ISSN: 3093-9305 VOLUME - 3

JOURNAL OF GLOBAL SCIENTIFIC INNOVATIONS



worldjournal.uz

JAMOAT SALOMATLIGINI MUSTAHKAMLASHDA SOG‘LIQ SAVODXONLIGI VA PROFILAKTIK TA’LIMNING O‘RNI

Ergasheva Xurshida O‘ktamjonovna
Buxoro Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi, o‘qituvchi

Annotatsiya. Maqolada sog‘liq savodxonligining jamoat salomatligini mustahkamlash, kasalliklarning birlamchi profilaktikasi va aholining sog‘lom xulq-atvorini shakllantirishdagi o‘rni tahlil qilinadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti materiallari hamda 2023–2026-yillardagi zamonaviy ilmiy tadqiqotlar asosida sog‘liq haqidagi ma’lumotni topish, tushunish, baholash va amalda qo‘llash ko‘nikmalarining profilaktik salohiyati yoritilgan. Interaktiv va raqamli ta’lim, madaniy moslashtirish, “teach-back” va jamoaga yo‘naltirilgan ta’lim usullarining afzalliklari muhokama qilinadi. Tibbiyot texnikumlarida talabalarning sog‘liq savodxonligi va bemor bilan profilaktik muloqot kompetensiyasini rivojlantirish bo‘yicha tavsiyalar taklif etilgan.

Kalit so‘zlar: sog‘liq savodxonligi, jamoat salomatligi, profilaktika, sog‘lom turmush tarzi, tibbiy ta’lim, bemor ta’limi, birlamchi tibbiy yordam, raqamli sog‘liq

РОЛЬ ГРАМОТНОСТИ В ВОПРОСАХ ЗДОРОВЬЯ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ В УКРЕПЛЕНИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ

Эргашева Хуршида Уктамжоновна
Бухарский техникум общественного здоровья имени Абу Али ибн Сино, преподаватель

Аннотация. В статье анализируется роль грамотности в вопросах здоровья в укреплении общественного здоровья, первичной профилактике заболеваний и формировании здорового поведения населения. На основе материалов Всемирной организации здравоохранения и современных исследований 2023–2026 годов рассматривается профилактический потенциал навыков поиска, понимания, оценки и практического использования медицинской информации. Обсуждаются преимущества интерактивного и цифрового обучения, культурной адаптации, метода teach-back и общественно ориентированных образовательных форм. Предложены рекомендации по развитию у студентов медицинских техникумов грамотности в вопросах здоровья и компетенций профилактического общения с пациентами.

Ключевые слова: грамотность в вопросах здоровья, общественное здоровье, профилактика, здоровый образ жизни, медицинское образование, обучение пациентов, первичная медико-санитарная помощь, цифровое здоровье

JGSI
Journal of Global Scientific Innovations
International scientific practical journal

THE ROLE OF HEALTH LITERACY AND PREVENTIVE EDUCATION IN STRENGTHENING PUBLIC HEALTH

Ergasheva Khurshida Oktamjonovna
Bukhara Abu Ali ibn Sino Public Health Technical School, teacher

Abstract. The article analyses the role of health literacy in strengthening public health, primary disease prevention and the formation of healthy behaviour. Based on World Health Organization materials and recent research from 2023–2026, it examines the preventive potential of people's ability to access, understand, appraise and use health information. The benefits of interactive and digital education, cultural adaptation, teach-back and community-oriented learning approaches are discussed. Recommendations are proposed for developing health literacy and preventive communication competencies among students of public health technical schools.

Keywords: health literacy, public health, prevention, healthy lifestyle, medical education, patient education, primary health care, digital health

Kirish (Introduction)

Zamonaviy jamoat salomatligida kasallikni davolash bilan bir qatorda uning oldini olish, aholini sog‘lom xulq-atvorga yo‘naltirish va tibbiy ma’lumotdan ongli foydalanish qobiliyatini rivojlantirish ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti sog‘liq savodxonligini insonning sog‘liq va farovonlikni saqlash uchun ma’lumot hamda xizmatlarni topish, tushunish, baholash va ulardan foydalanishga imkon beradigan bilim va kompetensiyalar majmui sifatida izohlaydi [1].

Sog‘liq savodxonligi faqat tibbiy atamalarni bilish yoki bukletni o‘qiy olish bilan cheklanmaydi. U insonning xavf omillarini tushunishi, ishonchli va ishonchsiz ma’lumotni ajratishi, profilaktik ko‘rikka o‘z vaqtida murojaat qilishi, dori vositalaridan to‘g‘ri foydalanishi, ovqatlanish va jismoniy faollik bo‘yicha qaror qabul qilishi bilan bog‘liq. Shu sababli sog‘liq savodxonligi jamoat salomatligining muhim determinanti sifatida qaralmoqda [1].

Birlamchi tibbiy yordam konsepsiyasi ham profilaktika va sog‘lomlashtirishni sog‘liqni saqlash tizimining markaziy elementi sifatida belgilaydi. WHO yondashuviga ko‘ra, birlamchi tibbiy yordam aholiga yaqin xizmat ko‘rsatish, kasalliklarning oldini olish, salomatlikni mustahkamlash va shaxs hamda jamoaning o‘z sog‘lig‘i uchun mas’uliyatli ishtirokini qo‘llab-quvvatlashni qamrab oladi [2; 3].

Tibbiyot texnikumi o‘qituvchisi uchun bu masala ikki tomonlama ahamiyatga ega. Birinchidan, bo‘lajak tibbiyot xodimining o‘z sog‘liq savodxonligi yuqori bo‘lishi kerak. Ikkinchidan, u kelgusida bemorga murakkab tibbiy ma’lumotni oddiy, aniq va amaliy shaklda tushuntira olishi lozim. Shuning uchun sog‘liq

savodxonligi tibbiyot ta’limining faqat jamoat salomatligi mavzusi emas, balki kasbiy kommunikativ kompetensiya sifatida ham o‘qitilishi zarur.

Maqolaning maqsadi — sog‘liq savodxonligi va profilaktik ta’limning jamoat salomatligiga ta’sirini zamonaviy manbalar asosida tahlil qilish hamda tibbiyot texnikumida sog‘liq savodxonligini rivojlantiruvchi pedagogik yondashuvlarni taklif etish.

Metodologiya (Methods)

Tadqiqot narrativ ilmiy sharh asosida bajarildi. 2023–2026-yillarda e’lon qilingan sog‘liq savodxonligi, profilaktik ta’lim, sog‘lom turmush tarzi, birlamchi tibbiy yordam va raqamli sog‘liq savodxonligiga oid tizimli sharhlar hamda Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining zamonaviy materiallari tahlil qilindi.

Manbalar mazmuni to‘rtta tematik blok bo‘yicha baholandi: sog‘liq savodxonligining mazmuni va jamoat salomatligidagi o‘rni; ta’limiy intervensiyalarning xulq-atvorga ta’siri; ijtimoiy va madaniy omillarning ahamiyati; tibbiyot ta’limida bemor bilan samarali profilaktik muloqot ko‘nikmalarini shakllantirish. Tizimli sharhlardagi asosiy xulosalar bir-biri bilan solishtirildi va umumlashtirildi.

Maqolada yangi klinik tajriba yoki respondentlardan olingan birlamchi statistika keltirilmaydi. Natijalar mavjud ilmiy dalillarni tematik sintez qilish orqali shakllantirilgan.

Natijalar (Results)

Tahlil sog‘liq savodxonligi profilaktik xulq-atvorning muhim shartlaridan biri ekanini ko‘rsatdi. WHO sog‘liq savodxonligini shaxsiy bilim va kompetensiyalar bilan birga sog‘liq tizimi tomonidan taqdim etiladigan resurslar va tashkiliy imkoniyatlar bilan bog‘liq tushuncha sifatida ko‘radi [1]. Demak, sog‘liq haqidagi ma’lumotni faqat aholiga yetkazish yetarli emas; u tushunarli, baholash mumkin bo‘lgan va amaliy qarorga aylantiriladigan shaklda berilishi zarur.

2025-yilda chop etilgan tizimli sharh sog‘lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan ta’limiy intervensiyalar sog‘liq savodxonligi bilan birga ovqatlanish, jismoniy faollik va boshqa sog‘lom xulq-atvor ko‘rsatkichlariga ijobiy ta’sir qilishini ko‘rsatgan [4]. Ushbu natija profilaktik ta’limni faqat axborot berish emas, balki amaliy xulq-atvorni o‘zgartirishga yo‘naltirilgan interaktiv jarayon sifatida qurish zarurligini ko‘rsatadi.

Sog‘liq savodxonligining yurak-qon tomir kasalliklari profilaktikasidagi roli ham muhim. 2025-yilgi scoping-reviewda sog‘liq savodxonligi va yurak-qon tomir xavf omillari o‘rtasidagi bog‘liqlik tahlil qilinib, profilaktika uchun sog‘liq ma’lumotini tushunish va undan foydalanish muhimligi qayd etilgan [5]. Bu o‘qitish jarayonida arterial bosim, tana vazni, jismoniy faollik, chekish, tuz iste’moli va qandli diabet xavfi kabi tushunchalarni oddiy tilda izohlash ko‘nikmasini shakllantirish zarurligini anglatadi.

Ijtimoiy jihatdan zaif guruhlarda sog‘liq savodxonligini oshirish uchun standart ma’ruza shakli yetarli bo‘lmasligi mumkin. 2024-yilgi tizimli sharhda samaraliroq intervensiyalar ishtirokchilarning ehtiyojini oldindan o‘rganishi, madaniy va til jihatdan moslashtirilgan materiallardan foydalanishi, video va matnli vositalarni uyg‘unlashtirishi hamda rolli o‘yin va interaktiv guruh mashg‘ulotlarini qo‘llashi ko‘rsatilgan [6]. Bu natija tibbiyot xodimi profilaktik maslahatni “bir xil matn” tarzida emas, bemorning yoshi, ta’limi, tili va hayotiy sharoitiga mos ravishda berishi lozimligini ko‘rsatadi.

Raqamli sog‘liq savodxonligi ham tobora muhimlashmoqda. 2025-yilgi tizimli sharh va meta-tahlil raqamli sog‘liq savodxonligini rivojlantirishga qaratilgan ta’lim usullarining kattalar va surunkali kasalligi bo‘lgan shaxslarda ijobiy natijalar berishi mumkinligini ko‘rsatdi [7]. Internet va ijtimoiy tarmoqlardagi tibbiy axborot ko‘paygan sharoitda bemorni ishonchli manbani tanlash, reklama va ilmiy dalilni ajratish, tibbiy tavsiyani mutaxassis bilan tekshirishga o‘rgatish profilaktikaning yangi yo‘nalishiga aylanmoqda.

Surunkali kasalliklarda sog‘liq savodxonligiga yo‘naltirilgan intervensiyalar o‘zini o‘zi boshqarish kompetensiyalariga ham ta’sir ko‘rsatadi. 2025-yilgi tizimli sharhda bunday intervensiyalar dori vositalariga rioya qilish, kasallik haqidagi bilim va o‘ziga ishonch kabi ko‘rsatkichlarni yaxshilashi qayd etilgan [8]. Bu natija profilaktik ta’limni faqat kasallik paydo bo‘lishidan oldingi choralar bilan cheklamasdan, surunkali kasallik asoratlarining ikkilamchi profilaktikasi bilan ham bog‘lash zarurligini ko‘rsatadi.

Bo‘lajak hamshiralar va o‘rta tibbiyot xodimlarining o‘z sog‘liq savodxonligi bemorga ta’lim berish sifatiga ta’sir qiladi. 2024-yildagi tadqiqot hamshiralik talabalarining sog‘liq savodxonligi va bemor sog‘liq savodxonligini qo‘llab-quvvatlash strategiyalarini o‘rganib, bu kompetensiyalarni ta’lim jarayonida maxsus rivojlantirish zarurligini ko‘rsatgan [9]. Tibbiyot texnikumida “bemorga tushuntirish” alohida amaliy topshiriq sifatida baholanishi maqsadga muvofiq.

WHOning birlamchi tibbiy yordam bo‘yicha zamonaviy materiallari profilaktika, salomatlikni mustahkamlash va jamoaning faol ishtirokini yagona tizimda ko‘radi [2; 10]. Shunga ko‘ra, sog‘liq savodxonligini rivojlantirish tibbiy muassasa ichidagi qisqa maslahatdan tashqari maktab, mahalla, ish joyi, oila va raqamli makonda ham olib borilishi kerak.

Muhokama (Discussion)

Tahlil qilingan manbalar sog‘liq savodxonligini oshirish uchun eng samarali ta’lim modeli “axborot berish” modelidan “tushunishni tekshirish va harakatga undash” modeliga o‘tishni talab qilishini ko‘rsatadi. Masalan, bemorga tavsiya berilgach, undan tavsiyani o‘z so‘zlari bilan qayta tushuntirib berishni so‘rash — teach-back yondashuvi — bemorning haqiqiy tushunganini aniqlashga yordam beradi. Bu usul tibbiyot texnikumida rolli o‘yinlar orqali mashq qilinishi mumkin.

Profilaktik ta’limning samaradorligi ma’lumotning ilmiy to‘g‘riligiga ham, uning kommunikativ shakliga ham bog‘liq. Murakkab tibbiy terminologiya, katta hajmdagi matn yoki qo‘rqitishga asoslangan xabar ayrim auditoriyalarda aks ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Aksincha, qisqa jumla, aniq tavsiya, vizual ko‘rsatma va bemorning kundalik hayotiga mos misol tavsiyaning amaliy bajarilishini yengillashtiradi.

Madaniy va tilga moslashtirilgan ta’limning ahamiyati 2024-yilgi tizimli sharhlarda ayniqsa ta’kidlangan [6]. O‘zbekiston sharoitida ham tibbiyot xodimi sog‘liq haqida ma’lumotni aholining til xususiyati, oilaviy qaror qabul qilish modeli, mahalliy ovqatlanish odatlari va mavjud resurslarini hisobga olgan holda tushuntirishi muhim. Bu tibbiy tavsiyaning mazmunini soddalashtirish emas, balki uni tushunarli va bajarilishi mumkin bo‘lgan shaklga keltirishdir.

Raqamli axborot muhiti sog‘liq savodxonligining yangi komponentini shakllantirdi. Talabalar va bemorlar internet orqali katta hajmdagi tibbiy ma’lumotga duch keladi, ammo manbaning ishonchliligini baholash har doim ham oson emas. Tibbiyot ta’limida rasmiy sog‘liq manbasini aniqlash, ilmiy dalil darajasini tushunish, manipulyativ reklama va noto‘g‘ri tibbiy da’volarni ajratish bo‘yicha mini-modullar joriy etilishi foydali.

Pedagogik jihatdan sog‘liq savodxonligini shakllantirish uchun muammoli vaziyatlar, bemor bilan suhbat ssenariylari, infografika yaratish, qisqa profilaktik nutq tayyorlash va turli yosh guruhlariga mos tushuntirish mashqlari samarali bo‘lishi mumkin. Bunday topshiriqlar talabaning bilimini qayta aytib berish qobiliyatidan amaliy kommunikativ kompetensiyaga olib o‘tadi.

Jamoat salomatligi uchun sog‘liq savodxonligi individual emas, tizimli masala hamdir. WHOning 2024-yildagi essential public health functions yondashuvida kasalliklarning oldini olish, salomatlikni mustahkamlash, jamoa ishtiroki va jamoat salomatligi kadrlarini rivojlantirish o‘zaro bog‘langan funksiyalar sifatida ko‘rsatiladi [11]. Demak, tibbiyot texnikumi talabasini faqat klinik ijrochi emas, balki sog‘liq bo‘yicha ma’lumot yetkazuvchi va profilaktik ta’lim tashkilotchisi sifatida ham tayyorlash zarur.

Xulosa

Sog‘liq savodxonligi jamoat salomatligini mustahkamlash, kasalliklarning oldini olish va aholining sog‘lom xulq-atvorini qo‘llab-quvvatlashning muhim omilidir. Zamonaviy dalillar interaktiv, madaniy moslashtirilgan va raqamli ta’lim yondashuvlari sog‘liq savodxonligi hamda sog‘lom turmush tarzi ko‘rsatkichlarini yaxshilash imkoniyatiga ega ekanini ko‘rsatadi [4; 6; 7].

Tibbiyot texnikumlari uchun quyidagi amaliy tavsiyalar maqsadga muvofiq: sog‘liq savodxonligini fanlararo kompetensiya sifatida o‘quv natijalariga kiritish; talabalarga bemor uchun sodda va aniq tushuntirish tuzishni o‘rgatish; teach-back, rolli o‘yin va vaziyatli topshiriqlardan foydalanish; raqamli sog‘liq ma’lumotini tanqidiy baholash ko‘nikmasini rivojlantirish; profilaktik materiallarni turli yosh va

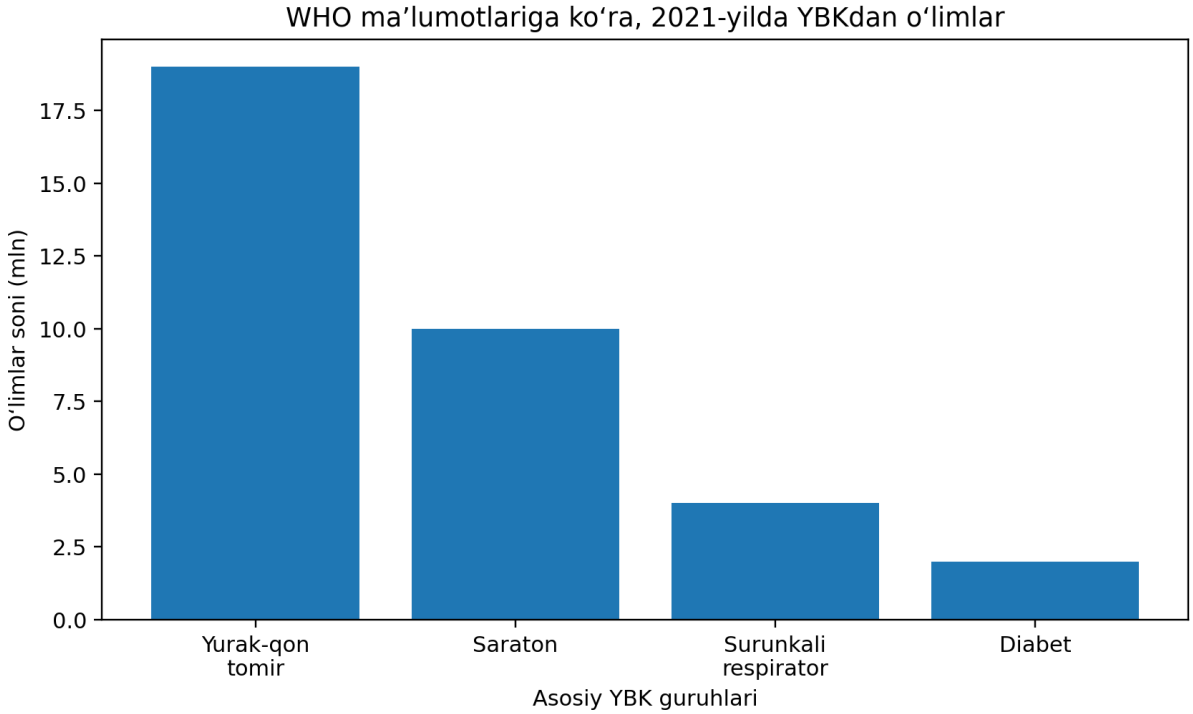
ijtimoiy guruhlarga moslashtirish; jamoa bilan ishlashga yo‘naltirilgan kichik loyihalarni tashkil etish. Natijada bo‘lajak tibbiyot xodimi davolash jarayonining ishtirokchisigina emas, balki aholi salomatligini himoya qiluvchi samarali sog‘liq kommunikatori sifatida shakllanadi.

Maqolaning mazmunini vizual jihatdan boyitish maqsadida quyida jamoat salomatligi va profilaktik ta’limga oid jadval hamda rasmli materiallar berildi. Statistik ko‘rsatkichlar Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining rasmiy ma’lumotlariga asoslandi.

Jadval va rasmli materiallar

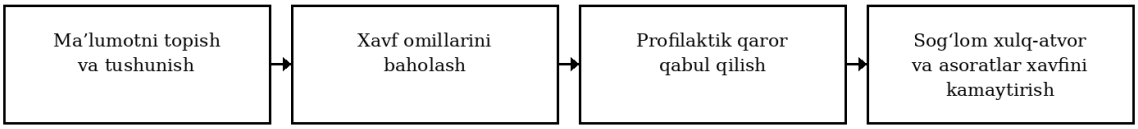
Muallif, yil	Tadqiqot turi	Yo‘nalish	Asosiy xulosa
WHO, 2025	Rasmiy ma’lumot	Sog‘liq savodxonligi	Sog‘liq savodxonligi ma’lumotni topish, tushunish, baholash va qo‘llash kompetensiyasidir.
Systematic review, 2025	Tizimli sharh	Sog‘lom turmush tarzi	Ta’limiy intervensiyalar sog‘lom xulq-atvorga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.
Scoping review, 2025	Scoping-review	Kardio-profilaktika	Sog‘liq savodxonligi profilaktik choralarni o‘z vaqtida qo‘llashga yordam beradi.
Kizilkilic va boshq., 2025	Tizimli sharh va meta-tahlil	Raqamli sog‘liq savodi	Raqamli ta’lim sog‘liq savodxonligi ko‘rsatkichlarini yaxshilashi mumkin.
Anselmann va boshq., 2024	Empirik tadqiqot	Hamshiralik talabalari	Talabalarda bemorga tushuntirish strategiyalarini rivojlantirish zarur.

1-jadval. Sog‘liq savodxonligi va profilaktik ta’lim bo‘yicha tahlil qilingan asosiy manbalar



1-rasm. WHO ma’lumotlariga ko‘ra, 2021-yilda yuqumli bo‘lmagan kasalliklardan o‘limlar
Manba: WHO, Noncommunicable diseases fact sheet, 2025.

Sog‘liq savodxonligining profilaktik ta’sir mexanizmi



2-rasm. Sog‘liq savodxonligining profilaktik ta’sir mexanizmi
Manba: muallif ishlanmasi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. World Health Organization. Health literacy. WHO Fact Sheet. 2025.
2. World Health Organization. Primary health care. WHO Health Topics. Geneva: WHO; 2025.
3. World Health Organization. Primary health care: Questions and answers. Geneva: WHO; 2022.
4. Educational interventions for the adoption of healthy lifestyles and improvement of health literacy: a systematic review. 2025.

5. Health Literacy and Primary Prevention of Cardiovascular Disease: A Scoping Review. 2025. PMID: 40488427.

6. Singh H., Samkange-Zeeb F., Kolschen J., et al. Interventions to promote health literacy among working-age populations experiencing socioeconomic disadvantage: systematic review. Frontiers in Public Health. 2024;12:1332720. doi:10.3389/fpubh.2024.1332720.

7. Kizilkilic S.E., Xu L., Akinci B., et al. Educational methods to improve digital health literacy: a systematic review and meta-analysis for the EAPC Opti(MI)se initiative. European Journal of Preventive Cardiology. 2025. doi:10.1093/eurjpc/zwaf354.

8. The Effect of Health Literacy Interventions on Self-management in Chronic Diseases: A Systematic Review. 2025. PMID: 41176327.

9. Anselmann V., Halder S., Sauer S. Nursing Students' Health Literacy and Strategies to Foster Patients' Health Literacy. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2024;21(8):1048. doi:10.3390/ijerph21081048.

10. World Health Organization. Implementing the primary health care approach: a primer. Geneva: WHO; 2024. ISBN 978-92-4-009058-3.

11. World Health Organization. Application of the essential public health functions: an integrated and comprehensive approach to public health. Geneva: WHO; 2024.

12. Sardareh M., Matlabi H., Shafiee-Kandjani A.R., et al. Interventions for improving health literacy among older people: a systematic review. BMC Geriatrics. 2024;24:911. doi:10.1186/s12877-024-05522-z.

13. Verweel L., Newman A., Michaelchuk W., Packham T., Goldstein R., Brooks D. The effect of digital interventions on related health literacy and skills for individuals living with chronic diseases: a systematic review and meta-analysis. International Journal of Medical Informatics. 2023;177:105114. doi:10.1016/j.ijmedinf.2023.105114.

14. Turhan M., Bozkul G. Health literacy of university students: a mixed method study. Journal of Pediatric Nursing. 2024. doi:10.1016/j.pedn.2024.10.032.

15. Ymeraj M., et al. Health literacy in stroke disease: a systematic review. Journal of Vascular Nursing. 2025;43(1):33-45. doi:10.1016/j.jvn.2025.01.001.