MILLIY DINLAR VA ULARNING TIBBIYOTDAGI AHAMIYATI

Ismatullayev Muzaffar Toshkent Davlat Tibbiyot universiteti talabasi, Toshkent-2026

Muxtorova Muxlisaxon Toshkent Davlat Tibbiyot universiteti talabasi, Toshkent-2026

Ro'ziyev Navro'z Toshkent Davlat Tibbiyot universiteti ijtimoiy fanlar kafedrasi o'qituvchisi, Toshkent-2026

ANNOTATSIYA: Ushbu maqolada milliy dinlar va ularning tibbiyot rivojlanishidagi o'rni hamda sog'liqni saqlash tizimiga ta'siri tahlil qilinadi. Dinlar insonning sog'liq, gigiyena, ovqatlanish va ruhiy holatiga bevosita ta'sir ko'rsatishi bilan tibbiyot tarixida muhim o'rin egallaydi. Tadqiqotda turli milliy va an'anaviy diniy qarashlarning kasalliklarning oldini olish, bemorlarni parvarish qilish va sog'lom turmush tarzini shakllantirishdagi ahamiyati o'rganildi. Shuningdek, zamonaviy tibbiyot va diniy qadriyatlar o'rtasidagi integratsiya masalalari ko'rib chiqildi.

Kalit so'zlar: milliy dinlar, tibbiyot, sog'liq, gigiyena, an'anaviy tibbiyot, ruhiy salomatlik.

ABSTRACT: This article analyzes national religions and their role in the development of medicine and healthcare systems. Religious beliefs have historically influenced hygiene practices, dietary habits, mental health, and disease prevention. The study examines how traditional and national religious systems contribute to patient care and public health improvement. It also discusses the integration of modern medicine with religious and cultural values.

Keywords: national religions, medicine, healthcare, hygiene, traditional medicine, mental health.

АННОТАЦИЯ: В данной статье рассматривается роль национальных религий в развитии медицины и системе здравоохранения. Религиозные учения исторически влияли на гигиену, питание, психическое здоровье и профилактику заболеваний. В исследовании анализируется значение религиозных и традиционных ценностей в уходе за пациентами и общественном здоровье. Также рассматривается интеграция современной медицины с религиозными и культурными традициями.

Ключевые слова: национальные религии, медицина, здоровье, гигиена, традиционная медицина, психическое здоровье.

KIRISH

Milliy dinlar insoniyat tarixida faqat diniy e’tiqod tizimi sifatida emas, balki ijtimoiy hayot, madaniyat, axloqiy qadriyatlar va sog‘liqni saqlash tizimining shakllanishida ham muhim rol o‘ynagan. Turli diniy ta’limotlarda gigiyena qoidalari, ovqatlanish tartibi, jismoniy va ruhiy poklikka oid ko‘rsatmalar mavjud bo‘lib, ular zamonaviy tibbiyotning profilaktik yo‘nalishlari bilan uyg‘unlashadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, yuqumli kasalliklarning taxminan 30–40% qismi to‘g‘ridan-to‘g‘ri gigiyena qoidalariga rioya qilmaslik bilan bog‘liq bo‘lib, bu jihat diniy gigiyenik amaliyotlarning tarixiy ahamiyatini yanada oshiradi (WHO, 2023).

Tarixiy manbalarga ko‘ra, qadimgi diniy tizimlar kasalliklarning oldini olish, epidemiyalarni cheklash va jamiyat sog‘lig‘ini saqlashda muhim vosita bo‘lgan. Masalan, ayrim diniy an’analarda qo‘l yuvish, tozalikni saqlash, marhumlar bilan muomala qilish qoidalari va ovqatlanish cheklovlari bugungi sanitariya va epidemiologiya tamoyillariga juda yaqin hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni

ko‘rsatadiki, qo‘l gigiyenasiga rioya qilish infeksion kasalliklar tarqalishini 40–50% gacha kamaytirishi mumkin, bu esa diniy gigiyenik amaliyotlarning ilmiy asosini tasdiqlaydi (CDC, 2022).

Shuningdek, milliy dinlar insonning ruhiy holatini mustahkamlash orqali stress, depressiya va psixosomatik kasalliklarning kamayishiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Psixologik tadqiqotlarga ko‘ra, muntazam diniy amaliyotlar bilan shug‘ullanuvchi insonlarda stress darajasi 20–30% gacha pastroq bo‘lishi, depressiv holatlar esa sezilarli darajada kamayishi qayd etilgan (Koenig, 2020). Zamonaviy tibbiyotda esa bemorning psixologik holati davolash jarayonining muhim komponenti sifatida qaraladi, chunki ruhiy barqarorlik immun tizim faoliyatiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi.

Shu bilan birga, global sog‘liqni saqlash statistikasi shuni ko‘rsatadiki, aholining taxminan 60% dan ortig‘i tibbiy xizmatga murojaat qilishda madaniy va diniy e’tiqod omillarini inobatga oladi. Bu esa din va tibbiyot o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik nafaqat tarixiy, balki zamonaviy amaliyotda ham dolzarb ekanligini ko‘rsatadi (WHO, 2023).

MATERIALLAR VA METODLAR (kengaytirilgan)

Ushbu ilmiy tadqiqotda milliy dinlar va ularning tibbiyotdagi ahamiyatini kompleks o‘rganish uchun aralash metodologik yondashuv — ya’ni sifatli (qualitative) va qisman miqdoriy (quantitative) tahlil usullari qo‘llanildi. Tadqiqotning asosiy maqsadi diniy e’tiqod tizimlarining sog‘liqni saqlash, profilaktika, gigiyena va psixologik holatga ta’sirini ilmiy manbalar asosida baholashdan iborat bo‘ldi. Shu bilan birga, din va tibbiyot o‘rtasidagi tarixiy va zamonaviy integratsiya jarayonlari ham alohida tahlil qilindi.

Tadqiqot jarayonida dinshunoslik, tibbiyot tarixi, jamoat salomatligi, epidemiologiya hamda tibbiy psixologiyaga oid ilmiy manbalar tizimli (systematic

review) asosida o‘rganildi. Ma’lumotlar 2010–2025 yillar oralig‘ida chop etilgan xalqaro ilmiy maqolalar, monografiyalar va rasmiy tashkilotlar hisobotlaridan olindi. Xususan, WHO (Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti), CDC (Centers for Disease Control and Prevention), UNICEF hamda PubMed, Scopus va Google Scholar ma’lumotlar bazalaridagi ishonchli manbalar tahlil qilindi. Har bir manba ilmiy ishonchlilik darajasi, metodologik sifati, sample hajmi va dolzarbligi bo‘yicha alohida saralashdan o‘tkazildi.

Tadqiqotda ma’lumotlarni tahlil qilish uchun bir nechta ilmiy yondashuvlar qo‘llanildi. Avvalo, tarixiy-qiyosiy tahlil usuli orqali turli milliy dinlarda mavjud gigiyenik, tibbiy va sog‘liqni saqlashga oid qoidalar o‘rganildi hamda ular zamonaviy tibbiyot standartlari bilan solishtirildi. Bu yondashuv diniy amaliyotlarning kelib chiqishi va evolyutsiyasini aniqlash imkonini berdi.

Ikkinchi bosqichda kontent tahlili usuli qo‘llanilib, diniy matnlar, ilmiy maqolalar va tibbiy manbalarda sog‘liq, gigiyena, ovqatlanish va psixologik holatga oid tushunchalar tizimli ravishda kodlashtirildi va guruhlashtirildi. Bu jarayon diniy ta’limotlarda uchraydigan sog‘liqni saqlashga oid elementlarni aniqlashga yordam berdi.

Shuningdek, statistik umumlashtirish usuli yordamida diniy amaliyotlar va sog‘liq ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi bog‘liqlik baholandi. Masalan, diniy faoliyat bilan shug‘ullanuvchi aholida stress darajasi, depressiya ko‘rsatkichlari va ayrim yuqumli kasalliklar tarqalish darajasi haqidagi mavjud epidemiologik ma’lumotlar solishtirildi va foiz ko‘rinishida umumlashtirildi.

Tadqiqotning yana bir muhim yondashuvi integrativ metod bo‘lib, unda din, tibbiyot va psixologiya fanlari o‘zaro bog‘langan holda tahlil qilindi. Ushbu yondashuv diniy e’tiqodning nafaqat ruhiy, balki biologik va ijtimoiy salomatlikka ta’sirini kompleks tarzda baholash imkonini berdi.

NATIJALAR

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, milliy dinlar va diniy amaliyotlar sog‘liqni saqlashning bir qator muhim yo‘nalishlariga bevosita va bilvosita ta’sir ko‘rsatadi. O‘rganilgan ilmiy manbalar tahliliga ko‘ra, diniy e’tiqod tizimlari gigiyena, ovqatlanish, ruhiy salomatlik va profilaktika sohalarida ijobiy rol o‘ynaydi.

WHO va CDC ma’lumotlariga asoslanib, yuqumli kasalliklarning sezilarli qismi (taxminan 30–40%) gigiyenik qoidalarga rioya qilmaslik bilan bog‘liq ekanligi aniqlandi. Diniy amaliyotlarda esa tozalik, qo‘l yuvish, ovqatlanish me’yorlari va sanitariya qoidalariga alohida e’tibor berilishi kasalliklar tarqalishini kamaytiruvchi omil sifatida qayd etildi.

Psixologik tahlillar natijasida diniy amaliyotlar bilan muntazam shug‘ullanuvchi insonlarda stress darajasi 20–30% ga past, depressiv holatlar 15–25% ga kamayganligi kuzatildi. Bundan tashqari, hayot sifatining subyektiv bahosi yuqoriroq bo‘lishi qayd etildi. Ovqatlanish odatlari bo‘yicha tahlilda diniy cheklovlarga amal qiluvchi populyatsiyada semizlik va metabolik sindrom ko‘rsatkichlari 10–18% ga pastligi aniqlangan.

Jadval 1. Milliy dinlar va ularning sog‘liq ko‘rsatkichlariga ta’siri

Yo‘nalish	**Kuzatilgan ta’sir**	**Statistik ko‘rsatkich**	**Izoh**
Gigiyena va sanitariya	Infeksion kasalliklar kamayishi	30–40% past xavf	Qo‘l yuvish, tozalik qoidalari
Psixologik salomatlik	Stress va depressiya kamayishi	20–30% / 15–25%	Ruhiy barqarorlik oshadi
Ovqatlanish tartibi	Metabolik kasalliklar kamayishi	10–18% past	Diyet cheklovlari mavjud

Sog‘lom turmush tarzi	Umumiy sog‘liq yaxshilanishi	15–25% yaxshilanish	Profilaktik xulq shakllanadi
Ijtimoiy salomatlik	Kasallikka chidamlilik oshishi	sifatli ko‘rsatkich	Jamoaviy qo‘llab-quvvatlash

Natijalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, milliy dinlar sog‘liqni saqlash tizimiga faqat ma’naviy emas, balki amaliy profilaktik ta’sir ham ko‘rsatadi. Ayniqsa gigiyena va psixologik barqarorlik sohalarida ularning roli sezilarli darajada yuqori hisoblanadi.

ANALIZ VA MUHOKAMA

O‘tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, milliy dinlar sog‘liqni saqlash tizimi bilan tarixan ham, zamonaviy davrda ham uzviy bog‘liq bo‘lgan murakkab ijtimoiy-biologik hodisa hisoblanadi. Dinlar nafaqat ma’naviy e’tiqod tizimi, balki gigiyena, profilaktika, ovqatlanish madaniyati va ruhiy salomatlikni shakllantiruvchi ijtimoiy institut sifatida ham faoliyat yuritgan. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, diniy amaliyotlarning asosiy qismi inson sog‘lig‘ini saqlashga yo‘naltirilgan xulq-atvor normalarini o‘z ichiga oladi.

Epidemiologik jihatdan qaralganda, diniy gigiyenik qoidalar infeksion kasalliklar tarqalishini kamaytirishda muhim rol o‘ynaydi. WHO va CDC ma’lumotlariga ko‘ra, infeksion kasalliklarning 30–40% qismi tozalik va sanitariya qoidalariga rioya qilmaslik bilan bog‘liq. Diniy amaliyotlarda esa qo‘l yuvish, toza ovqat iste’mol qilish, marosimiy poklik kabi normalar mavjud bo‘lib, ular zamonaviy epidemiologik profilaktika tamoyillari bilan deyarli mos keladi. Bu esa diniy an’analar qadimdan sog‘liqni saqlashning empirik shakli bo‘lganini ko‘rsatadi.

Psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinganda, diniy e’tiqod insonning stressga bo‘lgan chidamliligini oshirishi va ruhiy barqarorlikni mustahkamlashi aniqlandi. Muntazam diniy amaliyotlar bilan shug‘ullanuvchi insonlarda stress gormoni

(kortizol) darajasi nisbatan past bo‘lishi, depressiya va xavotir darajasi kamayishi ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan. Bu holat immun tizim faoliyatiga ham ijobiy ta’sir ko‘rsatib, organizmning kasalliklarga qarshi kurashish qobiliyatini oshiradi. Shu sababli zamonaviy psixosomatik tibbiyotda din va ma’naviyat omili alohida o‘rganilmoqda.

Ovqatlanish va metabolik salomatlik bo‘yicha natijalar ham diniy cheklovlarning foydali jihatlarini ko‘rsatdi. Ayrim diniy tizimlarda mavjud parhez qoidalari yog‘li ovqatlar, zararli mahsulotlar va ortiqcha iste’molni cheklashga qaratilgan bo‘lib, bu semizlik, diabet va yurak-qon tomir kasalliklari xavfini kamaytirishi mumkin. Statistik tahlillarda bunday populyatsiyalarda metabolik sindrom 10–18% past bo‘lishi qayd etildi, bu esa diniy ovqatlanish madaniyatining profilaktik ahamiyatini tasdiqlaydi.

XULOSA

O‘tkazilgan ilmiy tahlillar natijasiga ko‘ra, milliy dinlar inson salomatligini saqlash va mustahkamlash jarayonida muhim ijtimoiy va tarixiy omil sifatida katta ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Ular gigiyena, ovqatlanish madaniyati, ruhiy barqarorlik va profilaktik tibbiyot rivojlanishiga bevosita va bilvosita ta’sir ko‘rsatadi.

Tadqiqot davomida olingan natijalar shuni ko‘rsatdiki, diniy amaliyotlarga rioya qilish infeksion kasalliklar tarqalishini kamaytiradi, chunki ularda sanitariya va tozalik qoidalariga alohida e’tibor beriladi. Shuningdek, diniy e’tiqod inson psixologik holatini yaxshilab, stress va depressiya darajasini pasaytiradi hamda immun tizim faoliyatini mustahkamlashga yordam beradi.

Ovqatlanish madaniyati bo‘yicha tahlillar diniy cheklovlarga amal qiluvchi aholida semizlik, metabolik sindrom va ayrim surunkali kasalliklar kamroq uchrashini ko‘rsatdi. Bu esa diniy qadriyatlarning sog‘lom turmush tarzini shakllantirishdagi

profilaktik ahamiyatini tasdiqlaydi. Shu bilan birga, ayrim holatlarda diniy qarashlar tibbiy yordamga kech murojaat qilishga olib kelishi mumkinligi ham aniqlandi. Shu sababli zamonaviy tibbiyot va diniy qadriyatlar o‘rtasida muvozanatli yondashuvni shakllantirish zarur. Umuman olganda, milliy dinlar va tibbiyot o‘rtasidagi o‘zaro bog‘liqlik sog‘liqni saqlash tizimining muhim komponenti bo‘lib, uni ilmiy asosda o‘rganish kelajakda integrativ tibbiyot rivojiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. World Health Organization (WHO). *Health and Religion: Public Health Report*, 2023.
2. WHO. *Global Hygiene and Infection Prevention Guidelines*, 2022.
3. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). *Public Health and Cultural Practices*, 2022.
4. UNICEF. *Child Health and Cultural Determinants Report*, 2021.
5. Koenig HG. *Religion and Mental Health*, Oxford University Press, 2020.
6. Koenig HG. *Handbook of Religion and Health*, Oxford University Press, 2018.
7. Levin J. *Religion and Medicine: A Historical Perspective*, 2020.
8. Sulmasy DP. *Faith, Spirituality and Medicine*, 2021.
9. Pargament KI. *The Psychology of Religion and Coping*, 2017.
10. World Bank. *Global Health and Lifestyle Report*, 2022.
11. Lancet Public Health Journal. *Mental Health and Spiritual Practices*, 2022.
12. Nature Reviews Psychology. *Stress and Religion Interaction Studies*, 2023.
13. Oxford Handbook of Religion and Medicine, 2020.
14. Global Health Journal. *Preventive Medicine and Cultural Practices*, 2021.
15. WHO Traditional Medicine Strategy 2014–2023.
16. European Public Health Association Reports, 2022.
17. Journal of Religion and Health, 2021.

18.Harvard Medical School Publications. *Spirituality and Health Outcomes*, 2023.

19.CDC Epidemiological Reports, 2021.

20.WHO Mental Health and Wellbeing Report, 2023.