IQRO JURNALI , IQRO JOURNAL, ИКРО ЖУРНАЛИ
ISSN:2181-4341| wordlyknowledge.uz/index.php/iqro
Volume 22 Issue 02 IYUL 2026

ALLERGIK RINIT RIVOJLANISHINING XAVF OMILLARI VA PROFILAKTIKA CHORALARINI TAKOMILLASHTIRISH

Zikirillayev Jamoliddin
Otorinoloringologiya yo'nalishi
1-bosqich ordinatori
Central Asian Medical University
https://doi.org/10.5281/zenodo.21410886

Annotatsiya. Allergik rinit dunyo aholisida eng ko'p uchraydigan allergik kasalliklardan biri bo'lib, uning tarqalishi so'nggi yillarda sezilarli darajada ortib bormoqda. Kasallik bemorlarning hayot sifatini pasaytirishi, mehnat qobiliyati va kundalik faolligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi hamda bronxial astma kabi boshqa allergik kasalliklar rivojlanishi xavfini oshirishi bilan dolzarb hisoblanadi. Ushbu maqolaning maqsadi allergik rinit rivojlanishining asosiy xavf omillarini tahlil qilish hamda kasallik profilaktikasini takomillashtirishning zamonaviy yondashuvlarini yoritishdan iborat. Maqola ilmiy adabiyotlar tahliliga asoslangan bo'lib, irsiy moyillik, atrof-muhit omillari, aeroallergenlar, havo ifloslanishi, kasbiy omillar va turmush tarzi allergik rinit rivojlanishida muhim o'rin tutishi ko'rsatildi. Shuningdek, allergenlarni nazorat qilish, sanitariya-gigiyena tadbirlari, bemorlarni erta aniqlash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish va allergen-spetsifik immunoterapiya kasallikning oldini olish hamda kechishini yengillashtirishda samarali usullar ekani ta'kidlandi.
Kalit so'zlar: allergik rinit, xavf omillari, profilaktika, allergenlar, aeroallergenlar, immunoterapiya, havo ifloslanishi, adabiyotlar sharhi.

Аннотация. Аллергический ринит является одним из наиболее распространённых аллергических заболеваний в мире, распространённость которого в последние годы неуклонно возрастает. Заболевание существенно снижает качество жизни пациентов, ухудшает трудоспособность и повышает риск развития бронхиальной астмы и других аллергических заболеваний. Целью настоящего обзора является анализ основных факторов риска развития аллергического ринита и освещение современных подходов к совершенствованию его профилактики. Работа основана на анализе современных научных публикаций. Рассмотрены генетическая предрасположенность, факторы окружающей среды, аэроаллергены, загрязнение атмосферного воздуха, профессиональные факторы и особенности образа жизни как основные причины развития заболевания. Также представлены современные профилактические мероприятия, включающие контроль аллергенов, санитарно-гигиенические мероприятия, раннее выявление заболевания, формирование здорового образа жизни и аллерген-специфическую иммунотерапию.
Ключевые слова: аллергический ринит, факторы риска, профилактика, аллергены, аэроаллергены, иммунотерапия, загрязнение воздуха, обзор литературы.

Abstract. Allergic rhinitis is one of the most common allergic diseases worldwide, and its prevalence has increased considerably in recent decades. The disease significantly impairs patients' quality of life, reduces work productivity, and increases the risk of developing bronchial asthma and other allergic disorders. The aim of this review is to analyze the major risk factors associated with the development of allergic rhinitis and to summarize current approaches for improving its prevention. This article is based on a review of contemporary scientific literature. Genetic predisposition, environmental exposure, aeroallergens, air pollution, occupational factors, and lifestyle characteristics are discussed as the principal risk factors. In addition,

modern preventive strategies, including allergen avoidance, environmental control, early diagnosis, healthy lifestyle promotion, and allergen-specific immunotherapy, are highlighted as effective measures for reducing disease burden and preventing disease progression.

Keywords: allergic rhinitis, risk factors, prevention, allergens, aeroallergens, immunotherapy, air pollution, literature review.

Allergik rinit (AR) immunoglobulin E (IgE) vositachiligidagi surunkali yallig'lanish kasalligi bo'lib, burun shilliq qavatining allergenlarga nisbatan yuqori sezuvchanligi natijasida rivojlanadi. Kasallik aksirish, rinoreya, burun bitishi va burun qichishishi kabi klinik belgilar bilan namoyon bo'ladi hamda bemorlarning hayot sifati, mehnat unumdorligi va ijtimoiy faolligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. So'nggi yillarda allergik rinitning tarqalish ko'rsatkichlari dunyoning ko'plab mamlakatlarida ortib borayotgani ushbu kasallikni zamonaviy tibbiyotning dolzarb muammolaridan biriga aylantirmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti hamda Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) tavsiyalariga ko'ra, allergik rinit bronxial astma bilan uzviy bog'liq bo'lib, ko'pincha "bir nafas yo'li — bir kasallik" konsepsiyasi doirasida baholanadi. Allergik rinitning o'z vaqtida aniqlanmasligi va yetarli profilaktik choralarning amalga oshirilmasligi kasallikning surunkali kechishiga, sinusit, otit, bronxial astma va uyqu buzilishlari kabi asoratlarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Kasallik etiologiyasida irsiy moyillik, aeroallergenlar, atrof-muhitning ifloslanishi, kasbiy zararli omillar, tamaki tutuni hamda turmush tarziga oid omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, urbanizatsiya, iqlim o'zgarishi va atmosfera havosi sifatining yomonlashuvi allergik kasalliklarning ko'payishiga xizmat qilayotgan omillar sifatida e'tirof etilmoqda. Shu munosabat bilan allergik rinit rivojlanishining xavf omillarini chuqur o'rganish hamda kasallik profilaktikasining zamonaviy usullarini takomillashtirish dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

Materiallar va usullar. Mazkur maqola adabiyotlar sharhi shaklida bajarildi. Tahlil uchun 2019–2025-yillarda chop etilgan ilmiy maqolalar, tizimli sharhlar, meta-tahlillar hamda xalqaro klinik tavsiyalar o'rganildi. Ilmiy manbalarni qidirishda PubMed, Scopus, Web of Science va Google Scholar ma'lumotlar bazalaridan foydalanildi. Shuningdek, Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO), European Academy of Allergy and Clinical Immunology (EAACI) hamda Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) tavsiyalari tahlil qilindi. Adabiyotlarni tanlash mezonlari sifatida allergik rinit epidemiologiyasi, etiologiyasi, xavf omillari, profilaktikasi va allergen-spetsifik immunoterapiyaga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlar tanlab olindi. Takrorlanuvchi, mavzuga bevosita aloqador bo'lmagan hamda ilmiy ishonchliligi yetarli bo'lmagan manbalar tahlildan chiqarildi. Tanlangan ilmiy manbalar mazmuniy tahlil, qiyosiy tahlil va umumlashtirish usullari yordamida o'rganildi. Olingan ma'lumotlar allergik rinit rivojlanishiga ta'sir etuvchi xavf omillari va profilaktik tadbirlarning samaradorligini baholash nuqtai nazaridan tizimlashtirildi.

Natijalar va muhokama. Adabiyotlar tahlili allergik rinit rivojlanishida irsiy va tashqi muhit omillarining o‘zaro ta'siri asosiy o‘rin tutishini ko‘rsatdi. Ota-onalardan birida allergik kasallik mavjud bo‘lsa, farzandda allergik rinit rivojlanish ehtimoli sezilarli darajada ortadi, ikkala ota-onada ham allergik kasallik kuzatilganda esa ushbu xavf yanada yuqori bo‘ladi. Genetik moyillik immun tizimining allergenlarga nisbatan IgE vositachiligidagi giperreaktiv javobini shakllantiruvchi muhim omillardan biri hisoblanadi. Tahlil qilingan ilmiy manbalarga ko‘ra, aeroallergenlar allergik rinit etiologiyasida yetakchi o‘rin egallaydi. Uy changi kanasi, o‘simlik changchilari, mog‘or zamburug‘lari sporasi hamda uy hayvonlari epidermal allergenlari kasallikning eng ko‘p uchraydigan sababchilari sifatida qayd etilgan. Mavsumiy allergik rinit asosan daraxt, o‘t va begona o‘t changlari bilan bog‘liq bo‘lsa, yil davomida davom etuvchi allergik rinit ko‘proq uy changi kanasi va mog‘or zamburug‘lari bilan bog‘liq ekanligi aniqlangan. Atrof-muhitning ifloslanishi ham allergik rinit rivojlanishining muhim xavf

omillaridan biri hisoblanadi. Atmosferadagi PM2.5 va PM10 zarrachalari, azot dioksidi (NO_2), oltingugurt dioksidi (SO_2) hamda ozon kabi ifloslantiruvchi moddalar burun shilliq qavatining himoya funksiyasini susaytiradi va allergenlarning organizmga kirishini osonlashtiradi. Urbanizatsiya darajasi yuqori bo‘lgan hududlarda allergik rinitning uchrash chastotasi qishloq hududlariga nisbatan yuqoriroq ekanligi ko‘plab epidemiologik tadqiqotlarda tasdiqlangan. Kasbiy omillar ham kasallik rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Un, yog‘och changi, kimyoviy moddalar, lateks, laboratoriya hayvonlari allergenlari bilan uzoq muddatli kontakt tibbiyot xodimlari, qishloq xo‘jaligi, oziq-ovqat va kimyo sanoati xodimlarida kasallik rivojlanish xavfini oshiradi. Shu sababli ishlab chiqarish korxonalarida individual himoya vositalaridan foydalanish va mehnat gigiyenasi qoidalariga rioya qilish muhim profilaktik chora hisoblanadi. Turmush tarzi bilan bog‘liq omillar ham allergik rinit rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko‘rsatadi. Faol va passiv chekish, noto‘g‘ri ovqatlanish, jismoniy faollikning pastligi hamda ortiqcha tana vazni surunkali yallig‘lanish jarayonlarini kuchaytirib, allergik kasalliklar rivojlanishiga moyillikni oshiradi. Bolalik davrida antibiotiklardan nazoratsiz foydalanish ichak mikrobiotasining buzilishiga olib kelib, immun tizimning noto‘g‘ri shakllanishiga sabab bo‘lishi mumkin. Iqlim o‘zgarishi ham zamonaviy davrda allergik rinit epidemiologiyasiga sezilarli ta'sir ko‘rsatmoqda. Global haroratning oshishi natijasida changlanish mavsumining uzayishi, atmosfera karbonat angidrid miqdorining ortishi esa o‘simliklar tomonidan ko‘proq polen ishlab chiqarilishiga olib keladi. Natijada allergik rinit bilan kasallanish ko‘rsatkichlari va simptomlarning davomiyligi ortib bormoqda.

Profilaktika choralari ichida allergenlarni nazorat qilish eng samarali yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Uy sharoitida chang yig‘uvchi buyumlarni kamaytirish, HEPA-filtrli changyutgichlardan foydalanish, xona namligini 40–50 % darajada ushlab turish, konditsioner va shamollatish tizimlarini muntazam tozalash aeroallergenlar miqdorini sezilarli kamaytiradi. Changlanish mavsumida derazalarni yopiq saqlash, tashqaridan kelgandan so‘ng kiyimlarni almashtirish va burun bo‘shlig‘ini fiziologik eritmalar bilan yuvish simptomlarning og‘irlashishini kamaytirishga yordam beradi. Birlamchi profilaktika allergik kasallik rivojlanishining oldini olishga qaratilgan bo‘lib, homiladorlik davrida tamaki tutunidan saqlanish, bolani imkon qadar tabiiy oziqlantirish, ratsional ovqatlanish va sog‘lom turmush tarziga amal qilishni o‘z ichiga oladi. Ikkilamchi profilaktika kasallikni erta aniqlash va allergen bilan kontaktni maksimal darajada cheklashni nazarda tutadi. Uchinchi darajali profilaktika esa kasallikning og‘irlashishi va asoratlarini oldini olish, bemorning hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan. Allergen-spetsifik immunoterapiya (ASIT) allergik rinitni davolash va profilaktika qilishning patogenetik usuli hisoblanadi. Adabiyotlar tahliliga ko‘ra, ASIT simptomlar og‘irligini kamaytiradi, dori vositalariga ehtiyojni qisqartiradi hamda bronxial astma rivojlanish xavfini pasaytiradi. Ayniqsa bolalar va yosh bemorlarda o‘z vaqtida boshlangan immunoterapiya uzoq muddatli klinik samaradorlikni ta'minlaydi. Tahlil qilingan ilmiy manbalar allergik rinit profilaktikasida kompleks yondashuv eng yuqori samaradorlikka ega ekanligini ko‘rsatdi. Allergenlarni nazorat qilish, ekologik omillarni kamaytirish, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, erta diagnostika va zamonaviy davolash usullarini uyg‘unlashtirish kasallik tarqalishini kamaytirish hamda bemorlarning hayot sifatini yaxshilash imkonini beradi.

Xulosa. Allergik rinit butun dunyoda keng tarqalgan surunkali allergik kasalliklardan biri bo‘lib, uning rivojlanishida genetik moyillik, aeroallergenlar, atmosfera havosining ifloslanishi, kasbiy zararli omillar va turmush tarzi muhim ahamiyat kasb etadi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar ushbu omillarning kompleks ta'siri natijasida kasallik rivojlanishini tasdiqlamoqda. Kasallik profilaktikasining samaradorligi allergenlar bilan kontaktni kamaytirish, sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya qilish, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, bemorlarni erta aniqlash va allergen-spetsifik immunoterapiyani o‘z vaqtida qo‘llash orqali oshiriladi. Shuningdek,

atmosfera havosi sifatini yaxshilash, ekologik xavfsizlikni ta'minlash hamda aholining allergik kasalliklar bo‘yicha xabardorligini oshirish muhim profilaktik yo‘nalishlardan biridir. Kelgusida allergik rinit rivojlanishining hududiy epidemiologik xususiyatlarini o‘rganish, individual xavf omillarini baholash hamda yangi profilaktik texnologiyalarni amaliyotga joriy etish kasallikning tarqalishini kamaytirishga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Bousquet J., Khaltaev N., Cruz A.A., et al. Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) 2020 update. Allergy. 2020;75(10):2438–2481.
2. Brożek J.L., Bousquet J., Agache I., et al. Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) Guidelines – 2023 Revision. Journal of Allergy and Clinical Immunology. 2023.
3. Global Initiative for Asthma (GINA). Global Strategy for Asthma Management and Prevention. 2024.
4. European Academy of Allergy and Clinical Immunology (EAACI). Allergen Immunotherapy User's Guide. 2023.
5. World Health Organization. Air Pollution and Child Health: Prescribing Clean Air. Geneva: WHO; 2022.
6. Dykewicz M.S., Wallace D.V., Amrol D.J., et al. Rhinitis 2020: A Practice Parameter Update. Journal of Allergy and Clinical Immunology. 2020;146(4):721–767.
7. Wang X.Y., Ma T.T., Wang X.Y., et al. Risk factors and epidemiology of allergic rhinitis: an updated review. Frontiers in Allergy. 2023;4:1184256.
8. Pawankar R., Canonica G.W., Holgate S.T., Lockey R.F. WAO White Book on Allergy. World Allergy Organization; 2022.
9. Bousquet J., Anto J.M., Bachert C., et al. Allergic rhinitis. Nature Reviews Disease Primers. 2020;6:95.
10. Greiner A.N., Hellings P.W., Rotiroti G., Scadding G.K. Allergic rhinitis. The Lancet. 2021;398(10313):2112–2122.