

Magnit bo'ronlarining inson hayotiga ta'siri

Moxigul Muhammadi qizi Almardonova
Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

Annotatsiya: Maqolada magnit bo'ronlarning insonga ta'siri o'rganiladi. Magnit oqim tezligining o'zgarishi kunning turli vaqtlarida ko'rsatiladi turli xil. Magnit bo'ronlarning insonga ta'siri kunning vaqti boshqacha: tunda magnit oqimining o'zgarishi tezligi vaqti kunduzgi vaqtga nisbatan ko'proq, bu keskin o'zgarish aholining farovonligi yomonlashishiga olib keladi.

Kalit sozlar: magnit, geomagnit, magnit bo'ronlari, ta'sir, quyosh faolligi

Impact of magnetic storms on human life

Mohigul Mohammadi kizi Almardonova
Denov Institute of Entrepreneurship and Pedagogy

Abstract: The article examines the effect of magnetic storms on humans. The change in the speed of the magnetic flux is shown in different ways at different times of the day. The effect of magnetic storms on people is different at the time of day: at night, the speed of magnetic flux changes is greater than during the day, and this sudden change leads to the deterioration of the well-being of the population.

Keywords: magnetic, geomagnetic, magnetic storms, impact, solar activity

KIRISH

Odatda yo'lovchilar, do'stlar yoki hamkasblardan bosh og'rig'i haqida aytishadi, ehtimol bugungi kunda magnit bo'ronlari iborasini eshitish juda keng tarqalgan. Shifokorlar va fiziklar uzoq vaqtdan beri magnit bo'ronlari haqiqatan ham inson tanasiga ta'sir qiladi va odatda yaxshi tomonga emas degan bir ovozdan xulosaga kelishdi.

Magnit bo'ron quyoshning portlashi natijasida yuzaga keladi, ular kuchli zaryadga ega bo'lib, Yerning magnit maydonlariga ta'sir qiladi. Shunday qilib, quyoshda faollikning oshishi sayyoramiz magnit maydonining bezovtalanishini (reaktsiyasini) keltirib chiqaradi va shu bilan magnit bo'ronlarni keltirib chiqaradi.

Magnit bo'ronlardan nima zarar ko'rishi mumkin?

Odatda magnit bo'ronlar aloqa uzilishlariga, uskunalarning ishlashiga olib keladi, ammo ular odamlarning, ayniqsa keksa va ob-havoga bog'liq bo'lganlarning farovonligiga salbiy ta'sir qiladi. Shifokorlarning fikriga ko'ra, bunday kunlarda qon

tomirlari va yurak xurujlari xavfi, shuningdek tajovuzkorlik va tashvish darajasi oshadi

Magnit bo'ronlarda nima qilish kerak?

Shifokorlar bo'ron paytida ob-havoga qaram bo'lganlarga ko'proq suv ichishni, spirtli ichimliklar va tuzni cheklashni, stress va asabiy stressdan qochishni maslahat berishadi. Bundan tashqari, sizning ahvolingizni engillashtirish uchun etarli darajada uxlash va tanaga yuklamaslik juda muhimdir.

Magnit bo'ronlar paytida nima uchun yomon?

Kuchli bo'ronlar G3 dan G5 gacha bo'lgan darajalar bilan o'lchanadi, ular qisqa to'liq aloqa va navigatsiya tizimlarining ishlashida buzilishlarni keltirib chiqarishi, shuningdek sanoat tarmoqlarida kuchlanish buzilishiga olib kelishi mumkin

Magnit bo'ronlarda odam o'zini qanday his qiladi?

Shuningdek, magnit bo'ronlar mumkin yorug'lik va baland tovushlarga og'riqli reaksiya, qo'shma og'riq, uyqusizlik yoki aksincha, uyquchanlik, asabiylashish, zaiflik, umumiy farovonlikning yomonligi kabi alomatlar bilan birga keladi

Magnit bo'ronlarda odamda qanday alomatlar bor?

Bu odamning qon bosimining o'zgarishiga olib keladi, yurak faoliyatini, qon tomirlari ohangini, puls tuyg'usini o'zgartiradi,-dedi kardiolog. - Aynan shu sababli bemorlar sezadigan alomatlar paydo bo'ladi: zaiflik, bosh aylanishi, yurak urishi, havo etishmasligi va ko'krakdagi noqulaylik hissi.

Magnit bo'ronlar kayfiyatga qanday ta'sir qiladi?

Magnit bo'ronlar kayfiyat o'zgarishi, tajovuzkorlik, depressiya, sog'liq muammolari uchun aybdor deb hisoblanadi. Ular falokatlarining yuqori xavfi va hatto ba'zi tarixiy voqealar bilan bog'liq. Va bo'ronlar ba'zi odamlarga kayfiyatiga ta'sir qiladi.

Magnit bo'ron odamga qanday ta'sir qiladi?

Magnit bo'ronlar yurak ritmiga ta'sir qiladi, chunki ular Quyosh faolligi va Yerning geomagnit maydoni bilan bog'liq. Quyosh shamoli intensivligining oshishi yurak urish tezligining oshishi bilan bog'liq bo'lib, bu stressga biologik javob sifatida talqin etiladi, deb yozadi ilmiy tadqiqot muallifi Rollin Makkrati. Bu shuni anglatadiki, adrenalin va oksitotsin gormonlari tanada ajralib chiqadi.

Stressga javoban yurak urishi tezlashadi, nafas olish tezlashadi, mushaklar kuchayadi va qon bosimi ko'tariladi, deb yozadi M.D.Smita Bhandari.

Magnit bo'ronlar psixikaga qanday ta'sir qiladi? Magnit bo'ronlar konsentratsiyaning pasayishi, asabiylashish, xotira va uyquning pasayishi bilan bog'liq. Ayniqsa, ruhiy kasalliklarga chalingan odamlar ta'sir qiladi. Magnit bo'ronlar davrida ular yomonlashishni boshdan kechirishadi.

Magnit bo'ronlar tufayli nima yomonligini qanday tushunish mumkin? Magnit bo'ronlar quyidagi alomatlar paydo bo'lishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin:

yorug'lik va baland tovushlarga og'riqli reaksiya;
qo'shma og'riq;
puls va bosimning oshishi;
uyqusizlik yoki uyquchanlikning kuchayishi;
asabiylashish va zaiflik;
umumiy farovonlikning yomonligi.

Magnit bo'ronga reaksiya stress gormonlarining chiqarilishi bilan bog'liq bo'lganligi sababli, bu holat quyidagi alomatlar bilan birga keladi:

Kam faollik, zaiflik, letargiya, bosh og'rig'i, oshqozon buzilishi, og'riq, og'riq va taranglashgan mushaklar, ko'krak og'rig'i va yurak urishi, uyqusizlik, tez-tez shamollash va infeksiyalar, asabiylashish va titroq, quloqlarda jiringlash, sovuq yoki terli qo'llar va oyoqlar, quruq og'iz va og'ir yutish.

Doimiy hayajon, tezkor fikrlar, unutulchanlik va tartibsizlik, kayfiyat tushib ketishi.

Ishtahaning o'zgarishi, vazifalarni kechiktirish va undan qochish, spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar yoki sigaretlarni iste'mol qilish, asabiyroq xatti-harakatlar.

Ushbu namoyishlar magnit bo'ronlarga reaksiya bo'lishi mumkin, ammo boshqa holatlar bilan ham bog'liq.

Magnit bo'ronlarning ta'siri davrida tananing individual xususiyatlariga e'tibor qaratish va holatni nazorat qilish muhimdir. Shunday qilib, bosim va pulsni muntazam ravishda o'lchash kerak.

Nima uchun magnit bo'ronlar sodir bo'ladi

Quyosh shamoli-quyoshdan keladigan zaryadlangan zarralar oqimi-doimiy ravishda yer magnit maydonining (magnetosfera) tashqi, eng yuqori qismiga ta'sir qiladi. Shu sababli, u doimo shunday egri holatda:

Biroq, quyosh shamoli oqimi har doim ham barqaror emas va o'zgarishi mumkin. Uning buzilishlari koronal teshiklar va massa chiqindilarini keltirib chiqaradi (ikkinchisi ko'pincha quyosh nurlari bilan aralashtiriladi).

Emissiya bilan qo'zg'atilgan bo'ronlar eng kuchli. Ushbu hodisalar paytida bizga eng yaqin yulduz milliardlab tonna plazma chiqaradi. Bu bir vaqtning o'zida minglab yadroviy bombalarni portlatishga o'xshaydi. Agar oqim yer tomon yo'naltirilgan bo'lsa, zarralar unga etib borishi mumkin. Odatda bu ikki-uch kun davom etadi, ammo kuchli chiqindilar bilan plazma 18 soat ichida 150 million kilometr masofani bosib o'tishga qodir.

Oqim sayyoramizga yetib borgach, u yer magnitosferasini siqib chiqaradigan zarba to'lqinini keltirib chiqaradi. Quyosh shamoli protonlarining atmosferamizning vodorod atomlari bilan to'qnashuvi elektr tokini hosil qiladi. Asta-sekin, bo'ronning pasayishi bilan magnitosfera normal holatga qaytadi va oqim parchalanadi.

Koronalar teshiklari biroz boshqacha ta'sir qilish printsiplariga ega. Quyosh yuzasining ushbu mintaqalarida magnit maydon yulduzning qolgan qismiga qaraganda zaifroq. Shuning uchun ulardan odatdagidan tezroq harakatlanadigan quyosh shamoli oqimi chiqadi: 300-500 o'rniga sekundiga 500-800 kilometr. Bunday oqim kuchli magnit bo'ronlarni keltirib chiqarishi mumkin. Biroq, ular ba'zan ancha uzoq davom etadi va ko'proq energiya hosil qiladi.

Shuning uchun magnit bo'ronlarning chastotasi quyosh faolligi bilan bevosita bog'liq. Bu, o'z navbatida, ko'tariladi va pasayadi, o'rtacha 11 yil davom etadigan tsikllarni hosil qiladi. Shuning uchun, bir oy ichida maksimal intensivlik davrida sakkiztagacha magnit bo'ronlar bo'lishi mumkin yoki minimal darajada sodir bo'lmaydi. Shu bilan birga, yuqori quyosh faolligi har doim ham kuchli geomagnit buzilishlarga olib kelmaydi.

Kuchli magnit bo'ronidan qanday omon qolish mumkin?

Ko'proq toza suv iching. Ratsioningizga o'simlik choy damlab, kompotlarni qo'shing. Qahva, kuchli va tetiklantiruvchi choylarni suiiste'mol qilmaslik kerak, chunki bunday ichimliklar yurak-qon tomir va asab tizimiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Stressli vaziyatlardan va ortiqcha ishlardan saqlaning.

XULOSA

Magnit (aniqrog'i geomagnit) bo'ronlari Quyoshda paydo bo'lgan chaqnashlar elektromagnit qatlamiga ta'sir qilishidir. Biz aynan mana shu ta'sirot oqibatlarini his qilamiz. Odatda bunday jarayonlar o'rtacha 6-7 soat davom etadi va 3 kunda o'z xoliga qaytadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Захаров Ю. Б. и др. Влияние магнитных бурь на организм человека //Современные проблемы физики, биофизики и инфокоммуникационных технологий. – 2019. – №. 8. – С. 1-1.
2. Jennifer Casarella. Ways to Manage Stress // WebMD. — 2021. — 14 September. — Режим доступа: <https://www.webmd.com/balance/stress-management/stress-management>
3. Чижевский А. Л. Земное эхо солнечных бурь / А.Л. Чижевский. – М.: Мысль, 1976. – 352 с.
4. Короновский Н. В. Магнитное поле геологического прошлого Земли / Н. В. Короновский // Соросовский образовательный журнал. – 1996. –№5. – С. 65–73.
5. <https://kun.uz/uz/65530496>