigan havodagi kislorod biz chiqaradigan havodagi kisloroddan ko'proq bo'ladi, karbonat angidridda teskarisi: nafas bilan chiqarilgan havoda uning miqdori olingan havodagidan ko'proq. Biroq biz nafas oladigan havoda kislorod aniqlangan gazlardan bittasi, xolos. (Aslida havoda kisloroddan ko'ra azot ko'proq!)
- **Nafas olish tizimi kislorodning tana bo'ylab tashilishida yolg'iz o'zi faoliyat yuritmaydi.** Nafas olish tizimi tanani kislorod bilan ta'minlashda qon aylanish tizimi bilan

bevosita bog‘liqlikda ishlaydi. Nafas tizimidan olingan kislorod kislorodga boy qontomirlarda to‘qima va hujayralarga yetkaziladi.

- **Hulosa** nafas olish organlari inson hayotida katta ahamiyatga ega. Inson organizimi Qon tarkibida kislorod bo‘lishi va boshqa organlarga O² kislorod yetkazib berishni qolaversa tanada umumiy harakat davomiyligini ta‘minlaydi.

References.

1. Ташпулатова, Ф. К. (2017). Выявление туберкулеза легких в общесоматических лечебных учреждениях. Молодой ученый, (3), 236-238.
2. Irbutaeva, N. D. (2022, November). THE ROLE OF INDEPENDENT WORK IN EXPANDING THE OUTLOOK AND DEVELOPING THE SPEECH SKILLS OF STUDENTS. In INTERNATIONAL CONFERENCES (Vol. 1, No. 10, pp. 128-131).
3. Dilshodovna, I. N., Izzatullaevna, K. G., & Akramovna, S. O. F. (2022). English as a means of global communication. Web of Scientist: International Scientific Research Journal, 3(6), 301-304.
4. Dilshodovna, I. N. (2021). METHODOLOGY OF TEACHING THE NERUSIAN AUDIENCE TYPES OF INDEPENDENT WORK (PHRASEOLOGICAL ANTONYMY) ON THE PRACTICAL STUDY OF THE RUSSIAN LANGUAGE. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 9(11), 310-312.
5. Dilshodovna, I. N., & Akramovna, S. F. (2021). Development of an active and passive dictionary of students. methods of isolating the active dictionary from the text. ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal, 11(5), 945-948.
6. Бердиева, Д. Ш. (2019). Роль экологической культуры в повышении экологических отношений. Евразийское Научное Объединение, (10-6), 455-458.
7. Бердиева, Д. Ш. (2019). ЗАГРЯЗНЕНИЕ ПОЧВЫ ТЯЖЁЛЫМИ МЕТАЛЛАМИ В ДЖИЗАКСКОЙ ОБЛАСТИ. Оказова Зарина Петровна, доктор, 82.
8. Бердиева, Д. Ш. (2019). ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И ВОСПИТАНИЕ-ЗАЛОГ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ. In Экология: вчера, сегодня, завтра (pp. 88-93).
9. Тайлаков, А. А., Бердиева, Д. Ш., Караев, Г. Р., & Камолова, Ш. М. (2015). Научные основы и обоснование размещения сети мониторинга подземных вод горных массивов, предгорных зон, конусов выноса малых рек. In Инновационные технологии в сельском хозяйстве (pp. 55-57).
10. Shodiyarovna, B. D. (2022). Ecological state of irrigated gray-meadow soils and ways to improve them. ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal, 12(5), 238-243.
11. Бердиева, Д. Ш., & Асатов, Б. А. (2020). ВЛИЯНИЕ НЕФТЕПРОДУКТОВ НА ОКРУЖАЮЩЕЮ СРЕДУ. In Арктика: современные подходы к производственной и экологической безопасности в нефтегазовом секторе (pp. 22-25).

12. Тайлаков, А. А., & Бердиева, Д. Ш. (2015). Последствия экологического воздействия на окружающую среду Айдаро-Арнасайских озёрных систем. Молодой ученый, (9), 488-493.
13. Бердиева, Д. Ш. (2019). Охрана водных ресурсов в Джизакской области. Евразийское Научное Объединение, (10-4), 359-362.
14. Бердиева, Д. Ш., & Тайлаков, А. А. ОЦЕНКА И ПРОГНОЗИРОВАНИЕ ФОНОВЫХ ЗАГРЯЗНЕНИЙ ГОРОДА ДЖИЗАКА. УЧЕНЬЙ XXI ВЕКА, 22.
15. Dilshodovna, I. N. (2022). SIGNIFICANCE AND USE OF MEDICAL TERMINOLOGY IN RUSSIAN LESSONS FOR UZBEK STUDENTS OF MEDICAL UNIVERSITIES. Galaxy International Interdisciplinary Research Journal, 10(3), 590-592.
16. Tashpulatova, F. K. (2003). Prevention of adverse reactions of antituberculous drugs in pulmonary tuberculosis in patients with different genetic background. Problemy tuberkuleza i boleznei legkikh, (5), 50-51.
17. Ташпулатова, Ф. К., Мухамедиев, И. К., Абдуразакова, З. К., & Долгушева, Ю. В. (2016). Частота и характер лекарственных осложнений от химиопрепаратов у больных с лекарственно устойчивым туберкулезом легких. In Медицина: вызовы сегодняшнего дня (pp. 50-53).
18. Хомова, Н. А., Коломиец, В. М., & Ташпулатова, Ф. К. (2020). Приверженность к лечению больных туберкулезом как фактор риска снижения его эффективности. In Университетская наука: взгляд в будущее (pp. 314-319).
19. Ubaydullayev, A. M., & Tashpulatova, F. K. (2008). Evaluation of nonspecific reactivity of an organism on adaptation reactions at patients with destructive tuberculosis of lungs. Tuberculosis and pulmonary diseases, (6), 18-21.
20. Назарова, С. К., Оташехов, З. И., & Мирдадаева, Д. Д. (2020). Постинсультная реабилитация больных как социально-гигиеническая проблема. Новый день в медицине, (2), 449-452.
21. Искандарова, Ш. Т. (2000). Актуальные гигиенические проблемы охраны почвы от загрязнения в специфических условиях Узбекистана. Ташкент:" Фан, 146.
22. Камилова, Р. Т., Ниязова, Г. Т., Ниязов, А. Т., & Башарова, Л. М. (2016). Влияние гигиенических и медико-биологических аспектов в экологически неблагоприятных условиях Республики Каракалпакстан на процессы роста и развития детей.
23. Искандарова, Ш. Т., Мамедова, Г. Б., Мамбетова, Ш. У., & Миркаримова, М. Б. (2014). Раннее выявление синдрома эмоционального выгорания у среднего медицинского персонала. Молодой ученый, (3), 181-183.
24. Искандарова, Ш. Т. (2001). Региональные санитарно-гигиенические проблемы охраны водоисточников и водоснабжения населения в специфических условиях Республики Узбекистан.

25. Мухамедова, Н. С., Мамедова, Г. Б., Тешабаева, М. Х., & Юсупова, Д. Ю. (2015). Приоритетные направления охраны здоровья женщин в Республике Узбекистан. Молодой ученый, (2), 67-69.
26. Мухамедова, Н. С., & Юсупова, Д. Ю. (2016). Роль медсестры в организации медицинской помощи детям в общеобразовательных учреждениях. In Медицина и здравоохранение (pp. 68-69).
27. Rasulova, N. F., Jalilova, G. A., & Mukhamedova, N. S. (2023). PREVENTION OF IMPORTANT NON-COMMUNICABLE DISEASES AMONG THE POPULATION. Евразийский журнал медицинских и естественных наук, 3(1 Part 2), 21-23.
28. Mukhamedova, N. S., Maksudova, N. A., & Radzhabova, N. A. (2016). On an issue related to providing people living in Kaliningrad region with safe drinking water. Vestnik nauki i obrazovaniya, 16(4), 72.
29. Расулова, Н. Ф., Мухамедова, Н. С., & Максудова, Н. А. (2017). К вопросу гигиенического прогнозирования качества воды водоёмов в Узбекистане. Проблемы науки, (2 (15)), 89-93.
30. Джалилова, Г. А., Исаев, И. С., Икрамова, М. И., & Раджабова, Н. А. (2014). Оценка показателей репродуктивного здоровья женщин в Узбекистане. Молодой ученый, (3), 176-178.
31. Махмудова, Н. М., Джалилова, Г. А., Мирдадаева, Д. Д., & Турсунова, Х. Н. (2015). Основные направления медико-социальной помощи инвалидам. International medical scientific journal, 49.
32. Джалилова, Г. А., Бакаева, Ю. Р., & Мирзаева, Ш. Т. (2016). Организация мероприятий по охране здоровья матери и ребенка. Современные тенденции развития науки и технологий, (1-3), 36-38.
33. Умарова, У. М., & Джалилова, Г. А. (2014). Роль врачебно-физкультурной службы в формировании первичной профилактики заболевания. Сборник тезисов молодых ученых посвященный году здорового ребенка, Ташкент 2014г., стр, 253.
34. Джалилова, Г. А., Умарова, У. М., & Раджапова, Н. А. (2014). Роль средних медицинских работников в учреждениях врачебно-физкультурной службы Республики, науч. Журнал ПЕДИАТРИЯ, (3-4), 88-89.
35. Bayram, E., & Auesbaevich, P. A. (2020). Methodology For Improving The Efficiency Of Competition Activities Based On Improving The Quality Of Explosive Forces Of Freestyle Wrestlers. European Journal of Molecular & Clinical Medicine, 7(3), 3621-3624.
36. Auesbaevich, P. A. (2020, August). IMPROVING THE PROCESS OF TRAINING FOR ACTIVITY ACCORDING TO THE CHARACTERISTICS OF KURASH. In The 8 th International scientific and practical conference—Eurasian scientific congress (August 9-11, 2020) Barca Academy Publishing, Barcelona, Spain. 2020. 370 p. (p. 178).

37. Курбанова, Ш. И., Самигова, Н. Р., & Ордабаева, А. С. (2016). Значение изучения состояния зрительного анализатора как возможного профессионального риска для здоровья преподавателей начальных классов общеобразовательных школ. Молодой ученый, (2), 355-357.
38. Самигова, Н. Р. (2017). Изучение показателей теплового состояния организма работников «Махсустранс» в теплый период года. Молодой ученый, (1), 40.
39. Искандарова, Г., Самигова, Н., & Палимбетов, А. (2021). Гигиеническая оценка воздуха рабочей зоны цементного завода с учетом её многокомпонентного состава.
40. Саломова, Ф. И., Садуллаева, Х. А., & Самигова, Н. Р. (2022). Загрязнение атмосферы соединениями азота как этиологический фактор развития СС заболеваний г. Ташкента.
41. Ermatov, N. D., Ganiev, A. A., Nabieva, U. P., Samigova, N. R., Khalmatova, M. A., & Alimukhamedov, D. S. (2022). The role of molecular biological and immunological markers in the diagnostics and treatment of patients with oropharyngeal cancer.
42. Самигова, Н. Р. (2016). Исследования влияния производственного шума на слуховой анализатор работников объединения «Махсустранс». Молодой учёный, 8, 20.
43. Сулейманова, Д. Р., & Самигова, Н. Р. (2014). Прогнозирование профессионального риска для здоровья врачей санитарно-гигиенических лабораторий центров государственного санитарно-эпидемиологического надзора. Молодой ученый, (18), 159-162.