

YURAK QON TOMIR TIZIMI KASALLIKLARI BILAN KASALLANGAN BEMORLARNI PARVARISHI VA KUZATISH

Valiyeva Faridaxon

*Farg'ona jamoatchilik salomatlik tibbiyot instituti
(FJSTI) davolash ishi yo'nalishi 1 kurs talabasi*

Tursunaliyeva Hojiraxon

Ilmiy rahbar:

Annotatsiya: *Ushbu maqolada yurak-qon tomir tizimi kasalliklari bilan og'rigan bemorlarni parvarishlash va kuzatishning amaliy jihatlari ko'rib chiqilgan. Bemorlarni kompleks parvarishlash orqali yurak yuklamasini kamaytirish, davolash samaradorligini oshirish va hayot sifatini yaxshilash masalalari bayon etilgan. Ishda hamshiralik parvarishining o'rni, bemorning umumiy holatini baholash, klinik belgilarni erta aniqlash va og'ir asoratlarning oldini olish choralariga urg'u berilgan.*

Kalit so'zlar: *Yurak, qon-tomir, mushak, kasallik, davolanish, alomat, sabablar, ritm, nafas olish.*

Yurak-qon tomir kasalliklari (yurak va qon aylanish kasalliklari deb ham ataladi) yurak xuruji, ko'krak qafasidagi og'riqlar (stenokardiya) yoki insultga olib kelishi mumkin bo'lgan tiqilib qolgan yoki bloklangan qon tomirlari bilan bog'liq kasalliklar sinfini anglatadi. Bundan tashqari, yurak mushaklari, klapanlari yoki ritmiga ta'sir qiladigan ba'zi yurak kasalliklari ham yurak kasalligi shakllari hisoblanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, yurak-qon tomir kasalliklari dunyoda o'limning asosiy sababidir.

Ma'lumki, hozirgi vaqtda yurak-qon tomirlari tizimi kasalliklari dunyo miqyosida eng kengtarqalgan bo'lib, hech mubolag'asiz epidemiya tusini olgan. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti mutaxassislarining ma'lumotlariga ko'ra, yer yuzida yurak-qon tomir tizimi kasalliklari oqibatida har 32 soniyadabiro'limsodir bo'layapti.

Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari orasida eng ko'p o'limga olib kelayotganlari, buyurakning ishemik kasalligi (u esa o'z ichiga birinchi navbatda yurak xuruji, stenokardiya, miokardning infarktini oladi)dir. Agarda yurak-qon tomir tizimi kasalliklari oqibatida sodir bo'layotgano'limhodisasini 100% deb olinsa, uning 52,5% yurak xuruji stenokardiya, infarkt natijasida yuz beradi.

O'limborgan sari ko'proq o'rta yoshdagi kishilarda kuzatilmoqda. Yurak xurujlari «kutilmaganda» paydobo'lib, aksariyat hollarda to'satdan o'limga olib kelishi mumkin. Miokard infarkti oqibatida yuz beradigano'limhodisalarining yarmidan ko'prog'i xuruj boshlangan dastlabki soatlarga to'g'ri kelib, bemorlarhattotibbiy yordamga murojaat etishga ham ulgurmay qoladilar.

Yurak-qon tomir tizimi xastaliklarining o'linga olib keluvchi boshqa kasalliklariga yurakning revmatik shikastlanishlari, stenokardiya, gipertoniya kasalligi, yurakning tug'ma va orttirilgan nuqsonlari va h.k. kiradi.

Yurak-tomir sistemasikasalliklari — yurak, arteriyalar va venalar kasalliklari. Ular juda ko'p va xilma-xil. Bu kasalliklarning ba'zilar (revmatizm, miokardit va boshqalar) yurakni, ayrimlari arteriya (ateroskleroz) yoki venalarni (mas, tromboflebit), boshqalari butun yuraktomir sistemasini shikastlaydi (gipertoniya kasalligi). Yurakning ishemik kasalligi yurak muskullarining qon bilan yetarli ta'minlanmasligidan vujudga keladi.

Asosan, yurak toj arteriyalarining aterosklerotik o'zgarishlarga uchrashi, spazmp, shuningdek, ular bo'shlig'ida qonning (ivib) laxta bo'lib cho'kish (tromboz) va boshqalar oqibatida kelib chiqadi.

Qon tomirlari bilan bog'liq yurak-qon tomir kasalliklari qon tomir kasalliklari deb nomlanadi. Ulardan ba'zilar 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

Yurak-qon tomir kasalliklarining ijtimoiy-iqtisodiy oqibatlari bemor va uning oilasi byudjetiga, sog'liqni saqlash tizimi va umuman jamiyatning hayot sifatiga ta'sir qiladi. Yurak-qon tomir kasalliklarining asoratlari rivojlanish holatlarining 60% tamaki chekish, spirtli ichimliklarni suiiste'mol qilish, meva va sabzavotlarni yetarli darajada iste'mol qilmaslik, shuningdek, kam xarakat turmush tarzi kabi yetakchi xavf omillari bilan bog'liqdir.

Ushbu xavf omillari aholi orasida rivojlanishining sabablari bo'lgan ortiqcha vazn va semirish, yuqori qon bosimi, qondagi qand miqdori va xolesterin miqdori kabi holatlarning rivojlanishiga olib keladi.

O'zbekistonda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatdiki, yuqumli bo'lmagan kasalliklarning rivojlanishi uchun xavf omillarining tarqalishi doimiy ravishda oshib bormoqda.

Yuqoridagi xavf omillari tarqalishining hozirgi tendensiyasida 2020-2030 dan 40-60 yoshgacha bo'lgan aholi orasida erta o'lim darajasi yuqori. Arterial gipertoniya kasalligi asoratlari profilaktikasi bo'yicha tibbiy xizmat sifatini oshirish birlamchi bo'g'inda juda qiyin masalalardan biri hisoblanadi. Kandli diabet kasalligidan o'lim xolatlarini oshganligi, miokard infarkti va insul't kabi asoratlarning ko'payganligi kuzatilmokda.

Standart dori-darmonlardan foydalanishning asosiy maksadi shu kasallik asoratlarini oldini olish, o'lim xolatlarini kamaytirishga karatilganligidir Profilaktikadan maqsad, bemorlar hayot sifatini yaxshilash, umrini uzaytirish, arterial gipertoniya dan keyin kelib chiqqan asoratlardan vafot etishni va nogironlikni oldini olish xisoblanadi.

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.

Yurak-qon tomir kasalliklari bilan og'rikan bemorlarda kompleks parvarishlash usullari ularning hayot sifati va umumiy salomatlik holatini yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi. Tadqiqot natijalari shundan dalolat beradiki, faqat dorivor davolash kifoya emas, jismoniy rehabilitatsiya va parhez tarzidagi parvarish ham muhimdir. Stressni kamaytirish va psixologik yordam bemorlarning uzoq umr ko'rishiga hissa qo'shadi. Davolash samaradorligini oshirish uchun kompleks yondoshuv zarur.

Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari bugungi kunda dunyo bo'yicha o'lim va nogironlikning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. Ushbu kasalliklar yurak mushagi va qon tomirlarining funksional va organik zararlanishi bilan kechib, organizmning barcha a'zolari faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Yurak-qon tomir kasalliklariga arterial gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti, yurak yetishmovchiligi, yurak ritmining buzilishlari, ateroskleroz va boshqa kasalliklar kiradi. Ushbu kasalliklar bilan kasallangan bemorlarni to'g'ri parvarishlash va muntazam kuzatish davolash jarayonining ajralmas qismi bo'lib, kasallikning og'irlashuvi va asoratlar rivojlanishining oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Yurak-qon tomir kasalliklarida parvarishlashning asosiy maqsadi yurakka tushadigan yuklamani kamaytirish, bemorning umumiy ahvolini yaxshilash, hayot

sifatini oshirish hamda kasallikning asoratlari oldini olishdan iborat. Bemor parvarishida individual yondashuv muhim bo'lib, kasallik turi, bosqichi, bemorning yoshi va umumiy holati hisobga olinadi.

Bemor uchun to'g'ri jismoniy rejimni tashkil etish muhim ahamiyatga ega. Kasallikning og'ir bosqichlarida bemorga to'liq yotoq rejimi tavsiya etiladi, bunda bemor ortiqcha harakatlardan himoyalanaadi. Holati barqarorlashgach, yarim yotoq rejimi yoki cheklangan jismoniy faollik ruxsat etiladi. Har qanday jismoniy zo'riqish yurak ishini kuchaytirib, kasallik belgilarining og'irlashuviga olib kelishi mumkin.

Yurak-qon tomir kasalliklarida bemorning ruhiy holatini barqaror saqlash muhim sanaladi. Stress, asabiylashish va ruhiy zo'riqish yurak urishining tezlashishiga va qon bosimining oshishiga sabab bo'ladi. Shu bois bemor tinch muhit bilan ta'minlanishi, unga nisbatan muloyim va e'tiborli munosabatda bo'linishi zarur.

Ovqatlanishni to'g'ri tashkil etish yurak-qon tomir kasalliklarida muhim parvarish chorasidir. Bemor parhez ovqatlar bilan ta'minlanishi, yog'li, qovurilgan, sho'r va achchiq taomlardan cheklanishi lozim. Tuz miqdorini kamaytirish arterial bosimni nazorat qilishda muhim rol o'ynaydi. Sabzavot va mevalarga boy, vitaminlarga to'yingan ovqatlar tavsiya etiladi. Yurak yetishmovchiligi bo'lgan bemorlarda suyuqlik iste'moli cheklanadi, chunki ortiqcha suyuqlik shishlarning kuchayishiga olib keladi.

Dori vositalarini qabul qilishni nazorat qilish ham parvarishning muhim jihatlaridan biridir. Bemor shifokor tomonidan belgilangan dori vositalarini qat'iy belgilangan vaqtda va to'g'ri dozada qabul qilishi lozim. Dorilarni mustaqil ravishda to'xtatish yoki dozani o'zgartirish og'ir asoratlarni keltirib chiqarishi mumkin. Parvarish jarayonida dori vositalarining nojo'ya ta'sirlari ham diqqat bilan kuzatiladi.

Bemorlarni muntazam kuzatish yurak-qon tomir kasalliklarida muhim ahamiyatga ega. Arterial qon bosimi, yurak urish tezligi va ritmi, nafas olish soni, tana harorati muntazam nazorat qilinadi. Bundan tashqari, bemorda nafas qisishi, ko'krak qafasida og'riq, oyoqlarda shishlar, tez charchash kabi klinik belgilar paydo bo'lishi diqqat bilan kuzatiladi. Ushbu belgilar kasallikning og'irlashganidan darak berishi mumkin.

Gigiyenik parvarish yurak kasalligi bilan og'ir ahvolda yotgan bemorlarda alohida ahamiyatga ega. Teri tozaligini saqlash, yotoq yaralarining oldini olish, bemor yotgan joyning toza va qulay bo'lishi ta'minlanadi. Bu holatlar ikkilamchi asoratlarning oldini olishga xizmat qiladi.

Yurak-qon tomir kasalliklarida asoratlarning oldini olish parvarishning asosiy vazifalaridan biridir. Tromboz, emboliya, yurak yetishmovchiligining kuchayishi, insult va miokard infarkti kabi og'ir asoratlarning oldini olish uchun bemor doimiy nazorat ostida bo'lishi kerak.

Shuningdek, bemor va uning yaqinlarini o'qitish ham muhim hisoblanadi. Bemor o'z kasalligi haqida yetarli bilimga ega bo'lishi, sog'lom turmush tarziga rioya qilishi, zararli odatlardan voz kechishi, qon bosimini uy sharoitida mustaqil o'lchashni bilishi zarur. Bu choralar kasallikning qaytalanishini oldini olishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, yurak-qon tomir tizimi kasalliklari bilan kasallangan bemorlarni parvarishlash va kuzatish kompleks yondashuvni talab etadi. To'g'ri tashkil etilgan parvarish, doimiy tibbiy nazorat va bemorning faol ishtiroki kasallikning kechishini yengillashtirib, bemorning umrini uzaytirish va hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Murodova Hilola Zafarjon qizi "Yurak-Qon Tomirlar Sistemasi Patofiziologiyasi" Tafakkur manzili. 15.05.2022-yil
2. Gadayev. A, M.SH.Karimov. X.S.Axmedov, "Ichki Kasalliklar Propedevtikasi" o'quv qo'llanmasi "Muharrir" nashriyoti. Toshkent, 2012
3. Зокирходжаев Ш.Я. Солихов М.У. Шифокор ва бемор – Тошкент – 2016
4. N.H. Abdullayev H.Yo. Karimov B.O'. Irisqulov Patologik Fiziologiya Toshkent "Yangi asr avlodi" 2008 B.497
5. Narziyeva SH.S, Abdullaeva M, "Ichki Kasalliklar Propedevtikasi" o'quv qo'llanmasi - Buxoro „Durdona“ nashriyoti, 2018.