

GERONTOLOGIYADA HAMSHIRALIK ISHI: KEKSA YOSHDAGI BEMORLARGA HAMSHIRALIK PARVARISHINING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

Qosimova Ayshaxonim Alisherovna

*Buxoro Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoa salomatligi texnikumi "Hamshiralik ishi"
fan kafedrasi katta o'qituvchisi*

Annotatsiya: *Maqolada gerontologiyada hamshiralik ishining o'rni, keksa yoshdagi bemorlarda uchraydigan fiziologik va psixologik o'zgarishlar hamda ularga ko'rsatiladigan hamshiralik parvarishining zamonaviy tamoyillari tahlil qilingan. Keksalar salomatligini saqlash, surunkali kasalliklarni nazorat qilish, hayot sifatini yaxshilash va faol qarishni qo'llab-quvvatlashda hamshiralik xizmatining ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, gerontologik yordamni takomillashtirishning istiqbolli yo'nalishlari ko'rib chiqilgan.*

Kalit so'zlar: *gerontologiya, geriatriya, hamshiralik ishi, keksa yoshdagi bemorlar, parvarish, faol qarish, surunkali kasalliklar.*

Аннотация: *В статье рассмотрены современные аспекты сестринского дела в геронтологии. Проанализированы физиологические и психологические особенности пожилых пациентов, роль медицинской сестры в профилактике заболеваний, реабилитации и улучшении качества жизни лиц пожилого возраста. Освещены перспективы развития геронтологической помощи.*

Ключевые слова: *геронтология, geriatria, сестринское дело, пожилые пациенты, уход, активное старение.*

Abstract: *The article discusses the role of nursing in gerontology and modern approaches to caring for elderly patients. Physiological and psychological changes associated with aging, methods of nursing care, prevention of chronic diseases, rehabilitation, and support for active aging are analyzed. The importance of improving gerontological nursing services is emphasized.*

Keywords: *gerontology, geriatrics, nursing, elderly patients, care, active aging, chronic diseases.*

KIRISH

Aholining qarishi bugungi kunda dunyo sog'liqni saqlash tizimlari oldida turgan muhim demografik va ijtimoiy muammolardan biridir.

Tibbiyotning rivojlanishi, yashash sharoitlarining yaxshilanishi hamda profilaktik tadbirlarning keng qo'llanilishi natijasida inson umr davomiyligi sezilarli darajada oshmoqda.

Bu esa keksa yoshdagi aholi sonining ortishiga olib kelmoqda.

Gerontologiya qarish jarayonining biologik, tibbiy, psixologik va ijtimoiy jihatlarini o'rganadigan fan hisoblanadi.

Geriatrya esa keksa yoshdagi insonlarda kasalliklarning kechishi, diagnostikasi, davolash va profilaktikasi bilan shug'ullanadi. Hamshiralik ishi geriatrya xizmatining ajralmas qismi bo'lib, keksa yoshdagi bemorlarga kompleks va sifatli yordam ko'rsatishda muhim o'rin egallaydi.

Bugungi kunda keksa yoshdagi bemorlarning aksariyatida bir vaqtning o'zida bir nechta surunkali kasalliklar mavjud bo'lib, ular doimiy kuzatuv va malakali parvarishni talab qiladi.

Shu sababli gerontologik hamshiralik xizmatlarini rivojlantirish dolzarb masala hisoblanadi.

Tadqiqot maqsadi.

Gerontologiyada hamshiralik ishining o'ziga xos xususiyatlarini o'rganish, keksa yoshdagi bemorlarga ko'rsatiladigan hamshiralik parvarishining zamonaviy tamoyillarini tahlil qilish va ularni takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot materiallari va usullari.

Tadqiqot davomida gerontologiya va geriatryaga oid ilmiy adabiyotlar, xalqaro tavsiyalar hamda zamonaviy ilmiy maqolalar tahlil qilindi.

Ma'lumotlarni umumlashtirish, qiyosiy tahlil va tizimlashtirish usullaridan foydalanildi.

Asosiy qism. Keksalik davrining fiziologik xususiyatlari

Qarish organizmning barcha tizimlarida ma'lum darajadagi funksional o'zgarishlarni yuzaga keltiradi.

Ushbu o'zgarishlar organizmning tashqi muhit omillariga moslashuvchanligini kamaytiradi va kasalliklar rivojlanish xavfini oshiradi.

Keksalarda quyidagi o'zgarishlar kuzatiladi:

yurak mushagi qisqarish kuchining pasayishi;

qon tomirlar elastikligining kamayishi;

o'pkaning hayotiy sig'imining qisqarishi;

mushak va suyak massasining kamayishi;

moddalar almashinuvi jarayonlarining sekinlashishi;

immun tizimi faolligining pasayishi;

ko'rish va eshitish qobiliyatining susayishi.

Mazkur o'zgarishlar arterial gipertenziya, yurak ishemik kasalligi, qandli diabet, osteoporoz va demensiya kabi kasalliklarning rivojlanishiga zamin yaratadi.

Keksalarda uchraydigan psixologik muammolar

Qarilik davrida insonning ruhiy holatida ham muhim o'zgarishlar yuz beradi.

Nafaqaga chiqish, yaqin insonlarning yo'qotilishi, jismoniy faollikning cheklanishi va ijtimoiy aloqalarning kamayishi ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Eng ko'p uchraydigan muammolar:

- depressiya;
- xavotirlanish;
- yolg'izlik hissi;

xotira pasayishi;
demensiya;
uyqu buzilishlari.

Hamshira bemorning psixoemotsional holatini muntazam baholashi, zarur hollarda psixolog yoki shifokor bilan hamkorlikda ish olib borishi lozim.

Gerontologiyada hamshiraning roli.

Gerontologik hamshiralikning asosiy maqsadi keksa yoshdagi insonlarning sog'lig'ini saqlash, mustaqilligini qo'llab-quvvatlash va hayot sifatini yaxshilashdan iborat.

Hamshiraning vazifalari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. Bemor holatini baholash

arterial qon bosimini o'lchash;
tana haroratini nazorat qilish;
puls va nafas sonini aniqlash;
ovqatlanish holatini baholash;
harakatlanish imkoniyatlarini aniqlash.

2. Surunkali kasalliklarni nazorat qilish

Keksalarda ko'pincha quyidagi kasalliklar uchraydi:

arterial gipertenziya;
qandli diabet;
yurak yetishmovchiligi;
bronxial astma;
osteoporoz.

Hamshira bemor tomonidan dori vositalarining o'z vaqtida qabul qilinishini nazorat qiladi hamda davolash rejimiga rioya etilishiga ko'maklashadi.

3. Yiqilishlarning oldini olish

Yiqilishlar keksalarda nogironlik va o'limning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi.

Profilaktika choralari:

- xonani yaxshi yoritish;
- sirpanadigan gilamlarni olib tashlash;
- qo'l ushlagichlar o'rnatish;
- qulay poyabzal tavsiya etish;
- muvozanat mashqlarini bajarish.

4. Yotoq yaralarining profilaktikasi

Uzoq muddat yotib qolgan bemorlarda yotoq yaralari rivojlanishi mumkin.

Profilaktik tadbirlar:

- har 2 soatda tana holatini o'zgartirish;
- teri gigiyenasiga rioya qilish;
- maxsus matraslardan foydalanish;
- oqsilga boy ovqatlanishni ta'minlash.

5. Psixologik yordam ko'rsatish

Hamshira bemor bilan samimiy muloqot o'rnatishi, uni tinglashi va ruhiy qo'llab-quvvatlashi lozim.

Bu bemorning davolanishga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi.

Zamonaviy gerontologik hamshiralik quyidagi tamoyillarga asoslanadi:

Individual yondashuv

Har bir bemorning yoshi, kasalligi, funksional holati va ijtimoiy sharoiti hisobga olinadi.

Multidissiplinar hamkorlik

Hamshira shifokor, psixolog, reabilitolog va ijtimoiy xodimlar bilan hamkorlikda faoliyat yuritadi.

Tadqiqot natijalari va muhokama

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, sifatli hamshiralik parvarishi:

kasallik asoratlarni kamaytiradi;

qayta shifoxonaga yotqizilish holatlarini qisqartiradi;

yotoq yaralari rivojlanishini oldini oladi;

bemorlarning mustaqilligini saqlaydi;

hayot sifatini yaxshilaydi.

Gerontologik yordamning samaradorligi ko'p jihatdan hamshiralarning malakasi, kommunikativ ko'nikmalari va kasbiy tayyorgarligiga bog'liq.

Xulosa.

Gerontologiyada hamshiralik ishi zamonaviy tibbiyotning muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Keksa yoshdagi bemorlarga sifatli hamshiralik parvarishini tashkil etish kasalliklarning oldini olish, asoratlarni kamaytirish va hayot sifatini yaxshilash imkonini beradi.

Hamshiralarning gerontologiya sohasidagi bilim va ko'nikmalarini takomillashtirish, uy sharoitidagi patronaj xizmatlarini kengaytirish hamda faol qarish dasturlarini rivojlantirish keksalar salomatligini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ilmiy yangilik.

Gerontologik hamshiralik xizmatlarini rivojlantirishda individual yondashuv, faol qarish konsepsiyasi va multidissiplinar hamkorlikning ahamiyati asoslab berildi hamda keksa yoshdagi bemorlarga ko'rsatiladigan hamshiralik parvarishini takomillashtirish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi.

Amaliy ahamiyati.

Maqola materiallaridan tibbiyot oliygohlari talabalari, hamshiralar, oilaviy poliklinika xodimlari va geriatriya bo'limlari mutaxassislari o'quv-uslubiy manba sifatida foydalanishlari mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. World Health Organization. Decade of Healthy Ageing 2021–2030.
2. Brocklehurst's Textbook of Geriatric Medicine and Gerontology.
3. International Council of Nurses. Nursing Care of Older People.
4. American Geriatrics Society. Clinical Practice Guidelines.
5. Ministry of Health of the Republic of Uzbekistan. Geriatriya xizmatini rivojlantirish bo'yicha me'yoriy hujjatlar.
6. Kozier B., Erb G. Fundamentals of Nursing. Pearson Education.
7. Potter P.A., Perry A.G. Essentials of Nursing Practice.
8. Hazzard W.R. Principles of Geriatric Medicine and Gerontology.