

BOSH MIYA QON AYLANISHINIG O'TKIR BUZILISHI KASALLIGIDAN KEYINGI REABLITASIYA

Salomova Malika Faxriddinovna

G'iyosova Sevara Frunze qizi

Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoa salomatligi texnikumi

"Hamshiralik ishi" fan kafedrası o'qituvcilari

Annotasiya: *Insultdan keyingi reabilitatsiya — bu bemorning yo'qotilgan funksiyalarini tiklash va hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan kompleks jarayondir. 2025-yilgi tibbiy yondashuvlarga ko'ra, reabilitatsiya iloji boricha erta — bemorning holati barqarorlashganidan so'ng (odatda 48 soat ichida) boshlanishi tavsiya etiladi.*

Kalit so'zlar: *Insult, Ishemik insult, Gemorragik insult, Tranzitor ishemik hujum, Fizioterapiya, kineziterapiya, Ergoterapiya, Kognitiv va psixologik reabilitatsiya.*

Insult — bu bosh miyada qon aylanishining to'satdan buzilishi natijasida miya to'qimalarining shikastlanishidir. Bu holatda kislorod va ozuqa moddalari yetishmasligi sababli miya hujayralari bir necha daqiqa ichida nobud bo'lishni boshlaydi

Asosiy turlari:

1. Ishemik insult (87% holatlarda): Miya qon tomirining tiqilib qolishi (tromb yoki ateroskleroz) natijasida yuzaga keladi.

2. Gemorragik insult: Miya qon tomirining yorilishi va miya to'qimasiga qon quyilishi natijasida yuzaga keladi.

3. Tranzitor ishemik hujum (TIH): "Kichik insult" deb ham ataladi, belgilari 24 soatdan kam davom etadi, ammo u jiddiy insultdan ogohlantiruvchi belgi hisoblanadi.

2025-yilda insultni tez aniqlash uchun FAST (Face, Arm, Speech, Time) usuli tavsiya etiladi:

- F (Face - Yuz): Yuzning bir tomoni qiyshayishi yoki uyushib qolishi.
- A (Arm - Qo'l): Bir qo'lning kuchsizlanishi yoki harakatlanmay qolishi.
- S (Speech - Nutq): Nutqning duduqlanishi yoki tushunarsiz bo'lib qolishi.
- T (Time - Vaqt): Bu belgilar kuzatilganda darhol tez yordam chaqirish zarur ("Har bir daqiqa muhim" - 2025-yilgi Butunjahon insult kuni shiori).

Xavf omillari:

- Yuqori qon bosimi (eng asosiy sabab);
- Qandli diabet va yuqori xolesterin;
- Zararli odatlar (chekish, spirtli ichimliklar);
- Yurak-qon tomir kasalliklari.

Insult dunyoda o'lim sabablari orasida uchinchi o'rinda turadi, shuning uchun belgilarni erta aniqlash va darhol tibbiy yordam ko'rsatish hayotni saqlab qolish va asoratlarni kamaytirishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Insultdan keyingi reabilitatsiya bemorning yo'qotilgan funksiyalarini tiklash va hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan kompleks jarayondir. 2025-yilgi tibbiy yondashuvlarga ko'ra, reabilitatsiya iloji boricha erta — bemorning holati barqarorlashganidan so'ng (odatda 48 soat ichida) boshlanishi tavsiya etiladi

Reabilitatsiyaning asosiy yo'nalishlari:

- Fizioterapiya va kineziterapiya: Harakatlanish qobiliyatini tiklash, mushaklar kuchini oshirish va muvozanatni saqlashga yordam beradi. Bunga terapevtik uqalash (massaj) va maxsus jismoniy mashqlar kiradi.

- Ergoterapiya (Occupational therapy): Kundalik hayotiy ko'nikmalarni (ovqatlanish, kiyinish, shaxsiy gigiyena) qayta o'rganishga qaratilgan.

- Logopedik yordam: Nutq nuqsonlarini bartaraf etish va yutish funksiyasini tiklash uchun xizmat qiladi.

- Kognitiv va psixologik reabilitatsiya: Xotira, diqqat va fikrlash qobiliyatini tiklash, shuningdek, depressiya va xavotirni kamaytirish uchun psixomotor terapiya qo'llaniladi.

Zamonaviy usullar:

- Apparatli muolajalar: Yuqori tonli terapiya, magnit terapiyasi, ultratovush va zarba-to'lqin terapiyasi.

Muhim tavsiyalar:

- Davomiylik: Reabilitatsiya haftasiga kamida 5 kun, kuniga kamida 3 soat davom etishi samarali hisoblanadi.

- Parvarish: Uy sharoitida bemorni doimiy kuzatish, fiziologik ehtiyojlarini ta'minlash va takroriy insultning oldini olish choralari (qon bosimini nazorat qilish) o'ta muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mamedova, G. B. *Primeneniye kompyuternix texnologiy v rabote medsester*
2. Qodirxon Inomov “Hamshiralik ishi asoslari” Toshkent – 2007 yil.
3. F.SH. Baxadirova “Reabilitatsiya, massaj va mexnat bilan davolash”, Toshkent - 2010 yil.
4. K.E.Ulxo'jaeva, B.T.Xudoyberganova “Fizioterapiya va tibbiy reabilitatsiya” Toshkent -2004 yil.
5. G.O.Xaydarov “Ichki kasalliklar” Toshkent - 2002 yil.