

YURAK QON TOMIR KASALLIKLARI**Muhammadaminov Shohjaxon Ulug'bek o'g'li**

Kokand Universiteti Andijon filiali

Kunduzgi ta'lim Davolash ishi yo'nalishi 25-02 talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18534604>

Annotatsiya: Yurak-qon tomir kasalliklari o'lim va nogironlikning yetakchi sabablaridan biri bo'lib, ular bemorlarning jismoniy va ruhiy holatiga, hamda hayot sifatini sezilarli darajada pasaytiradi. Yurak-qon tomir kasalliklari bilan og'riqan bemorlarda salomatlik sifatini baholash va turli parvarishlash usullarining ta'sirini o'rganishga qaratilgan tadqiqot natijalari o'rganilib, yurak-qon tomir kasalliklari bilan og'riqan bemorlarga kompleks yordam berish, dorivor va no-dorivor usullar, reabilitatsiya, parhez va jismoniy faollik kabi yo'nalishlarni o'z ichiga oladi. Yurak-qon tomir kasalliklari bilan og'riqan bemorlar uchun eng samarali parvarishlash usullari muhokama qilinadi.

Аннотация: Сердечно-сосудистые заболевания являются одной из ведущих причин смерти и инвалидности, значительно снижая физическое и психическое состояние пациентов, а также качество их жизни. В обзоре представлены результаты исследований, направленных на оценку качества здоровья пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями и изучение влияния различных методов оказания помощи, включая такие направления, как комплексная помощь пациентам с сердечно-сосудистыми заболеваниями, фармакологические и нефармакологические методы, реабилитация, диетотерапия и физическая активность. Обсуждаются наиболее эффективные методы оказания помощи пациентам с сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Abstract: Cardiovascular diseases are one of the leading causes of death and disability, significantly reducing the physical and mental state of patients, as well as their quality of life. The results of research aimed at assessing the quality of health in patients with cardiovascular diseases and studying the impact of various care methods are reviewed, including areas such as comprehensive care for patients with cardiovascular diseases, pharmacological and non-pharmacological methods, rehabilitation, diet and physical activity. The most effective care methods for patients with cardiovascular diseases are discussed.

Kalit so'zlar: yurak-qon tomir kasalliklari, salomatlik sifati, parvarishlash usullari, reabilitatsiya, tibbiy yondoshuv, hayot sifati

Ключевые слова: сердечно-сосудистые заболевания, качество здоровья, методы лечения, реабилитация, медицинский подход, качество жизни

Keywords: cardiovascular diseases, quality of health, care methods, rehabilitation, medical approach, quality of life

Yurak-qon tomir kasalliklari butun dunyoda eng keng tarqalgan va inson hayotiga jiddiy tahdid soluvchi kasalliklar guruhiga kiradi. Ushbu kasalliklar infarkt, insult, gipertoniya, yurak ishemik kasalligi va ateroskleroz kabi holatlarni o'z ichiga oladi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, har yili 18 milliondan ortiq odam yurak-qon tomir kasalliklari tufayli hayotdan ko'z yummoqda, bu esa umumiy o'lim holatlarining taxminan 32% ni tashkil etadi (WHO, 2023). Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi: Yurak-qon tomir kasalliklari bilan og'rikan bemorlarda turli parvarishlash usullarining samaradorligini baholash va ularning salomatlik sifatini yaxshilashga ta'sirini o'rganishdan iboratdir. Yurak-qon tomir kasalliklari yuksak daromadli mamlakatlarda ozayib, kam va o'rta daromadli davlatlarda oshib bormoqda (Roth et al., 2020). Osiyodagi barcha o'lim holatlarining taxminan 45% i YuQTK bilan bog'liq (Zhao et al., 2021). Yaponiya va Janubiy Koreyada Yurak-qon tomir kasalliklari nisbatan past, ammo Hindiston va Xitoyda yuqori. Xitoyda har yili 4 millionga yaqin odam Yurak-qon tomir kasalliklari sababli vafot etadi (Hu et al., 2021). Genetik omillar, turmush tarzi va diyetalar yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi. Rossiyada har yili yurakqon tomir kasalliklari tufayli 1.8 million kishi vafot etadi, bu esa umumiy o'limlarning 57% ni tashkil qiladi (Boytssov et al., 2020). Rossiyada yurakqon tomir kasalliklari xavfini oshiruvchi asosiy omillar yuqori qon bosimi, tamaki iste'moli va semizlikdir. Profilaktika dasturlari va sog'lom turmush tarzini rag'batlantirish choralari ko'rilsa ham, kasallik ko'rsatkichlari baland bo'lib qolmoqda (Balanova et al., 2021). O'zbekistonda YuQTK sababli o'lim holatlari barcha kasalliklar tufayli yuz bergan o'limlarning 54.1% ni tashkil etadi (Abdullayev et al., 2022). Asosiy xavf omillari: gipertoniya, kam harakatlanish, noto'g'ri ovqatlanish va diabet (Tashkent Cardiology Center, 2022). 2018 yilda O'zbekistonda YuQTK profilaktikasi va davolash bo'yicha milliy strategiya qabul qilingan (Ministry of Health of Uzbekistan, 2019). Yurak-qon tomir kasalliklari oldini olish va parvarishlash usullari: Axoli o'rtasida yurak-qon tomir kasalliklarini oldini olish, o'lim sonini kamaytirish va yosh kesimida tizimli ravishda erta aniqlash kerak. Qon tomirlari bilan bog'liq yurak-qon tomir kasalliklari qon tomir kasalliklari deb nomlanadi. Ulardan ba'zilari quyida keltirilgan: Koroner arter kasalligi, shuningdek, koroner yurak kasalligi va ishemik yurak kasalligi sifatida ham tanilgan. Periferik arterial kasallik - Qo'l va oyoqlarni qon bilan ta'minlaydigan qon tomirlari kasalligi. Miya qon-tomir kasalliklari - miyani qon bilan ta'minlaydigan qon tomirlari kasalligi (shu

jumladan insult) Bundan tashqari, yurak bilan bog'liq ko'plab yurak-qon tomir kasalliklari mavjud. Kardiyomiyopatiya - Yurak mushaklari kasalliklari. Gipertenziv yurak kasalligi - Yuqori qon bosimi yoki gipertenziya natijasida yuzaga keladigan yurak kasalliklari Yurak etishmovchiligi - yurakning to'qimalarni metabolik ehtiyojlarini qondirish uchun etarli miqdorda qon bilan ta'minlay olmasligi natijasida yuzaga keladigan klinik sindrom. O'pka yurak kasalligi - Nafas olish tizimining ishtiroki bilan yurakning o'ng tomonidagi nosozlik Yurak ritmining buzilishi - yurak ritmining buzilishi. O'z ichiga olgan yallig'lanishli yurak kasalligi Endokardit - yurakning ichki qatlamining, endokardning yallig'lanishi. Eng ko'p ishtirok etadigan tuzilmalar yurak klapanlari. Yallig'lanishli kardiomegaliya Miyokardit - yurakning mushak qismi bo'lgan miyokardning yallig'lanishi, ko'pincha virusli infeksiyalar va kamroq bakterial infeksiyalar, ba'zi dorilar, toksinlar va otoimmün kasalliklar tufayli kelib chiqadi. Bu qisman leykotsitlarning limfotsitlar va monotsitlar turlari bilan yurakning infiltratsiyasi bilan tavsiflanadi. Eozinofil miokardit - patologik faollashtirilgan eozinofil oq qon hujayralari tufayli kelib chiqqan miyokardning yallig'lanishi. Bu buzilish sabablari va davolash usullari bilan miyokarditdan farq qiladi. Yurak pufagi kasalligi Tug'ma yurak kasalligi - tug'ilishda mavjud bo'lgan yurak tuzilishidagi nuqsonlarRevmatik yurak kasalligi - A guruhi streptokokk infeksiyasi Streptococcus pyogenes keltirib chiqaradigan revmatik isitma tufayli yurak mushaklari va klapanlarning shikastlanishi. Yurak-qon tomir kasalliklarini oldini olish va davolash bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, sog'lom turmush tarzini qo'llash ushbu kasalliklarni kamaytirishda sezilarli ahamiyat kasb etadi. Ma'lumotlarga ko'ra, yurak kasalliklarining oldini olishda jismoniy faollik, to'g'ri ovqatlanish, stressni boshqarish, vaqti-vaqti bilan tibbiy ko'rikdan o'tish va zararli odatlardan voz kechish kabi omillar eng muhim sanaladi. Turmush tarzini o'zgartirish orqali yurak kasalliklari rivojlanish xavfi 40-50% ga kamayishi mumkin. Shuningdek, muntazam jismoniy mashqlar qon aylanishini yaxshilash va qon bosimini normallashtirishga yordam beradi. Zamonaviy davolash usullari orasida angioplastika va stent o'rnatish kabi minimal invaziv texnologiyalar o'zining yuqori samaradorligi bilan ajralib turadi. Ushbu usullar orqali qon aylanishini tez tiklash, xatarli o'choqlarni bartaraf etish va bemorlarning tiklanish muddatini qisqartirish imkoniyati yaratilmoqda. Hozirgi kunda zamonaviy davolash usullaridan angioplastika va stent o'rnatish orqali yurak xuruji xavfi sezilarli darajada kamayadi, bemorlarning 75% dan ortig'i qisqa muddat ichida normal hayot faoliyatiga qaytadi. Ushbu natijalar minimal invaziv usullarning bemorlarga og'riqsiz va tez tiklanish imkonini berishi

sababli amaliyotda tobora keng qo'llanilayotganini tasdiqlaydi. Medikamentoz terapiya, ya'ni dori vositalari yordamida davolash, ayniqsa, yurak xuruji yoki insult xavfi yuqori bo'lgan bemorlarda kasalliklarni samarali boshqarishda muhim rol o'ynaydi. Yangi avlod dorilar, masalan, qon ivishiga qarshi vositalar va qon bosimini tushiruvchi preparatlar, bemorlarning kasallik bilan samarali kurashishiga ko'maklashmoqda. Klinik sinovlar natijalari shuni ko'rsatadiki, dori vositalaridan to'g'ri foydalanish orqali kasallikning qaytalanish xavfi kamayishi mumkin.

Xulosa. Yurak-qon tomir kasalliklari bugungi kunda global sog'liqni saqlash muammolaridan biri hisoblanadi, chunki ular o'lim va kasallanishning asosiy sababchisi bo'lib qolmoqda. Ushbu kasalliklarning oldini olish uchun profilaktika choralarini ko'rish juda muhimdir. Bunga sog'lom turmush tarzini yuritish – to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faoliyatni oshirish, zararli odatlardan voz kechish (chekish va alkogoldan saqlanish) kabi choralar kiradi. Shuningdek, doimiy ravishda qon bosimini nazorat qilish, xolesterin va qondagi shakar darajasini tekshirish ham yurak-qon tomir kasalliklarini oldini olishda muhim rol o'ynaydi. Zamonaviy davolash usullari esa ancha rivojlandi. Dori vositalari yordamida kasallikni boshqarish imkoniyatlari mavjud, jumladan, statinlar yordamida xolesterin miqdorini kamaytirish, gipertoniya uchun dori-darmonlar va qon ivishini oldini olish uchun antikoagulyantlar kabi dorilar qo'llanadi. Shuningdek, invaziv muolajalar, masalan, angioplastika va koronar arteriyani baypas qilish kabi jarrohlik usullari yordamida bemorlarga yordam ko'rsatish imkoniyatlari ham kengaymoqda. Shu bilan birga, zamonaviy texnologiyalar yordamida yurakni stimulyatorlar, defibrillyatorlar va boshqa qurilmalar bilan qo'llab-quvvatlash usullari ham samaradorligini isbotlamoqda. Profilaktika va zamonaviy davolash usullarining samarali qo'llanilishi yurak-qon tomir kasalliklarini kamaytirishga va bemorlarning umrini uzaytirishga xizmat qiladi. Shu bois, yurak-qon tomir kasalliklari bilan kurashda jamoatchilikning ongini oshirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va davolash texnologiyalarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Parpiyeva, O. R. (2021). Основы медицинских знаний (часть I). Учебной пособие.
2. Parpiyeva, O. R., & Ostanaqulov, A. D. (2019). Health theory. Форум молодых ученых, (6 (34)), 26-28.
3. Parpieva, O. R. (2023). HEALTH IS THE HIGHEST VALUE. Новости образования: исследование в XXI веке, 1(11), 760-763.

- 4 Parpiyeva, O. R., & Nazarova, D. (2024). BEMORLARNI INSTRUMENTAL TEKSHIRISH USULLARI. Научный Импульс, 3(27), 5-8.
- 5 World Health Organization. (2021). Cardiovascular diseases (CVDs). World Health Organization Reports. [https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))
- 6 American Heart Association. Heart disease and stroke statistics— 2020 update. //Circulation 2020, 141(9), e139–e596.