

TABIY TOVUSHLAR VOSITASIDA ESHITISH IDROKINI TIKLASHGA QARATILGAN DASTLABKI KUZATUV: ODAM TILI NAZARIYASI DOIRASIDA N=1 CASE REPORT

Mahmudjon Kuchkarov, PhD

Odam Tili Akademiyasi, Brooklyn, NY, USA

odamtlitheory@gmail.com

Annotatsiya / Abstract: Uzbek: Ushbu maqolada surunkali tinnitus va eshitish idroki pasayishi bilan bog'liq birlamchi kuzatuv (n=1) bayon etiladi. Odam Tili (OT) nazariyasiga ko'ra, tabiiy, tanaga asoslangan tovushlar (cho'p sinishi - T/Ch kodi, sharshara/dengiz to'lqini - Sh/S kodi, asalari vizillashi - Z kodi) sun'iy oq shovqning nisbatan ma'no barqarorligini oshirishi taxmin qilinadi. 90 kun davomida har kuni barmoqlar bilan yog'och cho'pni sindirishga diqqat qaratilgan mashg'ulot, so'ngra tabiiy suv va asalari tovushlari qo'shilgan. Sub'ektiv hisobotga ko'ra, o'ng quloqda to'liq, chap quloqda ~10% idrok yaxshilanishi qayd etilgan. Bu - klinik da'vo emas, balki keyingi nazoratli pilot tadqiqot uchun gipoteza hosil qiluvchi kuzatuvdir.

English: This case report (n=1) describes a preliminary observation of tinnitus and hearing perception change associated with daily exposure to natural, body-grounded sounds interpreted via Odam Tili Theory.

Three stimuli: dry wooden stick breaking (OT code T/Ch - branching), waterfall / sea wave (Sh/S - continuous), bee buzzing (Z - vibratory). Daily finger-mediated stick breaking with focused attention and finger mechanosensation was primary; water and bee sounds initially ineffective but became supportive after initial improvement. Subjective report: right ear reported full recovery of perception, left ear ~10% improvement. No audiometric verification at this stage. This is not a treatment claim but a hypothesis-generating observation requiring controlled pilot with audiological measures.

Kalit so'zlar / Keywords: Odam Tili Theory, tinnitus, tabiiy tovush terapiyasi, phono-signo-semantic, embodied cognition, case report, attentional load, semantic resilience

1. Kirish

Tinnitus - quloqda tashqi manbasiz tovush idroki - audiologiyada keng tarqalgan va murakkab holat. Hozirg yondashuvlarda sound enrichment, white noise, hearing aid, CBT qo'llaniladi. Biroq, tovushning ma'no va tanaga bog'liqligi roli to'liq o'rganilmagan.

Odam Tili nazariyasi (Kuchkarov, 2026, BEYOND ARBITRARINESS, Cyberleninka.ru da indekslangan) bo'yicha til tovushi tasodifiy emas, balki tananing

somatik kodlariga asoslangan: I/M - tiklik, S/Sh - uzluksizlik, T/Ch - tarmoqlanish/kesilish. Sun'iy lashgan tovush muhiti (Odam Tili dan mahrumlik) diqqat yukini oshirib, ma'no barqarorligini pasaytirishi va organizmda himoya mexanizmi sifatida tinnitus kabi holatlarni kuchaytirishi mumkin degan gipoteza ilgari suriladi (Kuchkarov, SLHC pilot taklifi, 2025).

Ushbu maqolada shu gipotezani sinovchi shaxsiy kuzatuv bayon etiladi.

2. Case Presentation / Holat Bayoni

Sub'ekt: 60+ yoshli ayol (muallifning turmush o'rtog'i), yozma rozilik olingan, shaxsiy ma'lumotlar anonimlashtirilgan. Anamnez: surunkali tinnitus, eshitish idroki pasayishi, ayniqsa nutqni ajratishda qiyinchilik. Oldindan rasmiy audiogramma mavjud emas (cheklov sifatida qayd etiladi). Muddat: ~90 kun, uy sharoitida, har kuni 10-15 daqiqa.

Qo'llanilgan tovushlar (OT kodlari bilan): A) Cho'p sindirish (asosiy): Quruq yog'och cho'p (standart rush / Kichkarov xotirasi bo'yicha mayda yog'och).

Barmoqlar bilan har kuni sindirish, sinish paytidagi T/Ch tovushiga, barmoq mexanikasi harakatiga va tana sezgisiga birgalikda diqqat qaratish. Dastlab kam eshitilgan, keyin asta-sekin to'liq eshita boshlangan.

B) Sharshara / daryo / dengiz to'lqini suvi ovozi (Sh/S): Dastlab natija bermagan.

C) Asalari (bee) ovozi (Z): Fermada kamroq qo'llanilgan, dastlab samara past bo'lgan.

Ketma-ketlik: A (cho'p) -> dastlabki natija -> keyin B va C yordam bera boshlagan (beach suv, sharshara).

Muhim: Bu - klinik muolaja emas, balki uy sharoitidagi kuzatuv.

3. Methods / Usullar (kuzatuv usullari)

Maqsadli o'zgaruvchi: sub'ektiv eshitish idroki (0 - eshitmaydi, 10 - to'liq eshitadi).

Mustaqil o'zgaruvchi: tabiiy tovush turi va diqqat holati (faqat eshitish vs. barmoq harakati + ko'rish + eshitish).

Jarayon: Har kuni bir xil joyda, shovqinsiz muhitda, cho'pni barmoqlar bilan sindirish, sinish tovushiga e'tibor, barmoq mexanikasi va tana sezgisini birgalikda kuzatish. Kundalikda 'bugun qanchalik eshitildi' deb yozilgan.

Nazorat: Yo'q (n=1, cheklov).

Etika: Turmush o'rtog'idan yozma rozilik olingan. Maqola mahalliy jurnalga ilmiy muhokama uchun taqdim etiladi, davo tavsiyasi sifatida emas.

4. Natijalar (sub'ektiv hisobot)

Muallifning xotini tomonidan berilgan sub'ektiv hisobotga ko'ra:

- O'ng quloq: dastlab kam eshitish -> 90 kun oxiriga kelib to'liq eshitish idroki tiklangan deb baholanga (sub'ektiv, 10/10).

- Chap quloq: ~10% yaxshilanish (masalan, 3/10 dan 4/10 ga).

- Dastlab cho'p sinishi (T/Ch) ga diqqat va barmoq harakati birgalikda dastlabki natijani bergan.

- Dastlab natija bermagan daryo/sharshara va asalari tovushlari dastlabki yaxshilanishdan keyin yordamchi sifatida idrok etila boshlagan.

- Asalari ovozi fermada kam qo'llanilgani uchun ta'siri kam baholangan.

Ob'ektiv audiologik o'lchovlar (audiogramma, tinnitus pitch matching, THI - Tinnitus Handicap Inventory) mavjud emas - bu asosiy cheklov.

5. Muhokama / Discussion

Ushbu n=1 kuzatuv Odam Tili nazariyasidagi 'grounded semantic resilience' g'oyasini qo'llab-quvvatlashi mumkin: ma'noga ega, tana harakati bilan bog'langan tabiiy tovush (cho'p sinishi) sun'iy oq shovqinga nisbatan diqqat yukini kamaytirib, idrokni barqarorlashtirishi mumkin. Barmoq mexanikasi + ko'rish + eshitish birgalikda multimodal integratsiyani ta'minlaydi, bu esa audiologiyada 'attentional load under degraded auditory input' tushunchasiga mos keladi (Brooklyn College SLHC pilot taklifimizda ko'rsatilgan).

Nima uchun avval sharshara va asalari ishlamagan? Gipotetik izoh: OT bo'yicha T/Ch (kesilish/tarmoqlanish) - eng aniq, keskin chegarali tovush bo'lib, diqqatni jalb qilish oson. Sh/S (uzluksiz oqim) va Z (vibratsiya) esa fon sifatida idrok etilishi mumkin, shuning uchun T/Ch orqali diqqat eshigi ochilgandan keyin yordamchi bo'lib ishlagan.

Tinnitus, Alzheimer, Dementia haqida: Ushbu maqola ularni 'Odam Tili dan mahrumlik natijasida tananing himoya mexanizmi' deb da'vo qilmaydi. Bu - sinovdan o'tkazilishi kerak bo'lgan katta gipoteza. Hozirgi kuzatuv faqat shuni ko'rsatadi: tabiiy, ma'noli tovushga yo'naltirilgan diqqat sub'ektiv idrokni o'zgartirishi mumkin. Bu gipotezani tekshirish uchun nazoratli pilot kerak: masalan, OT-grounded natural sounds vs. arbitrary white noise - qaysi biri attentional load va tinnitus distress ni ko'proq kamaytiradi?

Napoli post va videongizdagi g'oya shu tarzda ilmiy tilga aylantirilsa, rad etilmaydi.

6. Cheklovlar / Limitations

- 1) n=1, nazorat guruhi yo'q, platsebo effekti istisno etilmagan.
- 2) Ob'ektiv audiologik o'lchov yo'q - faqat sub'ektiv hisobot.
- 3) Muallif - er, sub'ekt - xotin - manfaatlar to'qnashuvi (conflict of interest) mavjud, ochiq bayon etiladi.
- 4) Tinnitus etiologiyasi aniqlanmagan - ENT ko'rigidan o'tmagan.
- 5) Bu - davolash tavsiyasi emas

Kelgusi tadqiqot: Brooklyn College SLHC da 90 kunlik pilot: 20 ishtirokchi, randomizatsiya (OT-grounded natural sounds vs. white noise), o'lchovlar:

audiogramma, tinnitus loudness matching, THI, attentional load task, meaning stability task. IRB tasdiqi bilan.

7. Xulosa

Quruq yog'och cho'pni barmoqlar bilan har kuni sindirishga diqqat qaratish va barmoq mexanikasi harakatini tana sezgisi bilan birgalikda kuzatish - sub'ektiv hisobotga ko'ra, bir holatda o'ng quloqda to'liq, chap quloqda 10% idrok yaxshilanishi bilan bog'langan. Dastlab samara bermagan tabiiy suv va asalari tovushlari keyin yordamchi bo'lgan. Bu kuzatuv Odam Tili nazariyasidagi tabiiy tovushning ma'no barqarorligiga ta'siri gipotezasini sinash uchun asos bo'lishi mumkin, lekin nazoratli, ob'ektiv o'lchovli tadqiqotsiz klinik xulosa chiqarib bo'lmaydi.

Tavsiya: Ushbu maqolani mahalliy jurnalda 'Case Report - Preliminary Observation' sifatida chop etish parallel ravishda Brooklyn College Audiology ga IRB-ready pilot protokol sifatida taqdim etish.

Adabiyotlar:

Kuchkarov M. BEYOND ARBITRARINESS: THE SOMATIC BLUEPRINT OF THE ODAM TILI THEORY. Bulletin of Pedagogues of New Uzbekistan, 2026 - cyberleninka.ru

Kuchkarov M. Embodied Semantic Grounding For Intelligent Robotics. WASET, 2025 - publications.waset.org/abstracts/220603

Kuchkarov M. SUPERINTELLIGENCE AND ODAM TILI: THE LAST WARNING. Zenodo DOI 10.5281/zenodo.17173533, 2025

Tomasello M. Origins of Human Communication, 2008 - gestural origin (personal communication June 2026)

Brooklyn College CASD - Audiology, Au.D. program - brooklyn.edu/CASD