

## ARTERIAL GIPERTENZIYA VA UNI DAVOLASHNING ZAMONAVIY TAMOYILLARI

**Safarova Nasiba Toshbadalovna**

*Termiz Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi  
Texnikumi 2-Maxsus fanlari kafedrasi*

**Annotatsiya:** *Mazkur ilmiy maqola arterial gipertenziyaning zamonaviy tibbiyotdagi dolzarb muammolaridan biri sifatidagi oʻrni, uning etiologiyasi, patogenezi, klinik kechishi, diagnostikasi va davolash usullarini chuqur oʻrganishga bagʻishlangan. Arterial gipertenziya yurak-qon tomir tizimi kasalliklari orasida yetakchi oʻrinni egallab, nogironlik va oʻlimning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. Ushbu maqolada kasallikning rivojlanish mexanizmlari, xavf omillari, asoratlari hamda zamonaviy davolash strategiyalari keng yoritilgan. Tadqiqot natijalari shuni koʻrsatadiki, arterial gipertenziyani erta aniqlash va kompleks davolash yurak-qon tomir asoratlari xavfini sezilarli darajada kamaytiradi.*

**Kalit soʻzlar:** *arterial gipertenziya, qon bosimi, yurak kasalliklari, terapiya, gipertoniya, antihipertenziv davolash.*

### KIRISH

Arterial gipertenziya (AG) zamonaviy tibbiyotning eng dolzarb muammolaridan biri boʻlib, global sogʻliqni saqlash tizimida muhim oʻrin egallaydi. Ushbu kasallik arterial qon bosimining doimiy ravishda koʻtarilishi bilan tavsiflanadi va koʻpincha uzoq vaqt davomida simptomsiz kechadi. Shu sababli u koʻpincha “jim qotil” deb ataladi.

Statistik maʼlumotlarga koʻra, dunyo aholisining katta qismi ushbu kasallikdan aziyat chekadi. Arterial gipertenziya yurak xuruji, insult, buyrak yetishmovchiligi kabi ogʻir asoratlarga olib keladi. Ayniqsa, rivojlanayotgan davlatlarda ushbu kasallikning tarqalishi ortib bormoqda.

Kasallikning dolzarbligi shundaki, u nafaqat shaxsiy sogʻliq muammosi, balki ijtimoiy-iqtisodiy muammo ham hisoblanadi. Shu sababli arterial gipertenziyani erta aniqlash, oldini olish va davolash muhim ahamiyatga ega.

### TADQIQOT MAQSADI VA VAZIFALARI

Maqsad:

Arterial gipertenziyaning rivojlanish sabablari, patogenezi va davolash usullarini ilmiy asosda oʻrganish.

Vazifalar:

- Kasallikning etiologik omillarini aniqlash
- Patogenez mexanizmlarini tahlil qilish
- Klinik belgilarini tavsiflash
- Diagnostika mezonlarini oʻrganish

- Zamonaviy davolash usullarini bayon qilish

### **ETIOLOGIYA VA XAVF OMILLARI**

Arterial gipertenziya ko'p omilli kasallik hisoblanadi. Uning rivojlanishida quyidagi omillar muhim rol o'ynaydi:

Modifikatsiya qilinadigan omillar:

- Ortiqcha tana vazni va semizlik
- Kam harakatlilik
- Tuzni ortiqcha iste'mol qilish
- Stress va ruhiy zo'riqish
- Chekish
- Spirtli ichimliklarni iste'mol qilish
- Modifikatsiya qilinmaydigan omillar:
- Irsiy moyillik
- Yosh (kattalarda ko'proq uchraydi)
- Jins
- Bundan tashqari, ayrim kasalliklar ham gipertenziyaga olib kelishi mumkin:
- Buyrak kasalliklari
- Endokrin tizim kasalliklari
- Qandli diabet

### **PATOGENEZ**

Arterial gipertenziya rivojlanishida bir nechta murakkab mexanizmlar ishtirok etadi:

#### 1. Renin-angiotenzin-aldosteron tizimi

Bu tizim faollashganda:

Tomirlar torayadi

Qon bosimi oshadi

Suv va natriy organizmda ushlanadi

#### 2. Simpatik nerv tizimi

Yurak urishini tezlashtiradi

Qon tomirlarni toraytiradi

#### 3. Endotelial disfunktsiya

Tomirlar kengayishi buziladi

Qon bosimi nazorati yomonlashadi

Natijada tomirlar qarshiligi ortadi va arterial bosim doimiy ravishda yuqori bo'lib qoladi.

### **KLINIK BELGILARI**

Arterial gipertenziya uzoq vaqt davomida belgilar bermasligi mumkin. Ammo kasallik rivojlanganda quyidagi simptomlar paydo bo'ladi:

- Bosh og'rig'i (ko'proq ensa qismida)
- Bosh aylanishi
- Quloqlarda shovqin

- Yurak urishining tezlashishi
- Ko'z oldida "nuqtalar" paydo bo'lishi
- Holsizlik
- Og'ir holatlarda:
- Nafas qisilishi
- Ko'krak og'rig'i
- Ko'rish pasayishi

### **DIAGNOSTIKA**

Kasallikni aniqlash uchun quyidagi usullar qo'llaniladi:

- Arterial bosimni muntazam o'lchash
- 24 soatlik monitoring
- Elektrokardiografiya (EKG)
- Yurak UTT
- Laborator tekshiruvlar (qon, siydik)
- To'g'ri tashxis qo'yish davolash samaradorligini oshiradi.

### **DAVOLASH TAMOYILLARI**

Arterial gipertenziyani davolashning asosiy maqsadi — arterial qon bosimini me'yorga keltirish, nishon a'zolar (yurak, miya, buyrak)ni himoya qilish va yurak-qon tomir asoratlari xavfini kamaytirishdan iborat.

Davolash ikki asosiy yo'nalishda olib boriladi: nomedikamentoz va medikamentoz terapiya.

#### **1. Nomedikamentoz davolash**

Bu barcha bemorlarga tavsiya etiladi va davolashning muhim bosqichi hisoblanadi:

- Tuz iste'molini cheklash (kuniga 5 grammdan kam)
- Tana vaznini normallashtirish (BMI 18,5–24,9 oralig'ida)
- Jismoniy faollikni oshirish (haftasiga kamida 150 daqiqa o'rtacha yuklama)
- Sog'lom ovqatlanish (sabzavot, meva, tolaga boy mahsulotlar)
- Chekishni to'liq tashlash
- Spirtli ichimliklarni cheklash
- Stressni boshqarish (psixologik relaksatsiya, uyqu gigiyenasi)
- Ushbu choralar ayrim bemorlarda dori vositalarisiz ham qon bosimini pasaytirishi mumkin.

#### **2. Medikamentoz davolash**

Agar qon bosimi yuqori bo'lib qolsa yoki xavf darajasi yuqori bo'lsa, dori terapiyasi qo'llaniladi.

Asosiy dori guruhlari:

1. ACE ingibitorlari (enalapril, lisinopril) RAAS tizimini bloklaydi, Yurak va buyrakni himoya qiladi

2. Angiotenzin II retseptor blokatorlari (losartan, valsartan) Tomirlarni kengaytiradi, Yon ta'siri kamroq

3. Beta-blokatorlar (bisoprolol, metoprolol) Yurak urishini sekinlashtiradi, Yurak yuklamasini kamaytiradi

4. Kaltsiy antagonistlari (amlodipin) Tomirlarni kengaytiradi, Periferik qarshilikni kamaytiradi

5. Diuretiklar (gidroxlorotiazid) Ortiqcha suyuqlikni chiqaradi, Qon bosimini pasaytiradi

Kombinatsion terapiya

Ko'p hollarda bitta dori yetarli bo'lmaydi. Shuning uchun:

2 yoki undan ortiq dori kombinatsiyasi qo'llaniladi

Masalan: ACE ingibitor + diuretik

Bu usul samaradorlikni oshiradi va yon ta'sirlarni kamaytiradi

Individual yondashuv

Har bir bemor uchun davolash alohida tanlanadi:

Yosh

Hamroh kasalliklar (diabet, buyrak kasalliklari)

Gipertenziya darajasi

Davolash davomida bemor doimiy nazoratda bo'lishi zarur.

#### **ASORATLAR**

- Arterial gipertenziya davolanmasa, quyidagi og'ir asoratlarga olib keladi:
- Miokard infarkti
- Insult
- Yurak yetishmovchiligi
- Buyrak yetishmovchiligi
- Ko'rishning pasayishi

#### **PROFILAKTIKA**

- Sog'lom turmush tarzini olib borish
- Tuz iste'molini cheklash
- Jismoniy faollikni oshirish
- Stressni kamaytirish
- Qon bosimini muntazam nazorat qilish

#### **XULOSA**

Arterial gipertenziya zamonaviy tibbiyotda eng keng tarqalgan va ijtimoiy ahamiyatga ega kasalliklardan biri hisoblanadi. Ushbu kasallikning asosiy xavfi shundaki, u uzoq vaqt davomida klinik belgilersiz kechadi va bemor tomonidan e'tiborsiz qoldiriladi.

Kasallik rivojlanib borgani sari yurak, miya, buyrak va boshqa muhim a'zolarining zararlanishiga olib keladi. Natijada miokard infarkti, insult, yurak yetishmovchiligi kabi og'ir asoratlar yuzaga keladi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, arterial gipertenziyani erta aniqlash, xavf omillarini kamaytirish va kompleks davolash orqali ushbu asoratlarning oldini olish

mumkin. Ayniqsa, sog'lom turmush tarzini olib borish, to'g'ri ovqatlanish va jismoniy faollik kasallik rivojlanishining oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Zamonaviy tibbiyotda qo'llanilayotgan antihipertenziv dorilar qon bosimini samarali nazorat qilish imkonini beradi. Biroq davolashning muvaffaqiyati ko'p jihatdan bemorning o'ziga, uning intizomiga va shifokor tavsiyalariga rioya qilishiga bog'liq.

Shunday qilib, arterial gipertenziya ustidan samarali nazorat o'rnatish uchun quyidagi omillar muhim hisoblanadi:

- erta tashxis
- individual yondashuv
- kompleks davolash
- doimiy monitoring

Ushbu yondashuvlar orqali bemorlarning hayot sifati yaxshilanadi va umr davomiyligi uzayadi

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Harrison's Principles of Internal Medicine
2. WHO Hypertension Guidelines
3. ESC/ESH tavsiyalari
4. O'zbekiston SSV klinik protokollari
5. Ichki kasalliklar darsligi