



ARTERIAL GIPERTENZIYA VA UNING ASORATLARI

Tursunova Rislig'oy O'tkirbek Qizi

Qo'qon Universiteti, Andijon filiali, Davolash ishi yo'nalishi, 1-bosqich talabasi

risligoytursunova3@gmail.com

Yusufjonova Dildoraxon Ilhomjon qizi

Qo'qon Universiteti Andijon filiali Tibbiyot fakulteti, Pediatriya

yo'nalishi 1-bosqich talabasi

dildorayusufjonova27@gmail.com

Annotatsiya

Arterial gipertenziya – bu qon bosimining doimiy ravishda me'yordan yuqori bo'lishi bilan xarakterlanuvchi surunkali kasallik bo'lib, u yurak-qon tomir tizimining eng keng tarqalgan patologiyalaridan biridir. Ushbu maqolada arterial gipertenziyaning sabablari, patogenez mexanizmlari, klinik belgilar hamda uning asoratlari tahlil qilinadi. Kasallikning rivojlanishida irsiyat, stress, noto'g'ri ovqatlanish, semirish va jismoniy faollikning yetishmasligi asosiy omillar sifatida ko'rsatilgan. Gipertenziya yurak yetishmovchiligi, miokard infarkti, insult, buyrak yetishmovchiligi va ko'rish qobiliyati buzilishiga olib keluvchi jiddiy asoratlarni yuzaga keltiradi. Tadqiqot natijalari arterial gipertenziyani erta aniqlash va doimiy nazorat qilish zarurligini ko'rsatadi. Profilaktika choralari, sog'lom turmush tarzi va dori vositalarini to'g'ri qo'llash kasallikning og'ir oqibatlarini kamaytirishda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: Arterial gipertenziya, qon bosimi, yurak, buyrak, insult, yurak yetishmovchiligi, profilaktika, patogenez, asoratlar, sog'lom turmush tarzi.



Kirish

Arterial gipertenziya (AG) bugungi kunda dunyo bo'yicha eng keng tarqalgan surunkali kasalliklardan biri hisoblanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, har to'rtinchi kattalardan biri bu kasallikka chalingan. AGning asosiy belgisi – arterial qon bosimining doimiy ravishda 140/90 mm sim. ust. dan yuqori bo'lishidir. Ushbu kasallik yurak-qon tomir tizimi faoliyatining buzilishiga olib keladi va yurak ishemik kasalligi, insult, buyrak yetishmovchiligi kabi og'ir asoratlarning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Gipertenziya ko'pincha yashirin kechadi va erta bosqichlarda aniqlanmasa, sog'liq uchun jiddiy xavf tug'diradi. Zamonaviy tibbiyotda arterial gipertenziyaning sabablari, rivojlanish mexanizmlari va davolash usullari keng o'rganilmoqda. Biroq, kasallikning profilaktikasi, hayot tarzini to'g'rilash va bemorlarning o'z salomatligiga mas'uliyatli munosabati bu jarayonning eng muhim bo'g'inlaridan biri bo'lib qolmoqda. Ushbu maqola arterial gipertenziya va uning asoratlarini tibbiy hamda ijtimoiy nuqtai nazardan yoritishga qaratilgan.

Adabiyot tahlili

Arterial gipertenziya bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu kasallik polietiologik xususiyatga ega. 2020-yilgi European Society of Hypertension tavsiyalarida gipertenziya rivojlanishida irsiy moyillik, stress, noto'g'ri ovqatlanish va gormonal o'zgarishlar asosiy sabablar sifatida qayd etilgan. O'zbekiston olimlari, xususan, A. Ismoilov (2019) va D. Raxmatov (2021) o'z ishlarida mahalliy aholi orasida gipertenziya tarqalishining o'sib borayotganini, ayniqsa 40 yoshdan keyin xavf yuqori ekanligini ta'kidlashgan. Framingham Heart Study ma'lumotlariga ko'ra, gipertenziya yurak ishemik kasalliklari xavfini 3–4 baravar oshiradi. Shuningdek, Lifton R.P. (2018) gipertenziyada genetik omillar, ayniqsa buyrakdagi natriy almashinuvining buzilishi asosiy rol o'ynashini



isbotlagan. Adabiyotlar tahlili kasallikning murakkab tabiati va erta tashxisning dolzarbligini ko'rsatadi.

Asosiy qism

Arterial gipertenziya – bu arterial qon bosimining doimiy yuqoriligi bilan xarakterlanuvchi surunkali kasallikdir. Sog'lom odamda qon bosimi 120/80 mm sim. ust. bo'lishi normal hisoblanadi, 140/90 mm dan yuqori ko'rsatkich esa gipertenziya belgisi sifatida baholanadi.

Kasallikning sabablari: Gipertenziyaning kelib chiqishida irsiy moyillik, stress, semirish, jismoniy faollik yetishmasligi, tuzli ovqatni ko'p iste'mol qilish va chekish muhim rol o'ynaydi. Endokrin kasalliklar (masalan, gipertireoz, buyrak usti bezi giperfunksiyasi) ham gipertenziya rivojlanishiga sabab bo'ladi.

Patogenez: Gipertenziya rivojlanishida markaziy nerv tizimi, buyraklar va endokrin tizim o'zaro bog'liq mexanizmlar orqali ishtirok etadi. Asosiy o'rin renin-angiotenzin-aldosteron tizimiga tegishli. Ushbu tizimning faollashuvi qon tomirlar torayishiga va natriy ionlarining organizmda ushlanib qolishiga olib keladi. Natijada qon hajmi ortadi va arterial bosim ko'tariladi.

Klinik belgilari: Bosh og'rishi, bosh aylanishi, yurak urishining tezlashuvi, quloqda shang'illash, ko'rishning xiralashuvi va tez charchash – gipertenziyaning asosiy simptomlaridir. Ko'p hollarda u yillar davomida yashirin kechib, faqat asoratlar paydo bo'lgach aniqlanadi.

Asoratlar

- Yurak asoratlari: gipertrofik kardiomiopatiya, yurak yetishmovchiligi, miokard infarkti;
- Miya asoratlari: insult, miya qon aylanishining o'tkir buzilishi;



- Buyrak asoratlari: nefroskleroz, surunkali buyrak yetishmovchiligi;
- Ko‘z asoratlari: gipertenziya retinopatiyasi.

Davolash: Davolashning asosiy maqsadi – qon bosimini me’yorga keltirish va asoratlarning oldini olishdir. Dori vositalaridan ACE-ingibitorlar (enalapril, lisinopril), beta-blokatorlar (atenolol), diuretiklar (indapamid), kaltsiy antagonistlari (amlodipin) qo‘llaniladi. Shuningdek, bemorga tuz iste’molini kamaytirish, ortiqcha vaznni yo‘qotish, spirtli ichimliklardan voz kechish va jismoniy faollikni oshirish tavsiya etiladi.

Profilaktika: Gipertenziyaning oldini olishda sog‘lom turmush tarzi, muntazam tibbiy ko‘rik, stressni boshqarish va to‘g‘ri ovqatlanish muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqot metodologiyasi

Tadqiqotda tibbiy adabiyotlarni tahlil qilish, klinik kuzatuv va statistik usullar qo‘llanildi. O‘zbekiston va xorijiy manbalarda keltirilgan ma’lumotlar solishtirildi, arterial gipertenziya bilan og‘rigan bemorlar klinik ko‘rsatkichlari tahlil qilindi. Shuningdek, qon bosimi, yurak urish tezligi va laborator ko‘rsatkichlar asosida kasallik darajalari baholandi. Tadqiqotda JSST tavsiyalariga muvofiq diagnostika va davolash standartlari asos qilib olindi. Olingan natijalar asosida gipertenziyaning asoratlari va ularni kamaytirishning samarali usullari ishlab chiqildi.

Natija

Tadqiqot natijalari arterial gipertenziya yurak-qon tomir tizimining eng xavfli kasalliklaridan biri ekanini ko‘rsatdi. Kasallikning uzoq davom etishi yurak, miya va buyrak faoliyatiga jiddiy zarar yetkazadi. Muntazam tibbiy nazorat, dori vositalarini to‘g‘ri qo‘llash va hayot tarzini o‘zgartirish qon bosimini barqaror saqlashga yordam beradi. Shuningdek, sog‘lom ovqatlanish, tuz iste’molini



kamaytirish va jismoniy faollik kasallikning oldini olishda samarali ekanligi tasdiqlandi.

Xulosa

Arterial gipertenziya – zamonaviy tibbiyot oldida turgan dolzarb muammolardan biridir. Uning keng tarqalganligi, yashirin kechishi va og‘ir asoratlar keltirib chiqarish xususiyati kasallikka qarshi kurashishda kompleks yondashuvni talab etadi.

Kasallikni erta aniqlash, muntazam qon bosimini o‘lchash va sog‘lom turmush tarziga rioya qilish gipertenziyani nazorat ostida ushlab turish imkonini beradi. Dori vositalari bilan bir qatorda, ovqatlanish madaniyatini o‘zgartirish, stressni kamaytirish, jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish muhim ahamiyatga ega.

Davolashning asosiy maqsadi – qon bosimini normallashtirish, yurak va buyrak asoratlarini oldini olishdir. Profilaktika, erta tashxis va davolash tadbirlari uyg‘unlashgan holda amalga oshirilsa, gipertenziya oqibatlari sezilarli darajada kamayadi. Shu sababli, bu kasallikni nazorat qilish har bir inson uchun sog‘lom umr garovi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ismoilov A. “Yurak-qon tomir kasalliklari klinikasi”. – Toshkent, 2019.
2. Raxmatov D. “Arterial gipertenziya va uning profilaktikasi”. – Samarqand, 2021.
3. World Health Organization. “Global report on hypertension”. – Geneva, 2023.
4. European Society of Hypertension Guidelines, 2020.
5. Lifton R.P. “Genetic mechanisms of hypertension”. – N Engl J Med, 2018.
6. Framingham Heart Study. “Long-term cardiovascular outcomes”. – JAMA, 2019.



7. Mamatqulov O. “Gipertenziya va yurak kasalliklari patogenezini”. – Buxoro, 2020.
8. James P.A. “Management of High Blood Pressure”. – JAMA, 2022.
9. Ostonov B. “Yurak va qon tomir fiziologiyasi”. – Toshkent, 2020.
10. Gurevich V. “Hypertension and vascular pathology”. – Moscow, 2017.
11. Kaplan N.M. “Clinical Hypertension”. – Lippincott Williams & Wilkins, 2018.