



# URGANCH DAVLAT TIBBIYOT INSTITUTI JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI

2 - TOM, 3/1 - SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

UO'K: 613.2:616.9-084

## OZIQ-OVQAT GIGIYENASI VA OZIQ-OVQAT ORQALI YUQADIGAN INFEKSIYALAR PROFILAKTIKASI



### Quranboyev Siroj Berdiboy o'g'li

Urganch davlat tibbiyot instituti Jamoat salomatligi va Umumiy gigiyena kafedrası assistenti, Urganch, O'zbekiston

[sirojiddinquranbayev59@gmail.com](mailto:sirojiddinquranbayev59@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0004-4453-4140>

Tel.:(97)-784-37-47



### Abdullayeva Annabibi Remezan qizi

Urganch davlat tibbiyot instituti 3-kurs talabasi, Urganch, O'zbekiston

[annaabdullaeva@gmail.com](mailto:annaabdullaeva@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0001-3061-050X>

Tel.:(91)-270-23-05

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada oziq-ovqat gigiyenasi va oziq-ovqat orqali yuqadigan infeksiyalarning oldini olish masalalari ilmiy jihatdan yoritilgan. Oziq-ovqat mahsulotlarini tayyorlash, saqlash va iste'mol qilish jarayonlarida gigiyenik talablarga rioya etishning ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, oziq-ovqat xavfsizligiga ta'sir etuvchi asosiy omillar, jumladan sanitariya holati, saqlash harorati, mahsulot sifat nazorati va shaxsiy gigiyena qoidalariga amal qilish masalalari ko'rib chiqilgan. Maqolada salmonellyoz, stafilokokkli toksikoinfeksiya, botulizm va boshqa ichak infeksiyalarining kelib chiqish sabablari hamda ularni oldini olish choralari yoritilgan. Tahlillar natijasiga ko'ra, oziq-ovqat gigiyenasiga rioya qilish va sanitariya nazoratini kuchaytirish yuqumli kasalliklar tarqalishini sezilarli darajada kamaytirishi ilmiy asosda tasdiqlangan.

**Kalit so'zlar:** Oziq-ovqat gigiyenasi, salmonellyoz, toksikoinfeksiya, botulizm, profilaktika, sanitariya, infeksiya nazorati, jamoat salomatligi

## ГИГИЕНА ПИТАНИЯ И ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ ЧЕРЕЗ ПИЩЕВЫЕ ПРОДУКТЫ

Куранбоев С.Б., Абдуллаева А.Р.

Ургенчский государственный медицинский институт, г. Ургенч, Узбекистан

**Аннотация:** В данной статье вопросы гигиены питания и профилактики инфекционных заболеваний, передающихся через пищевые продукты, освещены научно. Проанализировано значение соблюдения гигиенических требований при приготовлении, хранении и употреблении пищевых продуктов. Также рассмотрены основные факторы,



# URGANCH DAVLAT TIBBIYOT INSTITUTI JANUBIY OROLBO‘YI TIBBIYOT JURNALI

2 - TOM, 3/1 - SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

влияющие на безопасность пищевых продуктов, такие как санитарное состояние, температура хранения, контроль качества продукции и соблюдение правил личной гигиены. В статье рассмотрены причины возникновения таких заболеваний, как сальмонеллёз, стафилококковая токсикоинфекция, ботулизм и другие кишечные инфекции, а также меры их профилактики. По результатам анализа научно подтверждено, что соблюдение правил пищевой гигиены и усиление санитарного контроля значительно снижают распространение инфекционных заболеваний.

**Ключевые слова:** Гигиена питания, сальмонеллёз, токсикоинфекция, ботулизм, профилактика, санитария, инфекционный контроль, общественное здоровье

## FOOD HYGIENE AND PREVENTION OF FOODBORNE INFECTIONS

**Quranboyev S.B., Abdullayeva A.R.**

Urgench State Medical Institute, Urgench, Uzbekistan

**Annotation:** This article scientifically addresses the issues of food hygiene and the prevention of foodborne infectious diseases. The importance of compliance with hygienic requirements during the preparation, storage, and consumption of food products is analyzed. Also considered are the main factors affecting food safety, such as sanitary conditions, storage temperature, product quality control, and compliance with personal hygiene rules. The article discusses the causes of diseases such as salmonellosis, staphylococcal food poisoning, botulism, and other intestinal infections, as well as their preventive measures. The results of the analysis scientifically confirm that adherence to food hygiene rules and strengthened sanitary control significantly reduce the spread of infectious diseases.

**Key words:** Food hygiene, salmonellosis, foodborne infection, botulism, prevention, sanitation, infection control, public health

**KIRISH:** Zamonaviy jamiyatda oziq-ovqat xavfsizligi va gigiyenasi jamoat salomatligini ta'minlashda muhim o'rin tutadi. Oziq-ovqat mahsulotlarining sifatsizligi, noto'g'ri saqlanishi yoki gigiyenik qoidalarga rioya qilinmasligi natijasida turli yuqumli kasalliklar kelib chiqadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, oziq-ovqat orqali yuqadigan kasalliklar dunyo bo'yicha keng tarqalgan muammolardan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi oziq-ovqat gigiyenasining ahamiyatini o'rganish va oziq-ovqat orqali yuqadigan infeksiyalarni oldini olish choralari tahlil qilishdan iborat.

**ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA:** Tadqiqot davomida oziq-ovqat gigiyenasi va epidemiologiya bo'yicha ilmiy manbalar o'rganildi. Tahlil, taqqoslash va umumlashtirish usullaridan foydalanildi. Oziq-ovqat orqali yuqadigan kasalliklarning kelib chiqish sabablari va ularni oldini olish bo'yicha mavjud ilmiy ma'lumotlar tizimlashtirildi [1].

**NATIJARLAR:** Tadqiqot natijalari oziq-ovqat gigiyenasi buzilgan holatlarda yuqumli kasalliklarning sezilarli darajada ortishini ko'rsatdi. Ayniqsa, oziq-ovqat mahsulotlarini tayyorlash, saqlash va tashish jarayonlarida gigiyenik talablarning buzilishi quyidagi kasalliklarning keng tarqalishiga olib keladi. Eng ko'p uchraydigan kasalliklardan biri - salmonellyoz bo'lib, u asosan xom yoki yetarli darajada pishirilmagan go'sht, tuxum va parranda mahsulotlari orqali yuqadi.



# URGANCH DAVLAT TIBBIYOT INSTITUTI JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI

2 - TOM, 3/1 - SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

Ushbu kasallik ko'pincha ommaviy zaharlanish holatlari bilan kechadi. Stafilokokkli toksikoinfeksiyalar esa tayyor ovqat mahsulotlarini noto'g'ri haroratda saqlash natijasida yuzaga keladi. Bunda bakteriyalar oziq-ovqatda ko'payib, toksinlar ajratadi va iste'mol qilinganda organizmda o'tkir zaharlanish holatini keltirib chiqaradi.

Botulizm eng xavfli oziq-ovqat orqali yuqadigan kasalliklardan biri bo'lib, noto'g'ri tayyorlangan va sterilizatsiya qilinmagan konservalar orqali yuqadi. Ushbu kasallik asab tizimiga zarar yetkazib, og'ir asoratlar va hatto o'limga olib kelishi mumkin. Shuningdek, ichak infeksiyalari, jumladan dizenteriya va boshqa bakterial kasalliklar ifloslangan oziq-ovqat mahsulotlari orqali tarqaladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, oziq-ovqat bilan bog'liq infeksiyalar ko'p hollarda inson omili - ya'ni gigiyenik qoidalarga amal qilmaslik bilan bevosita bog'liqdir. Bundan tashqari, oziq-ovqat mahsulotlarini saqlashda harorat rejimiga rioya qilmaslik, xom va tayyor mahsulotlarni birga saqlash hamda oshxona jihozlarining tozaligiga e'tibor bermaslik infeksiya tarqalish xavfini bir necha barobarga oshiradi [2].

**MUHOKAMA:** Olingan natijalar oziq-ovqat gigiyenasining jamoat salomatligini ta'minlashdagi muhim o'rnini yana bir bor tasdiqlaydi. Yuqorida qayd etilgan kasalliklarning aksariyati sanitariya-gigiyena qoidalarga amal qilinmaganligi natijasida yuzaga keladi. Oziq-ovqat orqali yuqadigan kasalliklarning asosiy sabablari sifatida mahsulotlarning sifatsizligi, noto'g'ri saqlanishi, yetarli darajada termik ishlov berilmasligi hamda shaxsiy gigiyena qoidalarga amal qilinmasligi qayd etiladi. Ayniqsa, oziq-ovqat tayyorlash jarayonida qo'l gigiyenasiga e'tibor bermaslik bakterial ifloslanishning asosiy manbai hisoblanadi. Zamonaviy sharoitda oziq-ovqat xavfsizligini ta'minlash uchun kompleks yondashuv talab etiladi. Bunda ishlab chiqarishdan tortib iste'molchigacha bo'lgan barcha bosqichlarda sanitariya nazoratini kuchaytirish muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, aholi o'rtasida oziq-ovqat gigiyenasi bo'yicha bilimlarni oshirish, to'g'ri ovqat tayyorlash va saqlash qoidalarini targ'ib qilish kasalliklarning oldini olishda samarali usul hisoblanadi. Gigiyenik madaniyatni rivojlantirish orqali oziq-ovqat bilan bog'liq infeksiyalarni kamaytirish mumkinligi ilmiy jihatdan asoslangan. Bu esa jamoat salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyatga ega [2].

**XULOSA:** Xulosa qilib aytganda, oziq-ovqat gigiyenasi yuqumli kasalliklarning oldini olishda muhim va ajralmas omil hisoblanadi. Oziq-ovqat mahsulotlarini tayyorlash, saqlash va iste'mol qilish jarayonida gigiyenik qoidalarga qat'iy rioya qilish infeksiyalar tarqalishini sezilarli darajada kamaytiradi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, salmonellyoz, toksikoinfeksiya, botulizm va ichak kasalliklari kabi infeksiyalar ko'p hollarda oziq-ovqat gigiyenasiga amal qilinmaganligi bilan bog'liq. Shu sababli, oziq-ovqat xavfsizligini ta'minlash, sanitariya nazoratini kuchaytirish va aholi o'rtasida gigiyenik bilimlarni keng targ'ib qilish zarur. Umuman olganda, gigiyenik madaniyatni yuksaltirish orqali nafaqat individual sog'liqni, balki jamoat salomatligini ham himoya qilish mumkin. Bu esa yuqumli kasalliklar tarqalishini kamaytirish va sog'lom jamiyatni shakllantirishning muhim sharti hisoblanadi.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Eshqorayev S., Abdulhamidova X., Abdulhamidov J. Gigiyena va jamoat salomatligi asoslari. – Toshkent, 2022.
2. Mahmudov A., Karimova D. Epidemiologiya va yuqumli kasalliklar. – Toshkent, 2021.



# URGANCH DAVLAT TIBBIYOT INSTITUTI JANUBIY OROLBO‘YI TIBBIYOT JURNALI

**2 - TOM, 3/1 - SON. 2026**

**14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740**

3. World Health Organization (WHO). Food safety: basic texts. – Geneva, 2020.
4. World Health Organization (WHO). Five keys to safer food manual. – Geneva, 2019.
5. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Foodborne Illnesses and Prevention Guidelines. – Atlanta, USA, 2022.
6. FAO/WHO. Food safety risk analysis and hygiene practices. – Rome, 2021.

