

HARBIY XIZMATCHILARDA QURUQ KO'Z SINDROMINING ETIOLOGIYASI, DIAGNOSTIKA VA PROFILAKTIKASI

Azimov Sodiq Sayitovich

European Medical University, Yevropa tibbiyot universiteti assistenti

Baratov Umid Mirzayevich

European Medical University, Yevropa tibbiyot universiteti

davolash fakulteti 5-kurs talabasi

Annotatsiya: *Quruq ko'z sindromi keng tarqalgan kasallik bo'lib, ko'z yoshi suyuqligining tez qurishi bilan tavsiflanadi. Ko'z yoshi sifati va miqdorining pasayishi tufayli shox pardaning yuzasi yaxshi namlanmaydi, natijada mikro yoriqlar va yaralar paydo bo'ladi. Kasallik ko'rish o'tkirligining keskin pasayishiga olib keladi, shuning uchun davolanishni talab qiladi. Ushbu maqolada harbiylarda quruq ko'z sindromining kelib chiqishi sabablari, profilaktika va yechimlari hamda qonun qoidaga amal qilgan holda yo'l tutishlari aytib o'tilgan.*

Kalit so'zlar: *harbiy xizmatchi, ko'z sindromi, profilaktika, statistik va klinik tekshiruv, tavsiyalar, vitaminlar.*

ЭТИОЛОГИЯ, ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА СУХОГО ГЛАЗА У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Азимов Садик Сайитович

Ассистент Европейского медицинского университета

Баратов Умид Мирзаевич

Европейский медицинский университет, студент

5-го курса лечебного факультета

Аннотация: *Синдром сухого глаза-распространенное заболевание, характеризующееся быстрым высыханием слезной жидкости. Из-за снижения качества и количества слез поверхность роговицы плохо увлажняется, что приводит к появлению микротрещин и ран. Заболевание вызывает резкое снижение остроты зрения, поэтому требует лечения. В этой статье рассказывается о причинах, профилактике и решениях синдрома сухого глаза у военных, а также о том, как действовать в соответствии с законом.*

Ключевые слова: *военнослужащий, глазной синдром, профилактика, статистическое и клиническое обследование, рекомендации, витамины.*

Mavzuning dolzarbligi

“Quruq ko'z” sindromi - shox parda va konyunktivaning yallig'lanishi sifatida namoyon bo'ladigan oftalmologik patologiyadir. Quruq ko'z sindromi ko'z kasalliklari orasida tobora yosharib borayotgan kasalliklardan biri hisoblanadi. Ko'zlar doimiy

ravishda ko'z yosh ishlab chiqaradi va bu yoshlar ko'z yuzasini namlantirib turish vazifasini bajaradi. Ko'z qurishi kasalligiga chalingan insonlarda esa yetarlicha ko'z yosh ishlab chiqarilmaydi yoki ko'z yoshlar ko'z yuzasini namlantirishga ulgurmay bug'lanib ketadi. Ba'zilarida har ikkisi ham kuzatiladi. Ko'z yosh ishlab chiqarish tizimida biror qism yaxshi ishlamas ham, shunday muammo kuzatiladi. Natijada ko'zlar yorug'likga sezuvchan bo'ladi, quruq va begona yot jism tushganlik hissi hamda qadalayotgandek bo'laveradi.

Ko'z qurishi kasalligi oftalmologlar tomonidan eng ko'p uchraydigan kasalliklardan biri sifatida e'tirof etiladi. Ko'z qurishi natijasida ko'z yuzasida quruqlik va yallig'lanish kuzatiladi. Bunga turli kasalliklar, insonning tibbiy holati va atrof-muhit ham ta'sir ko'rsatishi mumkin. Issiq, quruq, shamolli, tutunli yoki sovuq havo ham ko'z quruqlashishiga sabab bo'lishi mumkin. Shuningdek, kompyuter yoki boshqa elektron texnikalarga uzoq muddat doimiy tikilib o'tirish ham quruq ko'z sindromiga olib keladi.

Maqsad

O'zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlarida, ayniqsa og'ir iqlim sharoitlarida xizmat olib borayotgan harbiy xizmatchilarda quruq ko'z sindromini erta aniqlash va xavf omillarini o'rganish hamda samarali profilaktika chora-tadbirlarini tashkil etish. «Quruq ko'z» sindromini funksional diagnostik usuli - Shirmer sinamasi yordamida baholash.

Bunga ko'ra bir qancha profilaktika uchun vazifalar ishlab chiqilgan.

- O'zbekistonning turli iqlim zonalarida quruq ko'z sindromining paydo bo'lishiga iqlim ta'sirini va xavf omillarini o'rganish.
- Og'ir iqlim sharoitlarida xizmat olib borayotgan harbiy xizmatchilarda quruq ko'z sindromini xizmat turi va xizmat sharoitlari bilan bog'liqligini o'rganish hamda amaliy profilaktika chora tadbirlarini ishlab chiqish.
- Ambulatoriya sharoitida skrining diagnostikasi uchun quruq ko'z sindromi bor bemorlarda tekshirish usulini ishlab chiqish.

Quruq iqlim sharoitidagi harbiy xizmatchilarda quruq ko'z sindromining klinik va diagnostik mezonlari, davolash va profilaktik chora tadbirlarini ishlab chiqish hamda samarasini oshirish.

1-Rasm Quruq ko'z sindromining belgilari.



Quruq iqlim sharoitlari - quyosh nuri hamda shamolli ob-havoli sharoitlar, qum va changning haddan tashqari ta'siri, quruq ko'z sindromini rivojlanish xavfini oshiradi. O'zbekiston Respublikasining issiq iqlim sharoitidagi Surxondaryo, Qashqadaryo, Navoiy, Buxoro viloyatlarida va Qoraqolpog'iston Respublikasi hududlarida xizmat olib borayotgan harbiy xizmatchilarda quruq ko'z sindromi rivojlanish ko'rsatkichlari yuqori, chunki issiqlik harorati boshqa hududlarga qaraganda yuqori bo'lib hisoblanadi. Doimiy issiq, shamolli, chang ob-havo sharoitida xizmat olib borishadi va doimiy ta'sir bo'lganligi sababli ko'z yoshlar ko'z yuzasini namlantirishga ulgurmay bug'lanib ketadi. Buning natijasida harbiy xizmatchilarda ko'z bilan bog'liq bo'lgan shikoyatlar paydo bo'la boshlaydi ya'ni ko'zlarda doimiy quruqlik, qum yoki yot jism tushganligi sezgisi, qadalish hissi, ko'zning doimiy qizarishi achishishi kuzatiladi. Buning natijasida harbiy xizmatchilarda xizmat majburiyatlarini bajarishda kunduzgi va tungi xizmat o'tashda, hamda harbiy dala-o'quv mashg'ulotlarini bajarishda ko'rish bilan bog'liq bo'lgan zararli ta'sirini ko'rsatadi. Harbiy xizmatchilarning salomatligini saqlash va jangovar shayligini mustahkamlash maqsadida quruq ko'z sindromini erta aniqlash va xavf omillarini o'rganish hamda samarali profilaktikasini o'tkazish muhim hisoblanadi.

Shirmer sinamasi yordamida ko'zni yuvib turuvchi suyuqlik hajmini aniqlab olish mumkin. Bu sinama kasallikning og'irlik darajasini aniqlashda qo'l keladi. Bunda 5 daqiqalik tekshiruv o'tkaziladi (anesteziya bilan yoki anesteziyasiz), filtrlovchi qog'ozdan foydalaniladi. Ushbu qog'ozning qalinligi (Vatman № 41) 5 mm va uzunligi 35 mm bo'ladi. 5 mm dan kam ko'rsatkichdagi namlanish quruq ko'z sindromidan dalolat beradi. Shirmer I sinamasi yordamida namlik hajmini aniqlashning imkoni bo'lmasa, Shirmer II sinamasi o'tkaziladi. Bunda burun teshiklari orqali ko'z yoshi bezi qo'zg'atilib, filtrli qog'oz (Vatman № 41) yordamida yosh ajralib chiqish darajasi o'rganiladi. Bu sinama uchun 15 mm dan kam namlik quruq ko'z sindromidan darak beradi.

Tekshirish materiali va usullari. Oldimizga qo'yilgan maqsadni amalga oshirish uchun 15 nafar blefarokonyunktivit sababli rivojlangan «quruq ko'z» sindromi bilan og'rigan bemorlar tekshirildi. Ilmiy tadqiqot materiallari Mudofaa vazirligi Markaziy harbiy klinik gospitali ambulator poliklinikasining oftalmologiya xonasida yig'ildi. Hamma bemorlar asosiy oftalmologik tekshiruvlar – anamnez so'rab-surishtiruv, viziometriya, perimetriya, oftalmoskopiya, biomikroskopiya va qo'shimcha oftalmologik tekshiruvlardan Shirmer sinamasi usullari qo'llanildi. Hamma bemorlarga standart kompleks davo buyurildi.

Natijalar

Bemorlarda kompleks davodan 10 kun keyin o'tkazilgan tekshiruvlarga ko'ra: «quruq ko'z» bilan bog'liq shikoyatlarning kamayishi 8 nafarida (41,8%), shikoyatlarning yo'qolishi 7 nafarida (58,2%) kuzatildi. Viziometriya, perimetriya natijalari davodan oldingi ko'rsatkichlar bilan bir xil. Shirmer sinamasi (normada > 15 mm/5 min) tahliliga ko'ra: bemorlarning 4 nafarida >15 mm (28,5%), 7 nafarida 10-15 mm (50%), 4 nafarida 5-10 mm (21,4%) natijalar kuzatildi. Bu sinama yordamida olingan natijalar harbiy xizmatchilarda «quruq ko'z» sindromining og'ir iqlim sharoitida

hamda dala-o`quv mashg`ulotlarida quyosh nuri hamda shamolli ob-havoli sharoitlar, qum va changning haddan tashqari ta`siri, quruq ko'z sindromini rivojlanish xavfini oshirish bilan bog`liqligi aniqlandi.

O`zbekiston Respublikasi Qurolli Kuchlari harbiy xizmatchilariga oftalmologik yordam ko`rsatish, kasalliklarni profilaktika qilish va davolash ishlarini to`g`ri tashkillashtirish orqali yordam ko`rsatiladi.

"Quruq ko'z" sindromini o`rganish harbiy xizmatchilarning hujjatlashtirilgan so'roviga asoslanib maxsus diagnostika testlari o'tkaziladi: Norn va Shirmer sinamalari, Meybografiya tekshirish usuli va boshqalar.

Harbiy gospitalga birlamchi oftalmologik davolanishga murojaat qilgan bemor harbiy xizmatchilar orasida quruq ko`z sindromining darajasi, sindromning kelib chiqishi bilan bog`liq bo`lgan xavf omillari o`rganiladi, quruq ko'z sindromi bilan murojaat etgan harbiy xizmatchilar statistik va klinik tekshiruv materiallari asosida natijalarni o`ziga xos o`zgarishlari tahlil qilinadi.

Vitaminlar va foydali ozuqalar

Quruq ko'z sindromida D, B12 va A vitaminlariga boy oziq-ovqatlarni iste`mol qilish tavsiya etiladi.

Tuxum sarig'i, dukkakli mahsulotlar, apelsin sharbati, sabzi, ismaloq, brokkoli va sariyog' kabi mahsulotlar D va A vitaminlariga boy manbalardir. Bundan tashqari, sardalya, qizil ikra, skumbriya, ismaloq, soya kabi omega-3 yog' kislotalariga boy mahsulotlarni ko`proq iste'mol qilish mumkin.[10]

Aloe.

Aloe ko'zlarga kasallikdan himoya qiladigan tabiiy antioksidantdir. Aloe jelini ko'z qovoqlariga surtish. Ushbu usul kuniga ikki marta qo`llanilishi kerak. [10]

Baliq va baliq yog'i

Baliq va baliq yog'i iste`mol qilish ham ko`z kasalliklarini oldini olishda samarali vositalardan biridir. [10]

Yodda saqlash !, quruq ko'z sindromining birinchi alomatlarida ham muammoni jiddiy qabul qilish va to'liq davolanishni amalga oshirish muhimdir. Agar kasallikning oxirgi bosqichiga o'tishga yo'l qo'yilsa, ko'rishning pasayishi ehtimoli sezilarli darajada oshadi.

Xulosa: O'tkazilgan tekshiruv natijalariga ko'ra Shirmer sinamasi «quruq ko'z» sindromini diagnostika qilishda qulay va obyektiv usul hisoblanadi va kasallikni kechishini dinamik kuzatuvda tavsiya qilinadi. Quruq ko'z sindromini paydo bo`lishining oldini olish uchun ko'zlarni quyosh nuri, chang va shamoldan himoyalovchi ko'z oynak taqish hamda kompyuter yoki boshqa biror elektron qurilma yonida muttasil ishlashga to`g`ri kelganda ko'zlarni tez-tez ochib-yumish mashqlarini bajarib turish. Kondisionerning havo oqimi ostida o'tirmaslik, eng ko'p vaqt sarflaydigan xonada havo tarkibini namlantirib turuvchi namlantirgichdan foydalanish. Ko'zni uzoq vaqt zo'riqishdan keyin vizual mashqlarni bajarish.

Ko'zlarda noqulaylik his qilinganda, oftalmologga murojaat qilish. Dam olish va ish tartibiga rioya qilish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO`YXATI:

1. <https://baltclinicvo.ru/chto-my-lechim/zabolevaniya/sindrom-sukhogo-glaza/>
 2. Steshenko Olga Nikolaevna// SVOYSTVA SLEZY I YeE PRODUKSIYa PRI ZABOLEVANIYaX SLEZNOY JELEZY// dissertatsii na soiskanie uchenoy stepeni kandidata meditsinskix nauk//Moskva-2014//C.11-12
 3. Matevosova Elina Arkadevna//VOZMOJNOSTI STIMULYATSII SEKRESII SLEZY U BOLNYX S GIPOLAKRIMIEI PRI SINDROME «SUXOGO» GLAZA.//dissertatsii na soiskanie uchenoy stepeni kandidata meditsinskix nauk//Moskva -2009/C.8-9
 4. Lusevich Ye.E., Safonova T.N., Labidi A., Tixomirova T.N., Matevosova E.A. Vozmojnosti stimulyatsii slezoproduksii.// V sb.: Sovremennyye metody diagnostiki i lecheniya zabolevaniy sleznyx organov.-M., 2005.-S.201-204.
 5. Avetisov S. E., Borodina N. V., Safonova T. N, Fedorov A. A., Lusevich Ye. E., Matevosova E. A., Malojen S. A. Vozmojnosti konfokalnoy mikroskopii v otsenke sostoyaniya rogovisy pri sindrome suxogo glaza. Vestnik oftalmologii.2009.-No1.-S.52-55.
 6. Matevosova E.A., Lusevich Ye.E., Safonova T.N. Sovremennyye metody lecheniya sindroma «suxogo» glaza. // Vestnik oftalmologii-2009.-T. 125, No 3.S. 55-59.
 7. Lusevich Ye.E., Labidi A., Matevosova E.A. Opyt primeneniya blefaroprotekturnoy terapii u patsientov s gipolakrimiey pri sindrome «suxogo glaza».// Refraktsionnaya xirurgiya i oftalmologiya-2009.-T.9.-No1.-S. 43^18
 8. Lusevich Ye.E., Safonova T.N., Labidi A., Matevosova E.A. Sposob lecheniya nedostatochnosti bazalnoy sekresii slezy. Patent RF 2340315.
 9. Lusevich Ye.E., Safonova T.N., Matevosova E.A.. Sposob lazerstimulyatsii slezoproduksii pri sindrome «suxogo» glaza. Polojitelnoe reshenie po zayavke na vydachu patenta na izobrenenie RU 2008114912
 10. Sh. Z. Qodirova, S. A. Saidov, J. O. Mirsultonov, R. R. Qo'chqorova. "QURUQ KO'Z" SINDROMI BILAN KECHUVCHI PATOLOGIYALARNING EKSPRESS DIAGNOSTIKASIDAGI IMKONIYATLAR: EKSPERIMENTAL SHARX. International Conference on Developments in Education-2024.
 11. Alieva, Aynura Etibarovna. Sindrom suxogo glaza v razlichnyx klimaticheskix zonax Moskva, 2015. - 139 s.
 12. Azamatova G.A., Aznabaev M.T., Gaysina G.Ya. Differentsialnyy podxod k diagnostike sindroma suxogo glaza v usloviyax ambulatorno – poliklinicheskogo priema (Obzor) // Saratov J.Med.Sci.Res. -2018. –Vol. 14. -№4. –P. 795-798.
- Mustaqil izlanuvchi S.S. Azimov