

Arnasoy tuman axborot-kutubxona markazi

GIYOHVANDLIK UMR ZAVOLI



BIBLIOGRAFIK QO'LLANMA

Bugun **tanloving** – ertangi **taqdiring**!

SOG'LOM HAYOT – BAXTLI KELAJAK!

- ✓ Sog'liq – eng katta boylik
- ✓ Bilim – kelajak kaliti
- ✓ Mehnat – muvaffaqiyat garovi
- ✓ Sport – quvvat manbai
- ✓ Oila – baxt maskani

GIYOHVANDLIK – UMRINGNI BARBOD QILADI!

- ✗ Sog'liqni yemiradi
- ✗ Aqlni zaiflashtiradi
- ✗ Oilaning buzilishiga sabab bo'ladi
- ✗ Maqsad va orzularni yo'q qiladi
- ✗ Qonun oldida javobgarlikka tortilasan



**BIL!
O'YLA!
TANLA!**

Giyohvandlik bir lahzalik
aldov, umr bo'yi afsus.
O'zing va yaqinlaring hayoti
uchun to'g'ri tanlov qil!

HAYOTNI SEV!
ORZU QIL! | INTIL! | YARAT!



SOG'LIQINGNI
ASRA!



BILIM OL!
O'QI!



SPORT BILAN
SHUG'ULLAN!



OILANGNI
ASRA!



MAQSADINGGA
ERISH!



VATAN UCHUN
FOYDALI BO'L!



YO'Q!

GIYOHVANDLIKKA
KELAJAKNI O'G'IRLASHGA
YO'L YO'Q!

Arnasoy-2026

Giyohvandlik – umr zavoli. Eslatma / Arnasoy tuman Axborot-kutubxona markazi; Tuzuvchilar S. Sulaymonova, A. Bekboyeva. – Arnasoy.: 2026. – 13b.

Muqaddima

Giyohvandlik – XXI asrning global muammolaridan biriga aylanib ulgurdi. O`rta asrlarda insoniyat hayotiga jiddiy xavf solgan vabo va o`lat kabi ofatlar bugungi sivilizatsiya zamoniga kelib o`z o`rnini giyohvandlik illatiga boshatib berdi, desak aslo mubolag`a bo`lmaydi. Sog`lom turmush tarzini olib borayotgan kishi bilib-bilmay bu ko`chaga kirib qolsa, o`zining tinch, farovon va baxtli hayotini qora zulmatga aylantirishi ayni haqiqat. Giyohvand kishi nafaqat o`ziga, balki yaqinlariga ham to`xtovsiz azob beradi. Giyohvandlik, bu yosh rivojlanayotgan organizmlar uchun eng zararli va hayot uchun havflidir. Giyohvandlik - oddiy kasallik emas, balki inson ruhiyatiga butunlay salbiy ta`sir ko`rsatuvchi, inson hayotini ham iqtisodiy, ham psixologik jarohatlovchi bedavo darddir.

Giyohvandlik bugungi kunda insoniyat oldida turgan eng dolzarb ijtimoiy muammolardan biridir. U nafaqat inson salomatligiga, balki oila, jamiyat va davlat taraqqiyotiga ham salbiy ta`sir ko`rsatadi. Giyohvand moddalarni iste'mol qilish insonning jismoniy va ruhiy holatini izdan chiqarib, uning hayot sifatini pasaytiradi hamda turli jinoyatlar va ijtimoiy muammolarning kelib chiqishiga sabab bo`ladi.

Yoshlarni giyohvandlik balosidan asrash, ularda sog`lom turmush tarzini shakllantirish va zararli odatlarga qarshi immunitet hosil qilish bugungi kunning muhim vazifalaridan biridir. Shu bois giyohvandlikning sabablari, oqibatlari hamda uning oldini olish chora-tadbirlarini o`rganish katta ahamiyat kasb etadi.

Mazkur ishda giyohvandlikning jamiyatga ta`siri, uning inson salomatligiga yetkazadigan zararlari va unga qarshi kurashishning samarali usullari haqida so`z yuritiladi.

Ushbu qo`llanmada giyohvandlik inson hayotiga chuqur tahdid soluvchi omil sifatida va jamiyatimizga o`zining yomon illati bilan kirib kelganligi haqida so`z yuritiladi.

GIYOHVANDLIK UMR ZAVOLI

BUZILGAN
TAQDIRLAR

SOG'LOM
TURMUSH
TARZI

BIBLIOGRAFIK.I REFERENSI

1. Giyohvandlik he limlonapadix "Aaborot kutukzona markazi" bitinsov, 2023, a. 2025.
2. Rovanasay Tuman Kimali wandor. "Bahindavaz mcturaz markel". Sogalkin zes ritnya hotiosozini, Bidaeniak, kinsao, 3. 2004.
3. Huguqasaliika va Jiniransui" Kitzinnapedlikk in trapothvanders kesahul bibursaz, uzonie, 2012.2025.

ARTIKLESI ARTIKLSI

1. Huquqbuzarlikas "Giyohvandlik" ior saxolit, Yaqudasna yoroy tap soor va, kamalian nainatinisr, Xapo oroma, nuraninsa xsoror, tumattum, fanakitavi, 2014.
2. Arnasoy Tumim, Begdvi, 206-2024.

KASALLIK
VA O'LIM

BORA GU
O'LR'EY

BILIM
VA O'QISH

BAXTLI
OILA

OILA
BUZILISHI

PORLOQ
KELAJAK

HUQUQBUZARLIK
VA JINOYAT

G'AMLAR VA
UMIDSIZLIK

HAYOTGA
QUVONCH



GIYOHVANDLIK O'ZI NIMA?



Giyohvandlik – bu psixoaktiv moddalarga bo'lgan kuchli **ruhiy va jismoniy qaramlik** bo'lib, u insonning sog'lig'i, aqli, irodasi va ijtimoiy hayotiga zarar yetkazadigan xavfli kasallikdir.



QISQACHA TUSHUNTIRSAK:



Giyohvand moddalar (narkotiklar) inson asab tizimiga ta'sir qilib, vaqtincha xushlik yoki tasalli beradi. Biroq bu moddalar doimiy iste'mol qilinganda inson ularsiz yashay olmaydigan holatga tushib qoladi.

ASOSIY BELGILARI:



Qaramlik paydo bo'ladi



Aqliy va jismoniy zaiflashuv



Iroda va nazoratni yo'qotish



Ijtimoiy muammolar:
oila, o'qish, ish, do'stlar
bilan munosabatlar yomonlashadi



Sog'liqning og'ir zarar ko'rish

QAYERDAN KELIB CHIQADI?



• Noto'g'ri do'stlar ta'siri



• Oila e'tiborsizligi



• Hayotiy muammolar va stress



• Noto'g'ri axborot va qiziqish



• Salbiy muhit va yomon odatlar



ESDA TUTING!

Giyohvandlik hayot emas – bu **halokat** yo'lidir!
Sog'lom hayot, bilim, orzular va to'g'ri tanlov
seni yorug' kelajakka olib boradi.



SPORT



BILIM



OILA



DO'STLIK



MAQSAD



TO'G'RI TANLOV – YORUG' KELAJAK!

#O'Z_HAYOTING_SENING_QO'LINGDA

3 Giyohvandlik o‘zi nima?

Giyohvandlik, narkomaniya, bangilik – narkotik moddalarga o‘rganib qolish, ruju qilish, aniqrog‘i tabiiy yoki sintetik zaharli moddalar (ayrim dori moddalari)ni vaqtincha yoki haddan ziyod shunday surunkali iste’mol qilish natijasida kelib chiqadigan kasallik holati hisoblanadi. Giyohvandlik organizm somatik va ruhiy holatining chuqur o‘zgarishiga sabab bo‘ladi va giyohvandni tanazzulga olib boradi. Giyohvandlikda o‘zini to‘xtatib bo‘lmaydigan darajada giyohvand moddalarni iste’mol qilish mayli paydo bo‘ladi, giyohvand moddaning miqdoriga nisbatan ehtiyoj, ruhiy va jismoniy bog‘liqlik ortib boradi. Giyohvandlik asta-sekin boshlanib, surunkali davom etadi. Giyohvand moddalar dastlab xushnudlik, dimog‘chog‘lik, xotirjamlik hissini uyg‘otib, kayf qildiradi, keyin bora-bora bu kasallikka aylanadi. Giyohvandlik 2 zaylda avj olishi mumkin. Birinchi holda vrach buyurgan va bemorning ruhi hamda kayfiyatini oshirish xususiyatiga ega bo‘lgan dorilarni uzoq vaqt va noto‘g‘ri qabul qilish; og‘riq, uyqusizlik va boshqa dardlardan qutilish maqsadida dori miqdori (dozasi)ni oshirib borish; darddan tuzalib doriga unchalik ehtiyoj bo‘lmasa ham, uni qabul qilaverish natijasida dorining narkotik ta’siri va miqdori orta borib, pirovardida giyohvand moddaga moyillik kuchayib, u xumor qiladigan bo‘lib qoladi. Ikkinchi hol ongli ravishda kayf qilish maqsadida giyohvand moddalarga o‘rganishdir.

Giyohvandlikka, odatda, irodasi kuchsiz, o‘zini tiya olmaydigan, o‘tkir sezgilarni o‘zida sinab ko‘rishga qiziquvchan, ruhan zaif va o‘ta xudbin kishilar beriluvchan bo‘ladi. Yoshlar tarbiyasidagi nuqson va kamchiliklar, giyohvand moddalarni iste’mol qilib yuruvchi katta yoshdagilarga taqlid va havas, oiladagi noxush sharoit (ota-onaning ichkilikboz yoki giyohvand bo‘lishi) hamda giyohvand moddalarning oson topilishi yoki qo‘l ostida bo‘lishi ham giyohvandlikka sabab bo‘lishi mumkin. G.ka muhtalo bo‘lganlarda xastalik borgan sari kuchaya borib, odatda, kutilmagan yomon oqibatlarga olib keladi. Giyohvandlik eyforiyasida, ya’ni kayfi chog‘likda 2 bosqich kuzatiladi: qisqa muddatli —1-5 daqiqa davom etadigan

o'tkir hissiyotli bosqich (haqiqiy eyforiya) va uzoq (1—3 soat) cho'ziladigan bo'shashish, tinchlanish davri. Bu bosqichlarning qisqa yoki uzoq bo'lishi qanday giyohvand modda qabul qilinganiga va miqdoriga bog'liq. Giyohvandlikning hamma turi ham o'z rivojida giyohvand moddalarga o'rganib qolish yo'li bilan giyohvandlik sindromining shakllanishiga olib keladi. Bu sindromning rivojlanishida ham 3 bosqich farqlanadi: 1) giyohvand moddaga nisbatan organizm reaktivligining o'zgarishi va ruhiy bog'lanishning paydo bo'lishi; 2) xumor (abstinent) sindromi ko'rinishida jismoniy bog'lanishning yuzaga kelishi; 3) organizm barcha sistemalarining zaiflashishi (tolerantlikning pasayishi, ya'ni giyohvand moddalarning avvalgi miqdorini ko'tara olmaslik, xumorning surunkali davom etishi va ayrim hollarda polinarkomaniya ning vujudga kelishi).

Giyohvandlikka muhtalo bo'lgan kishi giyohvand moddalarni qayta-qayta va ko'proq miqdorda iste'mol qila boshlaydi. Keyinchalik esa giyohvand moddalarsiz turolmaydigan bo'lib qoladi. Bunday ahvoldan qutilish va o'zini bir oz yengil his qilish uchun yana giyohvand moddaga ruju qiladi va oxir-oqibat giyohvand moddalarga hirs qo'yish kelib chiqadi. Organizmning dastlabki himoya reflekslari (ko'ngil aynishi, qusish) yo'qoladi. Bu davrda organizmda giyohvand moddalarga nisbatan moyillik shu darajada kuchayib ketadiki, go'yo bu moddalar avvalgi ta'sir kuchini yo'qotgandek bo'lib qoladi, endi avvalgidek eyforiya (kayf) holatini his qilish, xumorni tarqatish uchun o'sha moddadan ko'proq miqdorda qabul qilgisi keladi. Oldiniga giyohvand modda birmuncha yoqimsiz ta'sir ko'rsatgan bo'lsa, keyinchalik go'yoki uning holatini „normallashtirganga— o'xshaydi, bemor o'zini birmuncha yaxshi his qiladi, ish qobiliyati, ruhi go'yo tetiklashadi, pirovardida u haqiqiy giyohvand bo'lib qoladi. Giyohvandlarda avval ruhiy o'zgarishlar (tajanglik, kayfiyat buzuqligi, xotira pasayishi) paydo bo'lgan bo'lsa, keyinchalik jismoniy o'zgarishlar —jismoniy bog'lanib qolish sindromi (terlash, yurak urishi, og'iz qurishi, ozib ketish, qo'l-oyoqning titrashi va boshqalar) ro'y beradi. Agar giyohvand o'z vaqtida narkotik moddani qabul qilmasa, organizmda kuchli ruhiy va jismoniy o'zgarishlar, ya'ni giyohvandlikka xos og'ir holat – xumorlik (qarang Abstinensiya)

sindromi paydo bo'ladi. Giyohvandlik opiomaniya (afyun qabul qilish), morfinizm, heroinizm ko'rinishida bo'ladi. Giyohvandlikning nashavandlik, kokainizm, nikotinizm (tamakiga ruju qilish), teizm (achchiq choy ichish) va boshqa turlari ham uchraydi.

Giyohvandlik tarixi

GIYOHVANDLIK TARIXI



Giyohvand moddalarni iste'mol qilish tarixi bizning eramizdan **5000** yil oldin Shumer sivilizatsiyasiga borib taqaladi.



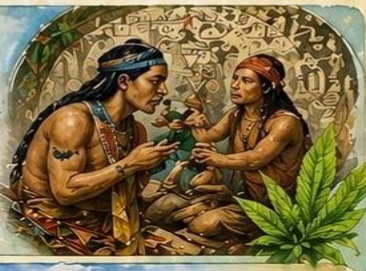
O'sha davrlarda olib borilgan qazishmalarda afyunni tayyorlash va ishlatish to'g'risida birinchi yozma ma'lumotlar topilgan, ular „**men**“ deb atashgan, bu „**quvonch**“ degan ma'noni anglatadi.



Miloddan avvalgi uchinchi ming yillikka kelib, **Xitoy imperatori Shen Nongning** gashishdan foydalanish bo'yicha tibbiy qo'llanmasi miloddan **avvalgi** uchinchi ming yillikda skiflar kenevir urug'idan va afyundan foydalanishgan.



Janubiy Amerika hindularining dafn majmualari, devorlarda koka barglarini chaynayotgan odamlar tasvirlangan, ham ancha qadimiydir.



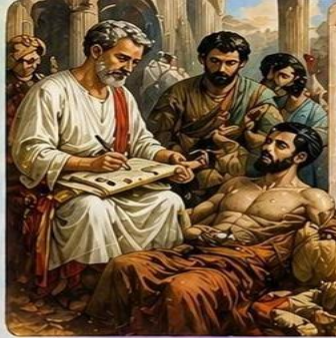
Giyohvand moddalar insonning holatini o'zgartiruvchi moddalar sifatida **qadimgi yunonlar** va **qadimgi rimliklarga** ma'lum bo'lgan.



Bundan tashqari, yunon madaniyati quritilgan ko'knori boshlarining sutli sharbatidan tayyorlangan dori nomini berdi — yunoncha „**sopio**“ („**afyun**“) so'zi „**sharbat**“ degan ma'noni anglatadi.



Milodiy 1-asrning Rim shifokorlari afyunni juda yaxshi davolashgan, undan turli kasalliklarni davolashda foydalanganlar.



Rim shifokori **Klavdiy Galen** odamlarni afyun orqali ishtiyiq bilan davolaganligi sababli, ba'zi tarixchilar birinchi ming yillikning boshlarida Rimda afyunning haddan tashqari mashhurligi bilan bog'lashadi.



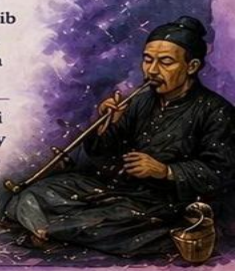
Insoniyat tarixida afyun haqida keyingi eslatma **Buyuk Britaniyaning Xitoy**ni mustamlaka qilishga urinishlari tavsifida keltirilgan.



O'shanda ko'plab tarixiy dalillarga ko'ra, Angliya Xitoyga giyohvand moddalarni katta miqdorda etkazib berishni tashkil qilgan va buning evaziga moddiy boyliklar, oltin va mo'ynani eksport qilgan.



Bundan tashqari, ikkinchi darajali harbiy maqsadga erishildi va Xitoy armiyasining parchalanishiga olib keldi chunki afyunni chekish Xitoyda haqiqatan ham keng miqyosda qamrab olgan edi.



GIYOHVANDLIKKA QARSHI KURASHISH



Giyohvandlik – bu nafaqat biror shaxsning sog'lig'i va hayotiga tahdid soluvchi tibbiy muammo, balki global miqyosdagi eng jiddiy **ijtimoiy-huquqiy**, **iqtisodiy** va **siyosiy** inqirozdir.

“

Ushbu illat Birlashgan Millatlar Tashkiloti (BMT) tomonidan uzoq yillardan beri transchegaraviy uyushgan jinoyatchilik, terrorizmning moliyaviy manbai va iqtisodiy rivojlanayotgan mamlakatlarda korrupsiyaning asosiy omili sifatida tan olinadi.



Giyohvand moddalarning noqonuniy aylanishi (NMA) global iqtisodiyotga **milliardlab zarar** yetkazadi, ayniqsa sog'liqni saqlash, huquqni muhofaza qilish va ijtimoiy ta'minot tizimlari uchun katta xarajatlarni keltirib chiqaradi.

GIYOHVANDLIKNING OQIBATLARI:



Ijtimoiy kapitalning yemirilishi



Mehnat resurslarining qisqarishi



Xavfsizlikka tahdidlarning ortishi



Sog'liq muammolari va erta o'lim xavfi

KELAJAK UCHUN BIRGALIKDA!

Giyohvandlikka qarshi kurashish – har birimizning burchimiz va mas'uliyatimiz!



Giyohvandlikka qarshi kurashish

O'zbekiston Respublikasi uchun bu muammo geostrategik joylashuvi tufayli ayniqsa dolzarb hisoblanadi. O'zbekiston Afg'onistondan (dunyodagi eng yirik afyun va heroin yetkazib beruvchi manba) Rossiya va Yevropaga yo'naltirilgan —Shimoliy yo'nalish deb ataluvchi asosiy kontrabanda yo'li ustida turadi. Bu holat mamlakatning hududiy xavfsizligi va ijtimoiy barqarorligi uchun doimiy xavf tug'diradi. NMA dan himoyalaniş uchun O'zbekiston yirik moddiy-texnik resurslarni safarbar qilishga majbur bo'ladi. Shuningdek, ichki iste'molning o'sishi va ayniqsa, yoshlar orasida giyohvand moddalar tarqalishining kuchayishi mamlakatning demografik va ijtimoiy kelajagiga bevosita tahdid solmoqda. Shuning uchun, giyohvandlikka qarshi kurashishni faqat jinoiy javobgarlikni belgilash nuqtai nazaridan emas, balki kompleks metodologiya – ya'ni profilaktika, jazo, nazorat va reabilitatsiya kabi uzviy bog'liq bo'lgan huquqiy va ijtimoiy choralar majmuasi sifatida ko'rib chiqish zarur. Ushbu tadqiqotning asosiy vazifasi amaldagi huquqiy choralarning samaradorligini tahlil qilish va bu choralarni zamonaviy xavfxatarlarga, jumladan, kiberjinoiyatlar va Yangi psixoaktiv moddalar (YPM) bilan bog'liq muammolarga qarshi kurashish uchun qanday optimallashtirish mumkinligini aniqlashdan iborat. Tadqiqot aynan O'zbekiston qonunchiligi (xususan, O'zR JK 273-moddasi va —Giyohvandlik vositalari va psixotrop moddalar to'g'risidagi Qonun) asosida kurashish usullarini huquqiy jihatdan baholashni nazarda tutadi. Giyohvandlikka qarshi kurashish metodologiyasining samaradorligi bugun butunlay yangi xavf-xatarlar bilan yuzma-yuz turibdi. Bu tahdidlarning ikkitasi kurashish strategiyasini tubdan o'zgartirishni talab qilmoqda: Yangi psixoaktiv moddalar (YPM) inqirozi va jinoyatchilikning kiber makonga ko'chishi. Yangi psixoaktiv moddalar (YPM) bu mavjud qonunlar bilan nazorat qilinmaydigan, biroq psixotrop ta'sirga ega bo'lgan moddalarning keng guruhi. Xalqaro terminologiyada ular —legal highs (qonuniy kayfiyatni ko'taruvchilar) deb ham ataladi. Bu moddalarning kimyoviy formulasi tez-tez o'zgarib turadi. Masalan, Osiyo va Yevropa davlatlarida bir modda nazorat ostiga olinsa, kimyogarlar darhol

uning tuzilmasini bir necha atomga o'zgartirib, yangi, qonuniy (nazorat ro'yxatiga kirmagan) mahsulotni yaratishadi. Bu hodisa —kimyoviy ruletkal deb ataladi.

Natijada, milliy qonunchilik (shu jumladan O'zbekistondagi nazorat ro'yxatlari) har doim jinoyatchilardan orqada qolmoqda. Kurashish metodologiyasi endilikda —tezkor qonunchilik reaksiyasil mexanizmlarini talab qiladi, ya'ni, xavfli moddalarni tasdiqlash jarayonini sezilarli darajada tezlashtirish kerak. Kiber makonga o'tishi bugungi kunda Giyohvand moddalarni sotish va tarqatishning an'anaviy usullari (ko'cha savdosi, kontrabanda) o'rniga darknet, shifrlangan xabar almashish ilovalari (Telegram) va kiber to'lov tizimlari (kriptovalyutalar) hukmronlik qilmoqda. Bu, kurashish metodologiyasini faqat tezkor-qidiruv faoliyatiga emas, balki kiber-tergov texnologiyalariga, raqamli izlarni to'plash va kiber-razvedkaga yo'naltirishni talab etadi. O'zbekistonning ushbu yo'nalishdagi huquqni qo'llash salohiyatini oshirish zaruriyati mavjud.

Tavsiya ro'yxati

2024-yil

O'zbek tilida:

1. Сарманов, Х. Гиёҳвандлик аср вабоси : [Саломатлик] / Х. Сарманов // Оқолтин овози. – 2024. – 30 апрел. – Б. 3.
2. Абдиев, О. Гиёҳвандликка қарши кураш – давр талаби : [Гиёҳвандлик воситаларининг айланмасига чек қўйиш мақсадида чиқарилган Президент Фармони ҳақида] / О. Абдиев // Нуқуқ ва онг. – 2024. – 31 май. – Б. 3.
3. Ядгарова, Ж. Гиёҳвандлик – аср вабоси : [26 июнь – Бутунжаҳон гиёҳвандликка қарши кураш куни] / Ж. Ядгарова // Yangi Sirdaryo. – 2024. – 24 июнь. – Б. 3.
4. Isoqulov, H. Gashish – keltirar tashvish : [Giyohvandlik haqida ma'lumotlar] / H. Isoqulov // Ma'naviy olam. – 2024. – 26 iyun. – B. 8.

2025-yil

O‘zbek tilida:

1. Бобоҳўжаев, М. Гиёҳвандлик офатлари. : [Олимлар маст қилувчи ичимликлар ва гиёҳванд моддалар ичишни —ихтиёрий жиннилик деб аташади] / М. Бобоҳўжаев // Qishloq hayoti. – 2025. – 20 fevral. – Б. 4.
2. Narkomaniya, alkogolizm va OIV – umr zavoli. : [Nukus garnizoni ma‘naviy va ma‘rifat markazida —Giyohvandlik, toksikomaniya, alkogolizm hamda orttirilgan immune tanqisligi (OIV) sindromi tarqalishining oldini olish mavzusida davra suhbatlari o‘tkazildi] // Vatanparvar. – 2025. – 11. Aprel. – B. 21.

2026- yil

1. Axmedov, B.S. Aholi salomatligi narkojinoyatlardan samarali himoya qilinadi.: [“Aholi salomatligi va millat genofondini giyohvandlik va narkojinoyatlardan samarali himoya qilish bo‘yicha kompleks chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi Prezident Farmoni (PF–207-son, 03.11.2025 y.) qabul qilindi.] / D.S.Axmedov // surxondaryo.adliya.uz/ 2026-yil 20-yanvar.

Axborot-bibliografiya xizmati

Foydalanilgan manbalar:

1. <https://www.gazeta.uz/>
2. <https://surxondaryo.adliya.uz/>