



NOEPIDEMIK KASALLIKLAR REABILITATSSIYASI

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13989663>

Kuldasheva Maxliyo Mirzarayimovna

Shayxova Lola Ibroxim qizi

Toshkent tibbiyot akademiyasi Jamoat salomatligi va menejment kafedrası.

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada noepidemik kasalliklar haqida shuningdek uning rehabilitatsiyasi borasida fikr va mulohazalar keltirilgan.

Kalit soʻzlar

Noepidemik kasalliklar, endokrin kasalliklar, yurak qon-tomir kasalliklari, salomatlik, saraton.

Noepidemik kasalliklar – bu epidemik holatlar yaratmaydigan, lekin salomatlikka jiddiy zarar yetkazadigan kasalliklardir. Ular odatda uzluksiz va sekin rivojlanadi. O'tishi jihatidan og'ir, atrofdagi odamlarva kelajak avlod uchun xavf tug'dirishi jihatdan muhim bo'lgan noepidemik kasalliklar alohida hisobga olib boriladi. Bunday kasalliklar jumlasiga sil, yuqumli tanosil kasalliklar, zamburug'li kasalliklar, traxoma va xavfli o'smalar kiradi. Har qanday davolash-profilaktika muassasasining shifokorlari shunday kasalliklarni aniqlaganda maxsus ixtisoslashtirilgan dispanserlarga tegishli hujjat-ni to'ldirish orqali axborot beradi. Joylardagi dispanserlar tashhisni aniqlagandan so'ng ularni ro'yxatga oladi va bemorni kuzatib boradi. Dispanserlarda kasallik tasdiqlangandan so'ng bemor haqi-dagi xabar tegishli viloyat dispanserlariga yuboriladi va u yerda ayrim kasalliklar bo'yicha 6 oyda, boshqa bir kasalliklar bo'yicha 1 yilda 1 marta hisobot tayyorlanadi. Ana shu hisobot ma'lumot-lariga asoslanib hududlar bo'yicha kasallanish ko'rsatkichlari har 100 000 kishiga nisbatan hisoblanadi.

Noepidemik kasalliklarga;

Endokrin tizimi kasalliklari, Endokrin tizimi inson tanasida deyarli barcha hayotiy jarayonlarni tartibga solishda juda muhim rol o'ynaydi. Ichki sekretsiya bezlari garmonlar ishlab chiqaradi, bu jarayonni buzilishi jiddiy kasalliklarga olib keladi. Ko'pchilik boshlang'ich davrda organizmdagi o'zgarishlarga befarq bo'ladi yoki charchoq, stress va boshqa holatlarga bog'lab, shifokorga murojaat qilmaydi. Kasallik kuchayib ketmasidan avval endokrinolog shifokori bilan maslahatlashib, boshlang'ich davridayoq davolash va salbiy oqibatlarining oldini olish zarur.

Endokrin tizimi kasalliklarining belgilari:



Tomoq og'rig'i - Yutinganda tomoqda og'riq, qichishish, narsa tiqilgandek bo'lishi, ovoz tembrining o'zgarishi kuzatiladi. Bunday o'zgarishlar shamollash bilan bog'liq bo'lmasa, tez-tez qaytalansa, muntazam ko'rinishga o'tsa, bu qalqonsimon bez patologiyasi bo'lishi mumkin. Bezning kattalashishi yoki unda tugunchalar paydo bo'lishi yon atrofdagi to'qimalar, nerv tolalarining siqilishiga olib keladi va natijada shunday belgilar paydo bo'ladi.

Sochlarning faol to'kilishi yoki tez o'sishi, ko'payishi- Ayollarning yuzida tuklarning ko'payishi, boshning old qismidagi sochlar siyraklashishi, teri quruqligi, qichishish, tashqi ta'sirga sezgirlikning oshishi – bu jinsiy bezlar gormonal muvozanat buzilganligi tufayli, estrogenlarning kamayishi va testesteronning ko'payganligini bildiradi.

Tana vaznining keskin o'zgarishi- Ishtahaning keskin o'zgarishi, og'iz qurishi, tashnalik, tez-tez peshobga chiqish, oyoqlarning boldir qismida og'riq, uvishish paydo bo'lsa, ko'rish qobiliyati pasaysa, vazn keskin kamaya boshlasa, qandli diabet kasalligi boshlangan bo'lishi mumkin. Qalqonsimon bez faolligi ortsa, ishtaha ochilishi, ichak harakatining kuchayishi va vazn yo'qotish alomatlari paydo bo'ladi.

Asabiylashish- Haddan tashqari asabiylik, jizzaki bo'lib qolish, kayfiyatning tushunarsiz o'zgarishi, to'satdan ko'z yosh qilish, birdan eyforiya – xushchaqchaq holatga o'tish endokrin tizimi patologiyasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

Diqqatni jamlay olmaslik- Hatto odatiy vazifalarga ham diqqatni jamlay olmaslik, ma'lumotni sekin qabul qilish, uyquchanlik, kundalik ishlarga erinchoqlik, biror ishni qilolmaslik qo'rquvi qalqonsimon bez faoliyatining pasayishi bilan bog'liq.

Umumiy alomatlar- Terlashning kuchayishi, tana haroratining tez almashinuvi – isib yoki sovib ketish, bosh og'rig'i, yurak urish ritmining o'zgarishi kuzatiladi.

Yurak qon-tomir kasalliklari. Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari – yurak, arteriyalar va venalar kasalliklari. Ular juda ko'p va xilma-xil. Bu kasalliklarning ba'zilari (revmatizm, miokardit va boshqalar) yurakni, ayrimlari arteriya (ateroskleroz) yoki venalarni (masalan, tromboflebit), boshqalari butun yurak-qon tomir tizimini shikastlaydi (gipertoniya kasalligi).

Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari dunyo bo'yicha hozirgi kunga qadar nogironlik va o'limning asosiy sababi ekanligicha qolmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, barcha o'lim holatlarining 56 foizi yurak-qon tomir tizimi kasalliklari oqibatida kelib chiqadi. Yevropa mamlakatlarida yurak-qon tomir kasalliklari yiliga 4,3 mln (48%) aholi o'limiga sababchi bo'ladi.



Davlat statistika qo'mitasi xabariga ko'ra, O'zbekiston Respublikasida 2019 yilning yanvar-iyun oylarida vafot etgan fuqarolarning 62,1 foizi holatda aynan qon aylanish tizimi kasalliklari sabab qilib ko'rsatilgan.

Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari insonning turmush tarzi va mavjud xavf omillari bilan uzviy bog'liq. Ko'pgina xavf omillari turmush tarzini o'zgartirish orqali nazorat qilinsa, ayrimlari (arterial gipertoniya, dislipidemiya va qand miqdori) medikamentoz yo'li bilan korreksiya qilinadi.

Onkologik kasalliklar. Onkologik kasalliklarning ko'zga ko'rinuvchi, ya'ni vizual joylashgan turlarining ilk belgilarini inson o'z sog'lig'iga e'tiborli bo'lsa, tez aniqlab olishi mumkin. O'smalarning uchdan bir qismini vizual o'smalar tashkil etadi. Ularga teri, lab, og'iz bo'shlig'i, qalqonsimon bez, sut bezi kabi o'smalar kiradi. Agar shu a'zolar shish, tugun, bitmaydigan va og'riqsiz yara, qon kelishi kabi belgilar paydo bo'lsa, va ayniqsa, ushbu belgilar sekin-asta kuchayib, o'sib borsa, odatiy davo samarasiz bo'lsa, oilaviy poliklinika shifokoriga murojaat qilish zarur. Poliklinika shifokorlari, biz, onkologlar tomonidan doimiy onkologik ehtiyotkorligi oshirib borilganligi sababli, o'smalarning ilk belgilarini juda yaxshi bilishadi. Shubha bo'lgan holatlarda, chuqurroq tekshirish uchun onkolog shifokorga yuborishadi.

Ichki a'zolar onkologik kasalliklarining ham qaysi a'zo zararlanishiga qarab ilk belgilari bor, albatta. Ammo, ular ko'pchiligi spetsifik, ya'ni faqat onkologik kasalliklarga tegishli emas. Shuning uchun ham ko'pincha boshqa kasalliklar bo'yicha davolanib, samara bo'lmagach, so'ngra chuqurroq tekshirilganda onkologik kasalliklar aniqlanadi. Kuchli og'riq paydo bo'lishi, ichning kelmasligi, ovqatning tiqilib o'tishi yoki umuman o'tmay qolishi, yo'tal bilan qon kelib hansirash, havo yetmasligi kabi belgilar, odatda, kasallikning kechki belgilaridir. Onkologik kasalliklar erta, ya'ni 1-2 bosqichlarda mahalliy o'sma deyiladi, ya'ni, bir a'zodan tashqariga o'sib o'tmagan bo'ladi. Shu sababli ham, odatda, belgisiz kechadi. Quvvatsizlik, ozish, biroz og'irlik hissi, ishtaha pasayishi, tana haroratining biroz oshishi kabi umumiy belgilar bo'lishi mumkin. Ammo bu belgilar boshqa kasalliklarda ham bo'lgani sababli, odatda, onkologik kasalliklarga gumon qilinmaydi va eng zarur vaqt yo'qotiladi.

Shu sababli ham, odamlar onkologik kasalliklar belgi bermasdan oldin, rejali va doimiy profilaktik ko'rikdan o'tib turishsa va skrining tadqiqotlari o'tkazish yo'li bilan aniqlansa, odatda, bu holatlar 1-2 bosqichda bo'ladi. Ularni davolanishi va sog'ayishi samarali bo'ladi.

Shuning uchun ham, onkologik kasalliklar bilan xastalanish holatlarining ortishidan qo'rqish kerak emas. Bu diagnostikaning yaxshilanishi belgisidir. Asosiy ko'rsatkich - ularning qanchalik erta bosqichlarda aniqlanayotgani hisoblanadi.

Noepidemik kasalliklarning keng tarqalishi bir qancha omillar bilan bog'liq:



1. **Yomon ovqatlanish:** Sog'lom ovqatlanish o'rniga tez tayyorlanadigan va yuqori kaloriya mahsulotlariga o'tish.
2. **Jismoniy faoliyat etishmasligi:** Zamonaviy hayot tarzi, ko'p vaqtni o'tkazish va jismoniy faoliyatni kamaytirishi.
3. **Stress:** Ijtimoiy va iqtisodiy bosimlar ruhiy va jismoniy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi.
4. **Atrof-muhit omillari:** Havoning ifloslanishi, kimyoviy moddalar va toksinlar sog'liqni yomonlashtirishi mumkin.
5. **Genetik faktorlar:** Ayrim kasalliklar uchun oilaviy moyillik mavjud bo'lishi.
6. **Aholining qarishi:** Qariyalar sonining ortishi bilan bog'liq kasalliklarning ko'payishi.

Bu omillar birgalikda noepidemik kasalliklarning tarqalishini kuchaytiradi. Sog'lom turmush tarzini rivojlantirish va profilaktika choralari ko'rish muhimdir.

Noepidemik kasalliklar profilaktikasi va davolashida sog'lom turmush tarzini yuritish, muntazam jismoniy faoliyat, to'g'ri ovqatlanish va stressni boshqarish muhim ahamiyatga ega.

Noepidemik kasalliklar reabilitatsiyasi. Kasalliklar reabilitatsiyasi sog'lomlashtirish va bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan jarayondir. Har bir kasallik uchun reabilitatsiya yondashuvlari turlicha bo'lishi mumkin, ammo umuman olganda quyidagi asosiy komponentlar mavjud:

1. **Tibbiy yordam:** Bemorlar uchun individual rejalashtirilgan tibbiy ko'riklar va davolash usullari, shuningdek, dorilarni belgilash.
2. **Jismoniy reabilitatsiya:** Fizioterapiya va jismoniy mashqlar orqali bemorlarning jismoniy holatini yaxshilash. Bu yurak-qon tomir kasalliklari va ortopedik muammolar uchun juda muhimdir.
3. **Psixologik yordam:** Psixoterapiya, maslahatlar va qo'llab-quvvatlash guruhlari orqali ruhiy holatni yaxshilash. Bu depressiya yoki ansiyete kabi kasalliklar uchun muhim.
4. **Oziqlanish va dietologiya:** To'g'ri ovqatlanish rejasi tuzish va sog'lom turmush tarzini qo'llab-quvvatlash. Bu diabet va oziqlanish bilan bog'liq kasalliklar uchun juda ahamiyatlidir.

Reabilitatsiya jarayoni individual bo'lib, har bir bemorning ehtiyojlariga qarab ishlab chiqilishi kerak. Agar sizda ma'lum bir kasallik yoki reabilitatsiya jarayoni haqida savollar bo'lsa, yordam berishga tayyorman!

Noepidemik kasalliklar zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan va jiddiy sog'liq muammolariga olib kelishi mumkin. Ularning oldini olish va davolash uchun sog'lom turmush tarzini yuritish, muntazam jismoniy faoliyat, to'g'ri ovqatlanish va stressni boshqarish muhimdir. Har bir kasallik uchun individual yondashuvlar



zarur, shuning uchun sog'liqni saqlash tizimlari va mutaxassislari tomonidan ko'rsatiladigan yordam juda muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-4887-sonli "Aholining sog'lom ovqatlanishini ta'minlash bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi Qarori.-2020.-10 noyabr.

2. Shubin B.M., Gritsman Yu.Ya. Odamlar saraton kasalligiga qarshi.

3. Otabekov N .S., Mamatqulov I.X. / / O 'zbekiston tibbiyot jurnali. 2000 , 1-2:16-17

4. Сулайманова.Н.Э, Рахимова.Х.М. БТСЁ муассасалаи учун артериал гипертония ва кандли диабет касаллиги буйича мослаштирилган клиник протоколларни УАШ фаолиятига тадбик этиш. Проблемы биологии и медицины. Ежеквартальный международный научный журнал (90) 2016г 3-4 ноября. №3.1

5. MSov. Rossiya, 1984 yil. Xmelevskiy M.V. Onkologiya masalalari, 1958 yil.

6. E.Y. Qosimov va boshq. Kasallik bayoni (Uslubiy qo'llanma). Toshkent 1994 y.