

**HYGIENIC AND MEDICAL-SOCIAL ASPECTS OF ADOLESCENT HEALTH IN
ANDIJAN REGION**

Khalmirzayeva Sohiba Sulaymanovna

Department of Medical Prevention,

Andijan State Medical Institute

Relevance: Adolescent health is an essential component of public well-being, since it is at this age that the physical, mental and social state of the future adult population is actively formed. In modern conditions, adolescents face many risk factors, such as unfavorable environmental conditions, poor nutrition, lack of physical activity, high academic loads, the influence of social networks and digital technologies, as well as the prevalence of bad habits [1].

Andijan region, being a densely populated region with a developed industrial and agricultural sector, has a number of specific features that affect the health of adolescents. There is significant population migration in the region, which leads to instability of family conditions for some adolescents, as well as different levels of accessibility of medical and educational services [2]. In addition, urbanization and lifestyle changes lead to changes in dietary patterns and decreased physical activity among adolescents, which increases the risk of developing various chronic diseases, such as obesity, cardiovascular pathologies and endocrine disorders [3].

Another important aspect is the psycho-emotional state of adolescents. In modern society, they are exposed to significant stress factors associated with the educational process, family problems and social pressure [4]. This can lead to an increase in anxiety and depression, as well as the formation of destructive behavior patterns.

The study of hygienic and medical-social factors affecting the health of adolescents in the Andijan region is critically important for identifying problem areas and developing effective prevention strategies. The results of this study can be used to improve regional health programs, increase the effectiveness of educational initiatives and improve the quality of life of adolescents.

Key words: adolescent health, hygiene, medical and social factors, prevention, Andijan region, physical activity, mental health.

Актуальность: Здоровье подростков является важнейшей составляющей общественного благополучия, поскольку именно в этом возрасте происходит активное формирование физического, психического и социального состояния будущего взрослого населения. В современных условиях подростки сталкиваются с множеством факторов риска, таких как неблагоприятная экологическая обстановка, нерациональное питание, недостаток физической активности, высокие учебные нагрузки, влияние социальных сетей и цифровых технологий, а также распространенность вредных привычек [1].

Андижанская область, являясь густонаселенным регионом с развитым промышленным и сельскохозяйственным сектором, имеет ряд специфических особенностей, влияющих на здоровье подростков. В регионе наблюдается значительная миграция населения, что приводит к нестабильности семейных условий для некоторых подростков, а также к разным уровням доступности медицинских и образовательных услуг [2]. Кроме того, урбанизация и изменение образа жизни влекут за собой изменение структуры питания и снижение физической активности среди подростков, что повышает риск развития различных хронических заболеваний, таких как ожирение, сердечно-сосудистые патологии и эндокринные расстройства [3].

Другим важным аспектом является психоэмоциональное состояние подростков. В современном обществе они подвергаются значительным стрессовым факторам, связанным с образовательным процессом, семейными проблемами и социальным давлением [4]. Это может приводить к росту тревожных и депрессивных состояний, а также к формированию деструктивных моделей поведения.

Исследование гигиенических и медико-социальных факторов, влияющих на здоровье подростков Андижанской области, имеет критически важное значение для выявления проблемных зон и разработки эффективных стратегий профилактики. Результаты данного исследования могут быть использованы для совершенствования региональных программ здравоохранения, повышения эффективности образовательных инициатив и улучшения качества жизни подростков.

Ключевые слова: здоровье подростков, гигиена, медико-социальные факторы, профилактика, Андижанская область, физическая активность, психическое здоровье.

Введение Подростковый возраст является одним из наиболее сложных и ответственных периодов жизни человека, характеризующимся интенсивными физиологическими, психологическими и социальными изменениями [5]. Именно в этот период закладываются основы будущего здоровья и формируются привычки, которые во многом определяют образ жизни во взрослом возрасте.

Гигиенические аспекты здоровья подростков включают вопросы личной гигиены, санитарного состояния образовательных учреждений, качества питьевой воды, режима дня и соблюдения принципов здорового питания. Нарушения этих факторов могут приводить к различным инфекционным и неинфекционным заболеваниям, ухудшению когнитивных способностей и снижению иммунитета [6].

Медико-социальные аспекты охватывают такие важные направления, как доступность медицинской помощи, уровень физической активности, психоэмоциональное состояние, влияние окружающей среды, а также уровень распространенности вредных привычек. В современных условиях, когда подростки сталкиваются с возрастающим влиянием цифровых технологий, социальной нестабильностью и изменениями в системе образования, вопросы их здоровья становятся все более актуальными.

Андижанская область, будучи одним из ведущих экономических регионов Узбекистана, имеет как позитивные, так и негативные факторы, влияющие на здоровье подростков [7]. Развитая инфраструктура, доступ к образовательным учреждениям и медицинским услугам являются преимуществами, однако быстрые темпы урбанизации, ухудшение экологической ситуации и рост психоэмоциональной нагрузки требуют особого внимания со стороны специалистов в области здравоохранения и образования.

Цель данной статьи – проанализировать ключевые гигиенические и медико-социальные факторы, влияющие на здоровье подростков в Андижанской области, выявить основные проблемы и предложить эффективные меры по их решению [8].

Для достижения поставленной цели в исследовании использованы методы анализа статистических данных, опросов подростков и их родителей, экспертных интервью с медицинскими работниками и педагогами, а также сравнительный анализ нормативных документов, регулирующих охрану здоровья подростков [9].

Материалы и методы Исследование основано на анализе медицинской и социальной статистики, опросах подростков и их родителей, а также экспертных интервью с

медицинскими работниками и педагогами. Были использованы методы анкетирования, статистического анализа данных, а также сравнительный анализ нормативных документов, регламентирующих охрану здоровья подростков.

Анализ и результаты

Гигиенические аспекты здоровья подростков

Личная гигиена: Исследования показали, что около 30% подростков не соблюдают основные правила личной гигиены, такие как регулярное мытьё рук и уход за полостью рта. Причинами являются нехватка знаний о гигиенических нормах и недостаток санитарно-просветительской работы в школах [10].

Санитарные условия в школах: Анализ состояния образовательных учреждений выявил, что в 40% школ отсутствуют качественные санитарные узлы, а в 25% – недостаточное обеспечение чистой питьевой водой. Это создаёт предпосылки для распространения инфекционных заболеваний.

Питание подростков: В ходе исследования было установлено, что более 50% подростков не придерживаются принципов здорового питания, регулярно употребляя фастфуд и сладкие газированные напитки [11]. Дефицит витаминов и минералов в рационе может привести к ухудшению когнитивных функций и снижению иммунитета.

Выводы и предложения

Улучшение санитарных условий в образовательных учреждениях: необходимо модернизировать школьные санитарные узлы, обеспечить доступ к чистой питьевой воде и улучшить вентиляцию в классах.

Развитие гигиенического воспитания: введение в школьную программу регулярных занятий по личной гигиене, проведение интерактивных уроков и информационных кампаний среди родителей и учеников.

Коррекция рациона питания подростков: разработка программ по формированию здоровых пищевых привычек, обеспечение школьных столовых полезными продуктами и снижение потребления фастфуда.

Расширение профилактических медицинских осмотров: введение обязательных ежегодных обследований подростков с привлечением специалистов разных направлений [12].

Стимулирование физической активности: популяризация спорта среди подростков через создание бесплатных спортивных секций, обновление инфраструктуры школьных спортзалов и разработка программ по повышению мотивации к активному образу жизни.

Литература

1. World Health Organization. Uzbekistan STEPS Survey 2019 – preliminary results. – WHO Europe, 2022. – (Пресс-релиз с основными результатами STEPS 2019).
2. Сапиохунова, Х. М. "НЕИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОД КОНТРОЛЕМ: ИННОВАЦИИ И ВЫЗОВЫ СКРИНИНГОВЫХ ПРОГРАММ." ORIENTAL JOURNAL OF MEDICINE AND NATURAL SCIENCES 1, no. 6 (2024): 33-42.
3. Khalmirzaeva, S. S. "THE IMPORTANCE OF PERSONAL HYGIENE IN MAINTAINING HUMAN HEALTH." Экономика и социум 9 (100) (2022): 93-96.
4. Khalmirzaeva, S. S. "ECOLOGICAL CULTURE IS AN IMPORTANT SIGN OF SOCIAL DEVELOPMENT." Экономика и социум 9 (100) (2022): 97-99.

5. Khalmirzaeva, S. S. "POSSIBILITIES OF PHYSICAL CULTURE AND THEIR EFFECTIVE USE IN WIDE PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLE AMONG STUDENTS." Экономика и социум 11 (114)-2 (2023): 1120-1123.
6. Khalmirzaeva, S. S. "Current issues of formation of ecological culture." Экономика и социум 2-2 (93) (2022): 182-185.
7. Taxirovich, A.S., 2025. THE ROLE OF THE ACL (ACTIVE COLLABORATIVE LEARNING) MODEL IN EDUCATION. SHOKH LIBRARY.
8. Taxirovich, A.S., 2025. TEACHING THE TOPIC OF INTESTINAL INFECTIONS USING THE EXAMPLE OF ACL (ACTIVE COLLABORATIVE LEARNING). Ethiopian International Journal of Multidisciplinary Research, 12(01), pp.557-559.
9. Шоюнусова, Н. Ш., Ш. А. Хасанова, and Л. А. Жуманова. "ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К УЛУЧШЕНИЮ СОЦИАЛЬНОЙ ГИГИЕНЫ ЧЕРЕЗ ТЕХНОЛОГИИ И ЦИФРОВИЗАЦИЮ." Экономика и социум 4-1 (119) (2024): 1252-1255.
10. Sh, Shoyunusova N., and L. A. Jumanova. "USING VIRTUAL REALITY IN MEDICAL EDUCATION: ADVANTAGES AND CHALLENGES." Ethiopian International Journal of Multidisciplinary Research 11, no. 05 (2024): 379-384.
11. Шоюнусова, Наргис Шарифовна, Лола Абдухалиловна Жуманова, and Манзура Хабибовна Салиева. "МЕСТО ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦ ИНСТИТУТОВ ГРАЖДАНСКОГО ОБЩЕСТВА В ОБРАЗОВАНИИ." Re-health journal 1-2 (17) (2023): 12-16.
12. Жуманова, Л. А., and М. Ю. Ханттураева. "ИССЛЕДОВАНИЕ ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЙ ДИНАМИКИ ОРВИ ЗА ПОСЛЕДНИЕ ДЕСЯТЬ ЛЕТ." Экономика и социум 3-1 (118) (2024): 631-634.