# ƏTRAF MÜHİT FAKTORLARININ ADAPTASİYA MEXANİZMLƏRİNƏ VƏ UZUNÖMÜRLÜLÜYƏ TƏSİRİ

**Sevinc Hüseynova**

*AMEA-nın Lənkəran Regional Elmi Mərkəzi*
*sevincherontoloq@mail.ru*

Ətraf mühit faktorları, o cümlədən meteoroloji amillər insanların dolanışığı və sağlamlığı ilə birbaşa bağlıdır. Meteoroloji elementlərin hər birinin öz bioloji əhəmiyyəti var. Bu tip ətraf mühit faktorları çox vaxt insan orqanizmində baş verən patoloji reaksiyalara səbəb olur və bu reaksiyalara meteopatik reaksiyalar deyilir. Adaptasiya mexanizmlərinin qeyri-kafi işləməsinin nəticəsi mənfi meteopatik reaksiyanın baş verməsinə səbəb olur ki, bu da öz növbəsində dezadaptasiyaya səbəb ola bilər. İqlim dəyişilmələri bir qayda olaraq, orqanizmin fizioloji vəziyyətinin pozulması və adaptasiyasının normal gedişatının pozulmasına səbəb olur. Lakin burada nəzərə almaq lazımdır ki, elə güclü adaptiv mexanizmlərə malik spesifik orqa-

nizmlər var ki, onlar mühit dəyişikliklərinə meteopatik reaksiya vermirlər. Buna misal olaraq uzunömürlüləri göstərmək olar.

Beynəlxalq səhiyyə təşkilatının ekspertlərinin rəyinə görə müasir dövrdə rast gəlinən xəstəliklərin 80%-i məhz təbiət mənşəli olaraq ətraf mühitin transformasiyası nəticəsində yaranmışdır. 1994-cü ildə Rio de Janeyroda keçirilmiş beynəlxalq forumda dünya elmi ictimaiyyətinin əsas fikri bu olmuşdur ki, 3-cü minilliyin əsas problemi pisləşən mühitdə insan həyatının və sağlamlığının qorunub saxlanması olacaq. Ətraf mühitin ayrı ayrı elementləri insana müxtəlif cür təsir edir. Yüksək hava temperaturu periferik damarların genişləməsinə, arterial təzyiqin aşağı düşməsinə, maddələr mübadiləsi proseslərinin sürətinə və bədəndə qanın paylanmasına təsir edir.

Havanın yüksək temperaturunda sinir sistemi öz aktivliyini aşağı salır, aşağı temperaturda isə əksinə oyanıqlıq artır. Orqanizmin digər sistemləri də bu qayda ilə fəaliyyət göstərir. Bu zaman sinir sistemi, qan damar sistemi və maddələr mübadiləsi əsas rol oynayır. Lakin temperatur dəyişikliyinin sürəti və müddəti orqanizmin akklimatizasiya xüsusiyyətinə ciddi təsir edir. Çünki birilərində bu xüsusiyyət güclüdür, digərlərində isə yoxdur. İnsanın yaşam prosesində termotənzimləyici şərti reflekslər əmələ gəlir ki, bu da gələcəkdə orqanizmin havanın temperaturuna dözümlüyünü tənzimləyir.

Uzunömürlülər – insan ömrünün maksimal uzunluğu olan fərdlərdir. Uzunömürlülüyə səbəb olan mexanizm və faktorların axtarışı populyasiya səviyyəsindən tutmuş hüceyrə - molekulyar səviyyəyə qədər öyrənilir. Azərbaycanda uzunömürlülər müxtəlif regionlarda qeyri-bərabər paylaşıblar. Lakin onların ən çox sıxlığı Cənub bölgəsində qeydə alınır. Bu regionun köklü əhalisi arasında uzunömürlü insanların, xüsusilə yaşı yüzü ötmüşlərin populyasiya halı da artıq uzun müddətdir ki, diqqəti cəlb edir. Əvvəlki tədqiqat işlərimizdə bu bölgədə yaşayan uzunömürlülərin sağlamlıq durumu, kardiovaskulyar sistemin yaşdan asılı dəyişiklikləri öyrənilmişdir. Bu baxımdan ekoloji və genetik faktorların, həyat tərzinin, yaşla bağlı patoloji dəyişikliklərin intensivliyinin, sosial statusunun ailə-məişət ənənələrinin, tibbi nəzarətin tədqiq olunmuş uzunömürlülərin qohumlarında qorunub saxlanması, uzunömürlülük fenomeninin nəsildən nəsilə ötürülmə mexanizmlərinə təsirini öyrənmək xüsusi maraq təşkil etmişdir. Müqayisəli analiz aparmaq üçün eyni ərazidə yaşayan kontrol qrupda da yuxarıda sadalananlar tədqiq olunmuşdur.

Cənub bölgəsində apardığımız uzunömürlülərin tədqiqi göstərdi ki, güclü adaptiv mexanizmlərə malik olan uzunömürlülər iqlim dəyişikliklərinə daha dözümlüdürlər. Bu onların yüksək dağlıq, dağətəyi, sahilyanı coğrafi ərazilərdə yaşamasından asılı olmayaraq özünü göstərir. Lakin onların yaxın qohumları ilə aparılan tədqiqatlar göstərdi ki, son illərdə baş verən qlobal istiləşmə onların orqanizmində, xüsusilə ürək qan-damar sistemində ciddi patoloji dəyişikliklərə səbəb olmuşdur. Uzunömürlüyün ötürülməsini şərtləndirən əsas iki səbəb ekoloji və genetik faktordur. Əlverişli ətraf mühitdə genetik faktor nəsildən nəsilə ötürülə bilir.

Tədqiqat zamanı aparılan təhlil belə qənaətə gəlməyə imkan verir ki, genetika və ətraf mühit amillərinin sabitliyi, ətraf mühitin rifahı, həyat keyfiyyəti, sağlam qidalanma, fiziki fəaliyyət, müntəzəm iş, başqalarının qayğısına qalmaq, öz həyatının mənalılığı və dəyəri - əsaslı münasibət mühüm rol oynayır, adaptiv kompensator sistemin güclənməsinə və dayanıqlı olmasına səbəb olur.