AYOLLARDA UCHRAYDIGAN OSTEOARTROZNI ERTA ANIQLASH VA REABILITATSIYA USULLARI BILAN KOMPLEKS DAVOLASH

Mirzayeva N.X.
Hosillayeva F.S.
Abdurasulov A.Y.
Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti,
Samarqand, O‘zbekiston
https://doi.org/10.5281/zenodo.20483800

Osteoartroz — bo‘g‘imlarning degenerativ-distrofik kasalligi bo‘lib, ayniqsa ayollar orasida keng tarqalgan. Bu holat asosan gormonal o‘zgarishlar, ortiqcha vazn, kam harakatlilik va yosh o‘tishi bilan bog‘liq holda rivojlanadi. Osteoartroz bo‘g‘im tog‘ay to‘qimasining yemirilishi, suyak yuzalarining deformatsiyasi va og‘riq sindromi bilan namoyon bo‘ladi. Kasallikning erta aniqlanmasligi nogironlikka olib kelishi mumkin. Shu sababli, osteoartrozni erta bosqichda aniqlash va samarali reabilitatsiya usullari bilan kompleks davolash muhim ahamiyat kasb etadi.

Maqsad. Ayollarda osteoartrozni erta aniqlash, kasallik rivojlanishini sekinlashtirish hamda keksaygan yoshdagi ayollarda bo’g’imlar funksiyasini tiklashda reabilitatsiya usullari bilan kompleks davolash orqali ularni ijtimoiy-maishiy hayot sifatini yaxshilash

Materiallar va usullar. Tadqiqotda osteoartroz tashxisi qo‘yilgan ayol bemorlar kuzatuvga olindi. Diagnostika klinik belgilar, laborator tahlillar va instrumental tekshiruvlar (rentgenografiya, UTT) asosida olib borildi. Davolash va reabilitatsiya jarayoni individual yondashuv asosida tashkil etildi. Quyidagi usullar qo‘llanildi:

- ✓ davolovchi jismoniy mashqlar (DJM) — bo‘g‘im harakatchanligini saqlash va mushaklarni mustahkamlash uchun;
- ✓ fizioterapiya (ultratovush, magnitoterapiya, elektroforez) — og‘riqni kamaytirish va yallig‘lanishni bartaraf etish uchun;
- ✓ massaj — qon aylanishini yaxshilash va mushak spazmini kamaytirish uchun;
- ✓ parhez va vazn nazorati — bo‘g‘imlarga tushadigan yuklamani kamaytirish maqsadida;
- ✓ medikamentoz davolash — yallig‘lanishga qarshi va og‘riq qoldiruvchi preparatlar qo‘llanildi;
- ✓ psixologik qo‘llab-quvvatlash — bemorning hayot sifatini yaxshilash uchun.

Reabilitatsiya jarayoni erta bosqichdan boshlab uzluksiz ravishda olib borildi.

Natijalar va muhokama. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatdiki, osteoartrozni erta aniqlash kasallikning rivojlanishini sezilarli darajada sekinlashtiradi. Davolovchi jismoniy mashqlar muntazam bajarilganda bo‘g‘im harakatchanligi oshdi va og‘riq sindromi kamaydi.

Fizioterapiya usullari og‘riqni kamaytirish va yallig‘lanish jarayonini susaytirishda samarali bo‘ldi. Massaj va reabilitatsiya mashqlari mushak tonusini yaxshilab, bemorlarning umumiy funksional holatini oshirdi. Kompleks yondashuv qo‘llanilgan bemorlarda kundalik hayot faoliyati yaxshilandi, harakat erkinligi ortdi va nogironlik xavfi kamaydi. Bu esa davolash va reabilitatsiya jarayonining tizimli ravishda olib borilishi muhimligini tasdiqlaydi. Psixologik qo‘llab-quvvatlash esa depressiya va xavotir darajasini pasaytirib, bemorning reabilitatsiyaga bo‘lgan motivatsiyasini oshirdi.

Xulosa. Ayollarda osteoartrozni erta aniqlash va kompleks davolash kasallik oqibatlarini kamaytirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Individual yondashuv asosida olib borilgan reabilitatsiya choralari bemorlarning hayot sifatini yaxshilaydi, bo‘g‘im funksiyasini tiklaydi hamda kasallikning rivojlanishini sekinlashtiradi.

Adabiyotlar ruyxati:

1.Hunter D.J., Bierma-Zeinstra S. Osteoarthritis. Lancet. 2021.
2.Katz J.N. et al. Diagnosis and Treatment of Hip and Knee Osteoarthritis. JAMA. 2021.
3.Bannuru R.R. et al. OARSI Guidelines for Osteoarthritis Management. 2020.
4.Kolasinski S.L. et al. 2020 American College of Rheumatology Guideline.
5.Abramoff B., Caldera F.E. Osteoarthritis: Pathology and Treatment. Med Clin North Am. 2020.
6.Cross M. et al. Global burden of osteoarthritis. Ann Rheum Dis. 2020.
7.Sharma L. Osteoarthritis of the Knee. N Engl J Med. 2021.
8.Glyn-Jones S. et al. Osteoarthritis. Lancet. 2020.
9.Loeser R.F. Aging and Osteoarthritis. Curr Opin Rheumatol. 2021.