

BUYRAK TOSH KASALLIGI: SABABLARI, OQIBATLARI VA OLDINI OLISH MUAMMOLARI.

Xolmirzayeva Maftuna Jaloldin qizi.

*Andijon viloyati Paxtaobod tuman Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat
salomatligi tehnikumi o'qtuvchisi*

Annotatsiya: Buyrak tosh kasalligi (nephrolitiaz) hozirgi kunda dunyo miqyosida keng tarqalgan va sog'liqni saqlash tizimi uchun muhim muammolardan biri hisoblanadi. Kasallikning kelib chiqishida noto'g'ri ovqatlanish, suyuqlik yetishmasligi, metabolik buzilishlar hamda zamonaviy turmush tarzi muhim rol o'ynaydi. Ushbu maqolada buyrak tosh kasalligining zamonaviy jamiyatdagi dolzarbligi, asosiy xavf omillari, ijtimoiy-iqtisodiy oqibatlari va profilaktika masalalari ilmiy asosda tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: buyrak tosh kasalligi, nefrolitiaz, metabolik buzilishlar, profilaktika, sog'lom turmush tarzi.

Аннотация: Мочекаменная болезнь (нефролитиаз) в настоящее время широко распространена во всём мире и является одной из актуальных проблем системы здравоохранения. В развитии заболевания важную роль играют неправильное питание, недостаточное потребление жидкости, метаболические нарушения, а также современный образ жизни. В данной статье на научной основе анализируются актуальность мочекаменной болезни в современном обществе, основные факторы риска, её социально-экономические последствия и вопросы профилактики.

Ключевые слова: мочекаменная болезнь, нефролитиаз, метаболические нарушения, профилактика, здоровый образ жизни.

Abstract: Kidney stone disease (nephrolithiasis) is currently widespread worldwide and represents one of the significant challenges for healthcare systems. Improper nutrition, insufficient fluid intake, metabolic disorders, and modern lifestyle factors play an important role in the development of this disease. This article provides a scientific analysis of the relevance of kidney stone disease in contemporary society, its main risk factors, socio-economic consequences, and preventive measures.

Keywords: kidney stone disease, nephrolithiasis, metabolic disorders, prevention, healthy lifestyle.

Buyrak tosh kasalligi: sabablari, oqibatlari va oldini olish muammolari.

Buyrak tosh kasalligi qadimdan ma'lum bo'lgan kasalliklardan biri bo'lsa-da, so'nggi yillarda uning uchrash darajasi sezilarli darajada ortib bormoqda. Siydik yo'llari tosh kasalligi insoniyat tarixida qadimdan mavjud. Hatto Misr mumiyalarida ham siydik pufagi va buyrak toshlari topilgan. Eng qadimgi tibbiy manbalarda bu kasallikni davolash usullari tasvirlangan. Gippokrat siydik pufagi toshlarining belgilari haqida yozgan, "Gippokrat qasamyodi"da esa "toshni kesib olish"dan ogohlantirilgan. Ilgari asosan o'rta va katta yoshdagi insonlarda

kuzatilgan ushbu kasallik bugungi kunda yoshlar orasida ham keng tarqalmoqda. Bu holat zamonaviy hayot tarzi, ovqatlanish madaniyatining buzilishi, jismoniy faollikning kamayishi va ekologik omillar bilan chambarchas bog'liq. Zamonaviy tibbiyot buyrak tosh kasalligini aniqlash va davolashda samarali usullarga ega bo'lsa-da, kasallikning tez-tez qaytalanishi va asoratlar bilan kechishi uni dolzarb muammo sifatida saqlab qolmoqda. Shu sababli mazkur kasallikni nafaqat davolash, balki uning oldini olish masalalari ham alohida e'tiborni talab etadi.

Buyrak toshlari yoki buyrak toshlari buyrak yoki siydik yo'llarida qattiq, kristalli mineral materialning shakllanishiga ishora qiladi. Toshlarning joylashishiga qarab, holat yana shunday deb ataladi:

Nefrolitiaz - buyrakda toshlar mavjud.

Urolitioz - toshlar siydik pufagida yoki siydik yo'llarida mavjud.

Utererolitioz - toshlar siydik chiqarish kanallarida joylashgan.

Bugungi kunda buyrak tosh kasalligi mehnatga layoqatli aholi orasida ko'p uchrab, jamiyatning ijtimoiy va iqtisodiy rivojiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. O'tkir buyrak sanchig'i bilan kechadigan xurujlar bemorning ish faoliyatini vaqtincha to'xtatib qo'yadi, tibbiy xizmatga tez-tez murojaat qilishga majbur etadi. Eng muhim muammolardan biri — kasallikning dastlabki bosqichlarda deyarli belgisiz kechishidir. Natijada bemorlar kech murojaat qiladi va kasallik og'ir asoratlar bilan aniqlanadi. Bu esa davolash jarayonini murakkablashtiradi va sog'liqni saqlash tizimi zimmasiga qo'shimcha yuk yuklaydi.

Siydik yo'llari tosh kasalligi ikki asosiy mexanizm bilan bog'liq:

Siydikning tosh hosil qiluvchi moddalar (kalsiy, oksalat, siydik kislotasi) bilan to'yinish darajasining oshishi.

Buyrak so'rg'ichida (papillada) kalsiy fosfat yadrosi atrofida tosh moddasining cho'kishi (Randall blyashkalari).

Buyrak tosh kasalligining asosiy xavf omillari:

- Noto'g'ri ovqatlanish;
- Metabolik va irsiy omillar;
- Kam harakatlilik;
- Kam harakatlilik.

Zamonaviy ovqatlanish ratsionida tuz, hayvon oqsili va tez tayyorlanadigan mahsulotlarning ko'pligi siydik tarkibida tosh hosil qiluvchi moddalarning ortishiga sabab bo'ladi. Ayniqsa, me'yoridan ortiq tuz iste'moli kalsiy ajralishini kuchaytiradi. Yetarli miqdorda suv ichmaslik siydikning quyuqlashuviga olib keladi. Bu holat buyrakda kristallar hosil bo'lishi va ularning toshga aylanishi uchun qulay sharoit yaratadi. Ba'zi insonlarda irsiy metabolik buzilishlar tufayli buyrak toshlari qayta-qayta hosil bo'ladi. Giperkarlsiyuriya, giperoksaluriya va gipotsitraturiya kabi holatlar kasallik rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Harakatsiz turmush tarzi metabolik jarayonlarni sekinlashtiradi va mineral almashinuvini buzadi. Natijada buyrak toshlari hosil bo'lish xavfi ortadi.

Buyrak tosh kasalligi sog'liqni saqlash tizimi uchun katta moliyaviy xarajatlarni talab qiladi. Diagnostika, davolash, jarrohlik aralashuvlari va rehabilitatsiya bilan bog'liq xarajatlar bilan bir qatorda, vaqtincha mehnatga layoqatsizlik jamiyat uchun bilvosita iqtisodiy zarar

keltiradi. Bundan tashqari, kasallikning qaytalanishi bemorning hayot sifatini pasaytiradi, doimiy stress va ruhiy tushkunlikka olib kelishi mumkin.

Buyrak tosh kasalligi sog'liqni saqlash tizimi uchun katta moliyaviy xarajatlarni talab qiladi. Diagnostika, davolash, jarrohlik aralashuvlari va rehabilitatsiya bilan bog'liq xarajatlar bilan bir qatorda, vaqtincha mehnatga layoqatsizlik jamiyat uchun bilvosita iqtisodiy zarar keltiradi.

Bundan tashqari, kasallikning qaytalanishi bemorning hayot sifatini pasaytiradi, doimiy stress va ruhiy tushkunlikka olib kelishi mumkin

Profilaktika va oldini olish masalalari:

Ilmiy tadqiqotlar buyrak tosh kasalligini oldini olish mumkinligini isbotlagan. Kun davomida yetarli miqdorda suyuqlik ichish, muvozanatli ovqatlanish, jismoniy faollikni oshirish va xavf guruhidagi shaxslarni muntazam tibbiy ko'rikdan o'tkazish kasallikning oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Aholining tibbiy savodxonligini oshirish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish buyrak tosh kasalligi bilan kurashishda asosiy yo'nalishlardan biri bo'lishi lozim.

Buyrak tosh kasalligi zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan va jiddiy oqibatlariga olib keluvchi kasalliklardan biridir. Uning rivojlanishi ko'plab hollarda insonning hayot tarzi va ovqatlanish madaniyati bilan bog'liq. Shu sababli kasallikni samarali nazorat qilish uchun davolash bilan bir qatorda keng qamrovli profilaktika choralari amalga oshirish zarur.

Buyrak tosh kasalligining klinik kechishi ko'pincha turli xil bezovta qiluvchi belgilar va alomatlar bilan namoyon bo'ladi. Xususan, tana haroratining ko'tarilishi va ko'ngil aynishi bilan birga kechadigan kuchli og'riq sindromi, siydikda qon (gematuriya) aniqlanishi hamda siydik chiqarish jarayonining qiyinlashuvi ushbu kasallikning og'ir kechayotganidan dalolat beruvchi muhim klinik belgilar hisoblanadi. Bunday holatlarda bemorning o'z vaqtida nefrolog shifokorga murojaat qilishi kasallik asoratlarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Buyrakdagi toshlarni davolash va ularning chiqarilishiga ko'maklashishda konservativ yondashuvlar muhim o'rin tutadi. Avvalo, bemor tomonidan yetarli miqdorda suyuqlik, ayniqsa toza ichimlik suvi iste'mol qilinishi siydik hajmini oshirib, toshlarning tabiiy yo'l bilan chiqib ketishiga yordam beradi. Og'riqni kamaytirish maqsadida shifokor nazorati ostida retseptsiz og'riq qoldiruvchi vositalardan foydalanish mumkin. Shuningdek, ayrim tadqiqotlarda yashil choy va klyukva sharbati tarkibidagi biologik faol moddalar siydik yo'llarida yallig'lanishni kamaytirishi hamda tosh hosil bo'lish xavfini pasaytirishi qayd etilgan. Biroq ushbu vositalarni qo'llash individual holatga qarab baholanishi va mutaxassis tavsiyasi asosida amalga oshirilishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Ismoilov Sh.I., Qodirov A.Q. Ichki kasalliklar: darslik. — Toshkent: O'zbekiston, 2018.
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Buyrak va siydik yo'llari kasalliklarini tashxislash va davolash bo'yicha klinik tavsiyalar. — Toshkent, 2021
3. Manba: med24.uz <https://share.google/qBtTRsiOxkM5ccWsG>