ХАЛҚ ТАБОБАТИ ВА ЗАМОНАВИЙ ТИББИЁТНИ УЙҒУНЛАШТИРИШНИНГ ИЛМИЙ-АМАЛИЙ АСОСЛАРИ

Эргашева Дилором Маматкосимовна
Гулистон давлат университети, Тиббиёт факультети, Клиник фанлар ўқитувчиси
Э-маил: diloromergasheva865@gmail.com

Аннотация

Ушбу тезисда халқ табобати усулларини замонавий тиббиёт билан уйғунлаштиришнинг илмий-амалий жиҳатлари, доривор ўсимликлардан фойдаланишда хавфсизлик тамойиллари ҳамда интегратив ёндашувнинг профилактика ва соғлом турмуш тарзидаги аҳамияти ёритилган. Халқ табобатида асрлар давомида тўпланган тажрибани илмий далиллар асосида баҳолаш, самарадорлиги ва хавфсизлиги тасдиқланган усуллардан тиббиёт мутахассиси назоратида фойдаланиш зарурлиги таъкидланади.

Калит сўзлар: *халқ табобати, замонавий тиббиёт, интегратив тиббиёт, фитотерапия, доривор ўсимликлар, профилактика, хавфсизлик.*

Кириш

Халқ табобати инсон саломатлигини сақлаш ва касалликларни енгиллаштириш мақсадида авлоддан авлодга ўтиб келган билим ва тажрибалар мажмуасидир. Унда доривор ўсимликлар, табиий маҳсулотлар, парҳез, массаж, ҳаракат фаоллиги ва соғлом турмуш тарзига оид усуллар муҳим ўрин тутади. Замонавий тиббиёт эса ташхислаш, даволаш ва профилактикада клиник тадқиқотлар, лаборатор текширувлар ҳамда далилларга асосланган ёндашувларга таянади.

Бугунги кунда ушбу икки йўналишни қарама-қарши қўйиш эмас, балки халқ табобатидаги фойдали тажрибани илмий жиҳатдан ўрганиш ва хавфсиз усулларни замонавий тиббий амалиёт билан мувофиқлаштириш долзарб ҳисобланади. Бунда бемор хавфсизлиги, муолажаларнинг самарадорлиги ва тиббий этика биринчи ўринда туриши лозим.

Тадқиқотнинг мақсади

Халқ табобати усулларини замонавий тиббиёт билан уйғунлаштириш имкониятларини таҳлил қилиш, улардан фойдаланишнинг илмий асосланган ва хавфсиз тамойилларини белгилаш.

Материаллар ва усуллар

Тезис тайёрлашда халқ табобати, фитотерапия ва далилларга асосланган тиббиётга оид илмий адабиётлар таҳлили, қиёсий ёндашув ҳамда умумлаштириш усулларидан фойдаланилди. Халқ табобати усулларини баҳолашда уларнинг таркиби, қўллаш шароити, эҳтимолий ножўя таъсирлари, дори воситалари билан ўзаро таъсири ва мавжуд клиник далилларига эътибор қаратилди.

Натижалар ва муҳокама

Халқ табобатида кенг қўлланиладиган йўналишлардан бири фитотерапиядир. Айрим доривор ўсимликлар таркибида биологик фаол моддалар мавжуд бўлиб, уларнинг фармакологик хусусиятлари илмий тадқиқотларда ўрганилмоқда. Бироқ ўсимликдан тайёрланган воситанинг табиий экани уни мутлақо хавфсиз дегани эмас. Нотўғри доза, сифатсиз хомашё, аллергик реакциялар, жигар ва буйрак фаолиятига таъсир ёки қабул қилинаётган дори воситалари билан ўзаро таъсир кузатилиши мумкин.

Интегратив ёндашувда халқ табобати усуллари асосий даволаш ўрнини босмаслиги, балки зарур ҳолларда шифокор белгилаган даволаш режасига қўшимча сифатида кўриб чиқилиши керак. Масалан, овқатланишни меъёрлаштириш, жисмоний фаоллик, уйқу гигиенаси ва стрессни камайтириш каби турмуш тарзига оид чоралар кўплаб касалликларнинг профилактикасида аҳамиятга эга. Массаж ёки бошқа муолажалар эса беморнинг ташхиси ва қарши кўрсатмалари ҳисобга олинган ҳолда қўлланиши лозим.

Айниқса, ҳомиладорлар, болалар, кекса ёшдагилар, сурункали касаллиги бор беморлар ҳамда бир нечта дори қабул қилаётган шахсларда халқ табобати воситаларини ўзбошимчалик билан ишлатиш хавфли бўлиши мумкин. Шу сабабли ҳар қандай қўшимча восита ҳақида даволовчи шифокорга маълум қилиш, ишончли манбадан олинган ва таркиби аниқ кўрсатилган маҳсулотлардан фойдаланиш муҳим.

Халқ табобати ва замонавий тиббиётни уйғунлаштириш учун қуйидаги шартлар муҳим: усулнинг илмий далиллар билан баҳоланиши; самарадорлик ва хавфсизлик мониторинги; мутахассис назорати; беморга тушунарли ахборот бериш; стандартлаштирилган сифат талабларига риоя қилиш. Илмий асоси етарли бўлмаган усулларни самарали даво сифатида тарғиб қилиш ёки зарур тиббий ёрдамни кечиктиришга йўл қўймаслик керак.

Хулоса

Халқ табобатидаги тарихий тажриба тиббиёт ва фармакология учун ўрганишга арзийдиган манба ҳисобланади. Бироқ уни замонавий тиббиёт амалиётига жорий этишда илмий далил, хавфсизлик ва стандартлаштириш асосий мезон бўлиши шарт. Фитотерапия, соғлом овқатланиш ва ҳаёт тарзига оид айрим усуллар шифокор назоратида қўшимча ёндашув сифатида фойда бериши мумкин. Интегратив тиббиётнинг мақсади анъанавий билимларни замонавий ташхис ва даволаш ўрнига қўйиш эмас, балки бемор манфаати йўлида хавфсиз ва асосланган усулларни бирлаштиришдан иборат.

Фойдаланилган адабиётлар

1. World Health Organization. WHO Traditional Medicine Strategy 2014–2023. Geneva: WHO; 2013.

2. World Health Organization. WHO Global Report on Traditional and Complementary Medicine 2019. Geneva: WHO; 2019.

3. World Health Organization. WHO guidelines on good agricultural and collection practices (GACP) for medicinal plants. Geneva: WHO; 2003.

4. Ekor M. The growing use of herbal medicines: issues relating to adverse reactions and challenges in monitoring safety. Frontiers in Pharmacology. 2014;4:177.

5. National Center for Complementary and Integrative Health. Complementary, Alternative, or Integrative Health: What’s in a Name? NIH.