



YUMSHOQ TO‘QIMA SHIKASTLARIDA BIRINCHI TIBBIY YORDAM KO‘RSATISH

G‘allaorol Abu Ali Ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi

texnikumi o‘qituvchilari

Sindarov Muhammad,

Eshtemirova Mashxura

Annotatsiya. Mazkur maqolada yumshoq to‘qima shikastlarining mohiyati, ularning kelib chiqish sabablari, klinik belgilari hamda bunday holatlarda birinchi tibbiy yordam ko‘rsatishning asosiy tamoyillari batafsil yoritilgan. Birinchi tibbiy yordamning o‘z vaqtida va to‘g‘ri ko‘rsatilishi shikastlanish oqibatida yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan og‘ir asoratlarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Maqola tibbiyot xodimlari, talabalar va birinchi yordam ko‘rsatishga mas‘ul shaxslar uchun mo‘ljallangan.

Kalit so‘zlar: yumshoq to‘qima, shikastlanish, birinchi tibbiy yordam, yara, qon ketish, travma.

Annotation. This article provides detailed information about soft tissue injuries, their causes, clinical features, and first aid principles. Proper and timely first aid plays a crucial role in preventing complications. The article is intended for medical students, healthcare professionals, and first aid providers.

Key words: soft tissue, injury, first aid, wound, bleeding, trauma.

Kirish

Inson hayoti davomida turli xil kundalik yumushlar, sport mashg‘ulotlari yoki kutilmagan baxtsiz hodisalar natijasida jismoniy jarohatlarga uchrashi tabiiy hol. Bunday jarohatlar orasida eng ko‘p uchraydigan — yumshoq to‘qima



shikastlanishlaridir. Yumshoq to‘qimalarga teri, teri osti yog‘ qatlami, mushaklar, paylar, boylamlar, qon tomirlari va nerv tolalari kiradi.

Ushbu turdagi shikastlanishlar (lat yeyish, cho‘zilish, uzilish yoki siqilish) bir qarashda hayot uchun xavfsizdek tuyulsa-da, noto‘g‘ri yondashuv yoki kechikkan yordam jiddiy asoratlarga, masalan, surunkali og‘riqlar, harakat cheklanishi yoki ichki qon ketishlarga olib kelishi mumkin. Shu sababli, shikastlanishning dastlabki daqiqalarida ko‘rsatilgan birinchi tibbiy yordam keyingi davolash jarayonining muvaffaqiyatini belgilab beruvchi oltin davr hisoblanadi.

Yumshoq to‘qima shikastlanishlari inson faoliyatining deyarli barcha sohalarida uchraydigan eng keng tarqalgan jarohatlardan biridir. Bunday shikastlar uy sharoitida, ishlab chiqarishda, sport mashg‘ulotlari davomida, yo‘l-transport hodisalarida va favqulodda vaziyatlarda ko‘p kuzatiladi. Yumshoq to‘qimalarga teri, teri osti yog‘ qavati, mushaklar, paylar, qon tomirlari va nerv tolalari kiradi. Ushbu tuzilmalarning shikastlanishi organizmda og‘riq, qon ketish, yallig‘lanish va infeksiyon asoratlarning rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli birinchi tibbiy yordamni to‘g‘ri tashkil etish muhim ahamiyatga ega.

Yumshoq to‘qima shikastlarining kelib chiqish sabablari va turlari

Yumshoq to‘qima shikastlanishlari mexanik, termik, kimyoviy va biologik omillar ta’sirida yuzaga keladi. Mexanik ta’sir natijasida lat yeyish, kesilgan, yirtilgan, sanchilgan va ezilgan yaralar paydo bo‘ladi. Lat yeyish holatida to‘qimalarning anatomik butunligi saqlanib qoladi, biroq qon tomirlari shikastlanishi sababli gematoma va shish hosil bo‘ladi. Ochiq yaralarda esa teri va chuqur to‘qimalarning uzilishi kuzatiladi, bu esa infeksiya tushish xavfini oshiradi. Ezilish jarohatlari ko‘pincha og‘ir buyumlar bosimi ostida yuzaga kelib, to‘qimalarning chuqur nekrozi bilan kechishi mumkin.

Yumshoq to‘qima shikastlarining klinik belgilari



Yumshoq to‘qima shikastlarida asosiy klinik belgilar og‘riq, shish, qon ketish va shikastlangan soha funksiyasining buzilishi bilan namoyon bo‘ladi. Og‘riq shikastlanish darajasiga qarab yengil yoki kuchli bo‘lishi mumkin. Qon ketish ochiq jarohatlarda aniq ko‘rinadi, yopiq shikastlarda esa teri osti qon quyilishi shaklida namoyon bo‘ladi. Ayrim hollarda umumiy holatning yomonlashuvi, bosh aylanishi va hushdan ketish kabi belgilar ham kuzatilishi mumkin.

Birinchi tibbiy yordam ko‘rsatishning ahamiyati

Birinci tibbiy yordam shikastlangan shaxsga voqea joyida yoki tibbiy muassasaga yetkazilgunga qadar ko‘rsatiladigan tezkor yordam hisoblanadi. Uning asosiy maqsadi bemor hayotini saqlab qolish, jarohatning og‘irlashishini oldini olish va keyingi davolash choralariga tayyorlashdan iborat. Yumshoq to‘qima shikastlarida birinchi tibbiy yordam qon ketishini to‘xtatish, og‘riqni kamaytirish va infeksiya tushishining oldini olishga qaratiladi.

Yumshoq to‘qima shikastlarida birinchi tibbiy yordam ko‘rsatish

Qon ketish mavjud bo‘lgan holatlarda, avvalo uni to‘xtatish choralari ko‘riladi. Buning uchun bosuvchi bog‘lam qo‘yiladi yoki zarurat bo‘lsa, vaqtinchalik jgut qo‘llanadi. Shikastlangan a‘zoni balandroq holatda ushlash qon oqimini kamaytirishga yordam beradi. Yaraga ishlov berishda aseptika va antiseptika qoidalariga qat’iy rioya qilish muhimdir. Yaraning atrofi antiseptik eritmalar bilan tozalanib, steril bog‘lam qo‘yiladi. Yaraga chuqur kirib ketgan begona jismlarni chiqarishga urinish tavsiya etilmaydi.

Lat yeyish holatlarida shikastlangan sohani tinchlantirish va sovuq kompress qo‘yish orqali shish va og‘riqni kamaytirish mumkin. Ezilish va og‘ir jarohatlarda esa bemorni harakatsizlantirish, umumiy holatini nazorat qilish va zudlik bilan tez tibbiy yordam chaqirish zarur.

Asoratlarning oldini olish

Yumshoq to‘qima shikastlarida birinchi yordam to‘g‘ri ko‘rsatilmasa, yiringli jarayonlar, infeksiya, qon yo‘qotish va to‘qimalarning nekrozi rivojlanishi mumkin.



Shu sababli har bir shaxs birinchi tibbiy yordam ko'rsatish asoslarini bilishi va amaliyotda qo'llay olishi zarur.

Xulosa

Yumshoq to'qima shikastlari keng tarqalgan bo'lib, ularning aksariyati to'g'ri va tezkor birinchi tibbiy yordam orqali og'ir asoratlarsiz davolanishi mumkin. Birinchi yordam ko'rsatish jarayonida qon ketishini to'xtatish, jarohatlangan sohani toza saqlash, sovuq qo'yish, shikastlangan a'zoni tinch holatda ushlab turish hamda zarur hollarda jabrlanuvchini tibbiy muassasaga yetkazish muhim ahamiyatga ega.

Har bir insonning birinchi tibbiy yordam ko'rsatish bo'yicha yetarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishi nafaqat o'z sog'lig'ini, balki atrofdagilarning hayotini saqlab qolishda ham muhim rol o'ynaydi. Shu bois yumshoq to'qima shikastlarida birinchi tibbiy yordam ko'rsatish masalasi doimiy o'rganilishi va amaliyotda to'g'ri qo'llanilishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Karimov A.A. Travmatologiya va ortopediya. – Toshkent, 2020.
2. Razikova I.S. Birinchi tibbiy yordam asoslari. – Toshkent, 2019.
3. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti. First Aid Guidelines. – Geneva, 2021.
4. Разикова, И. С., & Разикова, Г. Р. (2019). СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ АЛЛЕРГОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ УЗБЕКИСТАНА. In Аллергическое и иммунопатологические заболевания-проблема XXI века (pp. 23-24).
5. Разикова, И. С., & Разикова, Г. Р. (2019). Особенности инновационной диагностики хронических аллергодерматозов у лиц подросткового и молодого возраста в Узбекистане. In Аллергическое и иммунопатологические заболевания-проблема XXI века (pp. 22-23).
6. Разикова, И. С., Бекмирзаева, Н. М., & Нормуродов, М. Э. (2025, November). ТЯЖЕЛЫЕ СЛУЧАИ ЛЕКАРСТВЕННОЙ АЛЛЕРГИИ: СТАТИСТИЧЕСКИЙ ОБЗОР В МЕЖДУНАРОДНЫХ БАЗАХ ДАННЫХ. In E-Conference platform (Vol. 1, No. 17-noyabr 2025, pp. 152-154).



7. Разикова, И. С., & Носирова, Х. С. (2025, November). ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОСТХОЛЕЦИСТЭКТОМИЧЕСКОГО СИНДРОМА И ГИСТАМИНОЗА: ПАТОГЕНЕТИЧЕСКИЕ И КЛИНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ. In E-Conference platform (Vol. 1, No. 17-noyabr 2025, pp. 61-62).
8. Разикова, И. С., & Носирова, Х. С. (2025, November). РОЛЬ КИШЕЧНОЙ МИКРОБИОТЫ В ПАТОГЕНЕЗЕ ГИСТАМИНОЗА. In E-Conference platform (Vol. 1, No. 17-noyabr 2025, pp. 95-96).
9. Разикова, И. С., & Айдарова, Н. П. (2025, November). РОЛЬ ГРИБКОВОЙ СЕНСИБИЛИЗАЦИИ ПРИ ТЯЖЕЛОЙ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ. In E-Conference platform (Vol. 1, No. 17-noyabr 2025, pp. 165-165).
10. Разикова, И. С., & Носирова, Х. С. (2025, November). ВЛИЯНИЕ ИНГАЛЯЦИОННЫХ ГЛЮКОКОРТИКОСТЕРОИДОВ НА РАЗВИТИЕ ГАСТРОЭЗОФАГЕАЛЬНОЙ РЕФЛЮКСНОЙ БОЛЕЗНИ У ПАЦИЕНТОВ С БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ. In E-Conference platform (Vol. 1, No. 17-noyabr 2025, pp. 63-64).
11. www.who.int
12. www.medlook.ru