



## ABU ALI IBN SINONING TIBBIYOTGA OID QARASHLARI

Nazarova Firuza Ilxomovna

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10644307>

### ARTICLE INFO

Received: 05<sup>th</sup> February 2024

Accepted: 08<sup>th</sup> February 2024

Published: 10<sup>th</sup> February 2024

### KEYWORDS

sog'lom turmush tarzi, Ibn Sino, inson salomatligi, mizoj.

### ABSTRACT

*Ibn Sino ko'rsatishicha, har bir tirik mavjudotning o'z turiga mos tabiiy me'yor bo'ladi. Eng mo'tadil mizojga ega bo'lgan mavjudot insondir. Uning katta yutug'i shundan iborat bo'ldiki, mizoj haqidagi konsepsiyasini umumiylikdan alohidalikka so'ng individuallikka olib inson tanasi misolida ko'rsata olganidir. Har bir odamning o'ziga xos mizoji bo'ladi..*

Hayotingiz davomida sog'lom turmush tarziga rioya qilishingiz ko'plab muammolarning oldini oladi. Bir qarashda murakkab tuyuladigan, ko'p sa'y-harakatlar, sabr-toqat va iroda, vaqt va sharoit talab qiladigan sog'lom turmush tarzining asosiy qoidalari nimalardan iborat?

Inson salomatligini asrash va mustahkamlash, qolaversa, uzoq umr ko'rishning garovi sog'lom turmush tarzi ekanligi bugun barchaga ayon haqiqat. Zero, har birimiz, eng avvalo, o'z sog'lig'imizni o'ylashimiz darkor. Ana shunda xotirjam va farovon hayot kechirgan, ko'plab asoratli xastaliklarning oldini olgan bo'lamiz.

Jahon tibbiyotida o'z mavqeini muhrlagan Ibn Sinoning ilmiy merosi g'oyat boy va bebaho xazinadir. Bugungi kunda Belgiyadagi Luven katolik universiteti professori Yul Yanssensning "Ibn Sino va uning arab va lotin dunyosiga ta'siri", "Abu Ali ibn Sino va uning merosi" kabi asarlari ..."Abu Ali ibn Sino - Fransiya" uyushmasi prezidenti professor Mark Bonnelning, Golland olimi Utrextdagi Fan tarixi instituti professori Robert van Gentlarning ilmiy faoliyatlari Ibn Sino asarlaridagi g'oyalar benihoyat qimmatli ekanligidan yana bir dalolat bermoqda. Ibn Sino asarlarini chuqurroq o'rganish bugungi davr muammolar yechishida eng zarur omil sanaladi. O'tmishimiz tarixini bilishimizga intilishimiz o'tmishning yangi-yangi qirralarini ochayotganligimiz axamyatlidir. Odam va odam, ular ta'siri, hayot va o'lim, yashashdan kuzatilgan maqsad singari xilma-xil masalalar necha asrlar davomida ijod ahli e'tiborini o'ziga jalb qilib kelgan tayanchmavzulardan biridir.

Ekologiya- ya'ni organizim bilan tashqi muhit o'rtasidagi munosabat haqidagi fanning yuzaga kelishini va "ekologik" (oikos-yunoncha xonadon, yashash joyi "logos"- fan) iborasining qo'lanilishi XIX asrda yashab o'tgan nemis tabiat shunos olim Ernst Gekkel (1834-1919) nomi bilan bog'liq va uni ekologiya fanining otasi deb qaraladi. Bu borada e'tiroz qilishimiz joizki, chunki qariyb ming yil avval buyuk vatandoshimiz, qomusiy olim, yibbiyot dahosi Abu ali ibn

Sinoning hozirda ekologiya deb yuritilayotgan atrofmuhitning deyarli barcha omillari, ularga insonning, jonizotlarning ta'siri va nihoyat, bu omillarning inson va jonizotlarga aks ta'siri to'g'risidagi mashhur iboralarning krltirishning o'zi kifoya. "Chang bo'lmaganda inson 1000 yil yashagan bo'lar edi", yoki: " Havo toki muvozanatlangan va toza bo'lsa, uning(pnevma) begona qo'shimchalar qo'shilmasa, u salomatlik garovi bo'ladi, aks holda turli kasalliklarga sabab bo'ladi"<sup>1</sup> . Yashash joyi muhiti borasida esa "Tib qonunlari"da alohida ta'kidlab, shunday deyilgan: "Turar joy tanaga turlicha ta'sir qilishi mumkin: balan yoki past joyligi, tuproq tarkibi hamda xususiyati, suvning seroblighi yoki kamyoblighi, darxtlarning mo'llighi, qabriston yoki konlarga yaqinligi va boshqalar yashash joyi tanlanganda muhim ahamyatga ega". Bu fikrlar muhit to'grisida bo'lib, tibbiy ekologiyada tegishli ekanligi guvohi bo'lamiz. Shu bois, keyinchalik ekologiya debnom berilgan majmuani Ibn Sino nomi bilan boglashli, hech bo'lmaganda "tibbiy ekologiyasi"ning otasi deb atalishi adolatdan bo'ladi.

Hozirda ekologik omillar biotik va abiotik omillarga bo'linadi. Lekin Ibn Sinoning ming yil avval sog'lik va kasallik sabablarida ekologik omillarning dinamizmi haqidagi qarashlari kishini hayratga soladi. Allomaning sabablar ichida ekologik omillarga keng o'rin berganligi bugungi kunda o'zining dolzarblighi bilan Ibn Sino ta'limotining umriboqiyiligini yanna bir karra tasdiqlaydi. Biz haqli ravishda Ibn Sinoni sog'lom turmush tarzi ta'limotining asoschisi deb ayta olamiz. Ibn Sino fifrcha, sog'lom hayot kechirish hamda uzoq faol umr ko'rishning yagona va ishonchli yo'li - bu sog'lom turmush tarzidir. Sog'lom turmush tarzini shakillantirishda esa ovqatlanish madaniyati, ekologik ta'lim-tarbiya, jismoniy mashqlar muhim o'rin egallaydi [6-15]. Alloma ko'pgina insonlar salomatlik tanadagi qonning ko'pligi yoxud ozligiga bog'liq deb hisoblashadi, aslida unday emas, salomatlik qonning sifatiga bog'liqdir deb juda to'g'ri e'tirof etgan. Zamonaviy ibora bilan aytganda salomatlik - qonning immanent me'yoriga bog'liqdir. Klod Bernar Ibn Sino asarida "mizoj" - aniq sifat, tabiiy me'yor ma'nosini anglatadi. "Unsurlar o'z quvvatlari bilan bir-birlariga ta'sir qilishlari natijasida ularning hammasiga mos bir kayfiyat vujudga keladi. Ana shu kayfiyat mizojdir". Gap to'rt xil sifatli unsurlarning bir-biriga mutanosib miqdorlar orqali mosligi haqida borayotganligi anglash unchalik qiyin emas. Qon, safro, savdo va limfa suyuqligi har bir organizm uchun muayyan miqdorda - "xos adad"da bo'ladi; Ushbu to'rt suyuqlik muayyan miqdorda bir-biri bilan mutanosiblik o'lchovlarida yagonalikme'yorni tashkil etadi. Bu holatda salomatlik me'yori mustaqil to'rt me'yorning munosobati shaklida namoyon bo'ladi. Abu Mansur al-Qumri ham o'z ustoz Ibn Sinoning bu boradagi fikrini tasdiqlab shunday deydi: "Inson tanasining e'tidolli holatida bu qarama-qarshi to'rt sifat ma'lum bir chegarada to'xtagan bo'ladi".

Tibbiyotda ekologik ta'lim va tarbiya joriy qilinishda Ibn Sinoning ta'limotini asos qilib olish, uni zamonaviylik nuqtai nazardan o'rganish maqsadga muvofiqdir. Bu o'rindako'kalamzorlashtirish maqsadida o'lka faunasiga mansub bu'lmagan ba'zi manzarali daraxtlarning ko'plab ekilishi kasalliklar ekogenezi ma'nosida u qadar foydali bo'lmasligi, balki changlanish yuqori bo'lgan o'lkamiz sharoitida ularning insonga patogen (jumladan, allergen) ta'sirini unutmazlik kerak. Ibn Sino e'tirof qilganidek, turar joylar uchun ajratilgan yerlar landshaftiga, ularning holatigs, ya'ni saharsozlik yo'nalishlarga ham hozrda ekologik omil sifatida yondashish zarur bo'lib bormoqda Abu Ali ibn Sino qomusiy olim sifatida ilimning qaysi bir sohasi bilan shug'ullanmasin ilmiy merosning asosiy o'zagi va dolzarb ahamyatini belgilovchi muhim xususiyatlardan biri uning izchil fidokorona ravishda ulug bir

maqsad sari – borliqning turli tomonlarini ilmiy o'zlashtirish asosida insonning ijtimoiy mavjudot sifatida o'zligini anglash, uning komillik darajasini yuksaltirish, inson va tabiat, inson va jamiyat o'rtasidagi munosabatlar va ularning o'zaro bog'liqligini har tomonlama keng va chuqur holda ilmiy asoslash va uyg'unlashtirishga mudom intilish yotadi. U bizning "Donishnoma" asarida ilm sohasiga, uning kishilar hayotida muhim orniga o'zining munosabatini aks ettirib, o'sha davrdagi ilimlarni nazariy va amaliy qismlarga bo'lib, nazariy bilimlar "bizning jonimiz o'z shaklini kasb etishi va u dunyoda baxtiyor bo'lishi uchun buyumlarning borliq holati hamda bizni xabardor qiladi" deb hisoblasa, amaliy bilimlar "bizno oz hatti-harakatlarimizdan xabardor qiladi... Uning foydasi shuki, u shu dunyodagi ishlarimizni yo'lga silish uchun nimal;ar qilishimiz lozimligini o'rgatadi" 2, - deb ta'kidlaydi. Ulug' allomaning hikmati darajasidagi bunday mazmundor satrlari bag'rida yetib kelgan dono mushohadalar bugun uchun ham zamondoshdir. Ulardan voqif bo'lish, ularga amal qilish shu hayotda yashayotgan har biro damning insoniy burchidir. Insonning tabiat o'rtasidagi munosabatlarni ekologiya fani o'rganadi. Hozirgi kunda mavjud bo'lgan 15000 fanlar orasida ekologiya fani oz mohiyatining chuqurligi, nihoyatda ko'p tarmoqlari borligi va amaliy ahamiyati muhimligi bilan ajralib turadi.

Markaziy Osiyo aholisi jatidan eng yirik davlatlarda BIRI BILAN o'zbekistonda ekologik muammolarning paydo bo'lishi, uning tabiiy muhtga, insonlar salomatligigata'siri kuzatilmoqda. Anashu ekologik muammolarningoldini olish uchun butun O'zbekiston aholisiga, ayniqsa, yoshlar ekologik bilim berish orqali ularda ekologik madaniyatni shakillantirish bugungi kunning dolzarb masalasidir. Xulosa qilib aytganda, Ibn Sino inson salomatligi bilan tabiat va uning ekologik omillari orasidagi dialektik aloqadorlikni o'z vaqtida anglagan. Haqiqatdan ham sog'lom inson – sog'lom tabiat mahsuli, biosferaning hayot ko'rsatkichlari me'yorida asralgandagina Yer sayyorasidagi 7 milliarddan ortiq aholi tinchosuda yashay oladi. Komil insonlargina tabiat borlig'i me'yorlarini anglab hayotda ularni buzilishigan yo'l qo'ymaydi.

#### Adabiyotlar:

1. . Шавкатов, Х., Негмаджанов, Б., Фаттаева, Ш., & Арзиева, Г. (2016). Повторный пролапс половых органов у женщин. Журнал вестник врача, 1(1), 60-64.
2. Shavkatovich, S. H., & Negmadjanov, B. B. (2020). Optimization Of Pelvic Prolaps Surgical Correction Using Its Own Tissues. The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research, 2(12), 15-19.
3. Boltaevich, N. B., Asliddinovna, Z. N., & Shavkatovich, S. K. (2023). Incidence Rates of Genital Prolapse in Women of Reproductive Age. American Journal of Pediatric Medicine and Health Sciences (2993-2149), 1(8), 184-187.
4. Негмаджанов, Б. Б., & Шавкатов, Х. Ш. (2022). ЖИНСИЙ АЪЗОЛАР ПРОЛАПСИ РЕЦИДИВИ ВА АСОРАТИНИ ХИРУРГИК ДАВОЛАШНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ. Scientific progress, 3(1), 886-890.
5. Мухсинова, М. Х., Утепова, Г. Б., & Убайдуллаева, О. Х. (2023). КЛИНИКО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МАЛЫХ АНОМАЛИЙ РАЗВИТИЯ СЕРДЦА У ДЕТЕЙ. Central Asian Journal of Medical and Natural Science, 4(2), 624-631.
6. Мухсинова, М. Х., & Убайдуллаева, О. Х. НОВЫЙ ДЕНЬ В МЕДИЦИНЕ. НОВЫЙ ДЕНЬ В МЕДИЦИНЕ Учредители: Бухарский государственный медицинский институт, ООО "Новый день в медицине", (3), 170-175.

7. МЕЛИКУЗИЕВ, О., & Тургун, Д. А. М. И. Н. О. В. (2022). СИСТЕМА ЭНДОГЕННЫХ АНТИМИКРОБНЫХ ПЕПТИДОВ У ДЕТЕЙ, БОЛЬНЫХ ПНЕВМОКОККОВОЙ ПНЕВМОНИЕЙ. Журнал "Медицина и инновации", (3), 405-415.
8. Миронов, С. П., Кожевников, О. В., Иванов, А. В., Гаврюшенко, Н. С., Затона, Д. Б., Кралина, С. Э., & Азимов, Ш. Т. (2010). Современная технология остеосинтеза проксимального отдела бедренной кости при реконструктивных операциях на тазобедренном суставе у детей. Вестник травматологии и ортопедии им. НН Приорова, (1), 54-59.
9. Турсунов, Б. С., Азимов, Ш. Т., & Махмудова, Х. Д. (2007). НЕКОТОРЫЕ ВОПРОСЫ ПАРЕНТЕРАЛЬНОГО ПИТАНИЯ БОЛЬНЫХ С ГЛУБОКИМИ ОЖОГАМИ. Аллергология и иммунология, 8(1), 285-285.
10. Рахматов, К. Р. (2022). TRANSPEDICULAR STABILIZATION OF SPONDYLOLESTHESIS IN THE LUMBAR SPINE. УЗБЕКСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЖУРНАЛ, 3(6).
11. Рахматов, К. Р. (2022). НОВЫЙ МЕТОД ЛЕЧЕНИЕ С БОЛЕВЫХ СИНДРОМОВ ПРИ ДЕГЕНЕРАТИВНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА. Scientific progress, 3(7), 4-9.
12. Каримов, Ш. А. (2007). Продуктивные и некоторые биологические особенности швицкой и черно-пестрой пород крупного рогатого скота в условиях фермерских хозяйств. Автореф. Дисс. Канд. с-х. наук. Ташкент, 21.
13. Allaberdievich, K. S., & Juraniyozovich, T. B. (2022). Physiological And Clinical Indicators Of Cattle. Journal of Positive School Psychology, 6(9), 4066-4069.
14. Karimov, S. A., & Shakhnoza, T. (2022). MORPHOLOGICAL COMPOSITION OF BULL MEAT. European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies, 2(09), 74-78.
15. Sherali, K., & Choriyevena, J. N. (2023). Golshteyn sigirlarning sut mahsuldorligiga tasir qiluvchi omillar. JOURNAL OF INNOVATIONS IN SCIENTIFIC AND EDUCATIONAL RESEARCH, 6(7), 7-11.
16. Максудова, Ф. Х., & Кариева, Ё. С. (2014). Изучение реологических параметров 5% геля диклофенака натрия. Вестник фармации, (4 (66)), 57-61.
17. Кариева, Ё. С., & Максудова, Ф. Х. (2017). Использование методов математического планирования для выбора оптимального состава комбинированной гелевой композиции. Химико-фармацевтический журнал, 51(5), 60-64.
18. Maksudova, F. K., & Karieva, E. S. (2014). The diclofenac sodium release kinetics examination from 3% gel" in vitro" experiments. European journal of natural history, (2), 23-25.
19. Khadjimetova, K. R., Karieva, E. S., & Maksudova, F. K. STUDY OF RHEOLOGICAL PROPERTIES OF DEXRANTHENOL GEL. ФАРМАЦИЯ ИШИНИ ТАШКИЛ ЭТИШ, 71.
20. Гаипова, Н. Н., Максудова, Ф. Х., & Кариева, Ё. С. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА СУХОГО ЭКСТРАКТА ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ ЯЛЛИҒЛАНИШГА ҚАРШИ ТАЪСИРГА ЭГА БЎЛГАН ҚУРУҚ ЭКСТРАКТИНИНГ СИФАТИНИ БАҲОЛАШ Ташкентский фармацевтический институт. ЎЗБЕКИСТОН ФАРМАЦЕВТИК ХАБАРНОМАСИ, 39.
21. Karieva, E. S., Sadikova, R. K., ogli Karimov, O. U., & Maksudova, F. K. (2022). Study of amino acid and elemental composition of dry extract of Samarkand immortelle. Farmaciya (Pharmacy), 71(8), 40-47.

22. Maksudova, F., Usmonova, M., & Karimov, O. (2022). STUDY OF THE SHELF LIFE AND STORAGE CONDITIONS OF ADAPTOGEN-CAUSED CAPSULES. Матеріали конференцій МЦНД, (03.06. 2022; Луцьк, Україна), 314-316.
23. KARIEVA, E., GAIROVA, N., & MAKSUDOVA, F. (2020). The Utilization Of The Strategy Of Mathematical Planning Of The Experiment In The Selection Of Auxiliary Substances For A Gel Based On Dry Extract" Fitoinflam". International Journal of Pharmaceutical Research (09752366), 12(4).
24. Каримов, Ш. А. (2007). Продуктивные и некоторые биологические особенности швицкой и черно-пестрой пород крупного рогатого скота в условиях фермерских хозяйств. Автореф. Дисс. Канд. с-х. наук. Ташкент, 21.
25. Sherali, K., & Choriyeвна, J. N. (2023). Golshteyn sigirlarning sut mahsuldorligiga tasir qiluvchi omillar. JOURNAL OF INNOVATIONS IN SCIENTIFIC AND EDUCATIONAL RESEARCH, 6(7), 7-11.
26. Allaberdievich, K. S., & Juraniyozovich, T. B. (2022). Physiological And Clinical Indicators Of Cattle. Journal of Positive School Psychology, 6(9), 4066-4069.
27. Kidirbergenovich, N. T., & Kaharov, A. (2020). Morphological structure of the meat of bull-calves in different genotype in the condition of Karakalpakstan. Asian Journal of Multidimensional Research (AJMR), 9(2), 125-131.

INNOVATIVE  
ACADEMY