

## SHOVQIN VA INSON SALOMATLIGI



Inson tanasi turli darajadagi shovqinlarga turlicha munosabatda bo'ladi. Uzoq muddatli ta'sir qilish bilan 70-90 dB shovqin darajasi asab tizim kasalliklariga olib keladi va 100 dB dan ortig'i eshitish qobiliyatini yo'qotishdan karlikkacha olib boradi.

Shovqin inson asab tizimiga sezilarli yuklama berib, unga psixologik ta'sir ko'rsatadi. U hatto uyqu paytida ham organizmdagi kortizol, adrenalin va norepinefrin kabi stress gormonlarining qondagi darajasini oshirishi mumkin. Ushbu gormonlar qon aylanish tizimida qanchalik ko'p bo'lsa, hayot uchun xavfli fiziologik muammolar yuzaga keladi.

85-90 dB shovqin ta'sirida eshitish sezgirligi pasayadi. Uzoq vaqt davomida odam bezovtalikdan shikoyat qiladi. Belgilari – bosh og'rig'i, bosh aylanishi, ko'ngil aynishi, haddan tashqari asabiylashish. Bularning barchasi shovqinli sharoitlarda ishlash oqibatidir. Kuchli shovqin, ayniqsa, yuqori chastotali shovqin ta'sirida eshitish organida qaytarilmas o'zgarishlar yuz beradi. Shovqin bilan zararlanishning yuqori darajasida eshitish sezgirligi 1-2 yildan so'ng pasayadi, o'rtacha shovqin darajasida u ancha kechroq, 5-10 yildan keyin aniqlanadi, ya'ni eshitish zaiflashadi, kasallik asta-sekin rivojlanadi. Shuning uchun shovqindan himoya qilish uchun tegishli choralarni oldindan ko'rish, ayniqsa, muhimdir.

“Oila va tabiat” gazetasidan



Matnni diqqat bilan o'qing va berilgan savollarga javob bering



Matnda berilgan ma'lumotlatga ko'ra, biz nimadan ehtiyot bo'lishimiz kerak?

.....

Shovqinning qancha darajasi uzoq muddatli ta'sir qilishi bilan asab tizimi kasalliklariga olib keladi?

.....



Organizmdagi kortizol, adrenalın va norepinefrin kabi stress gormonlar qon aylanish tizimida qanchalik ko'p bo'lsa, hayot uchun xavfli .....

yuzaga keladi?

Shovqinning qanday darajasi ta'sirida insonda bosh og'rig'i, bosh aylanishi, ko'ngil aynishi, haddan tashqari asabiylashish holatlari kuzatiladi?

.....



Shovqin bilan zararlanishning o'rtacha shovqin darajasida eshitish sezgirligi qancha yildan keyin aniqlanadi?

.....



Aziz bolajonlar,  
salomatligimiz uchun  
shovqinning ham ta'siri  
bormi?

- A. Salomatlikka ta'siri yo'q.
- B. Albatta, salomatlikka ta'siri bor.
- C. Jiddiy muammo tug'dirmaydi.
- D. O'quvchilarda bu muammo kuzatilmaydi.

Berilgan so'zlardagi tovush o'zgarishi hodisasining  
turini aniqlang.

- ortig'i .....
- sezgirligi .....
- pasayadi .....
- og'rig'i .....

