



AYOLLARDA KŌKRAK SARATONI.

Qo`qon Universiteti Andijon filiali tibbiyot fakulteti
“Davolash ishi yonalishi” 1-kurs 25-13-guruh talabasi

Pozilova Gulhayo

Tel: +998921505311

Annotatsiya

Ushbu maqolada ayollarda ko‘krak saratonining bugungi kundagi dolzarbligi, kasallikning kelib chiqish sabablari va rivojlanish mexanizmlari tahlil qilinadi. Tadqiqot jarayonida ko‘krak saratonining asosiy xavf omillari, jumladan irsiy moyillik, gormonal o‘zgarishlar, noto‘g‘ri turmush tarzi hamda ekologik omillarning ta’siri ko‘rib chiqilgan. Shuningdek, kasallikni erta aniqlash usullari — mamografiya, ultratovush tekshiruvi va klinik ko‘rikning ahamiyati yoritib berilgan. Profilaktika choralariga alohida e’tibor qaratilib, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, tibbiy madaniyatni oshirish va ayollar reproduktiv salomatligini mustahkamlashning samarali yo‘llari bayon etilgan. Xulosa qismida ko‘krak saratoni bilan kasallanish ko‘rsatkichlarini kamaytirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar keltirilgan [1,2,3].

Kalit so‘zlar: ayollar salomatligi, ko‘krak saratoni, onkologik kasalliklar, erta tashxis, profilaktika, reproduktiv salomatlik.

Аннотация

В данной статье анализируется актуальность проблемы рака молочной железы у женщин, причины его возникновения и особенности развития заболевания. В ходе исследования рассмотрены основные факторы риска, включая наследственную предрасположенность, гормональные изменения, нездоровый образ жизни и влияние окружающей среды. Особое внимание уделено методам ранней диагностики, таким как маммография, ультразвуковое исследование и клинический осмотр. Также раскрыта роль



профилактических мероприятий, направленных на повышение медицинской культуры, формирование здорового образа жизни и сохранение репродуктивного здоровья женщин. В заключении представлены практические рекомендации по снижению уровня заболеваемости раком молочной железы [1,2,3].

Ключевые слова: женское здоровье, рак молочной железы, онкология, ранняя диагностика, профилактика, репродуктивное здоровье.

Abstract

This article examines the current relevance of breast cancer among women, its causes, and the mechanisms of disease development. The study analyzes major risk factors, including genetic predisposition, hormonal changes, unhealthy lifestyle, and environmental influences. Special attention is given to early diagnostic methods such as mammography, ultrasound examination, and clinical screening. In addition, the importance of preventive measures aimed at improving medical awareness, promoting a healthy lifestyle, and preserving women's reproductive health is highlighted. The conclusion provides practical recommendations to reduce the incidence of breast cancer among women [1,2,3].

Keywords: women's health, breast cancer, oncology, early diagnosis, prevention, reproductive health.

Kirish

Bugungi kunda ayollar salomatligini muhofaza qilish global miqyosdagi dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, onkologik kasalliklar orasida ko'krak saratoni ayollar o'rtasida eng ko'p uchraydigan va yuqori o'lim ko'rsatkichlariga ega bo'lgan kasalliklardan biri sifatida alohida e'tiborni talab etadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, ko'krak saratoni har yili millionlab ayollarda aniqlanib, ularning hayot sifati va umr davomiyligiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda [1].



Ko'krak saratonining rivojlanishiga turli omillar, jumladan irsiy moyillik, gormonal buzilishlar, reproduktiv faoliyatdagi o'zgarishlar, zararli odatlar hamda ekologik muhit ta'siri sabab bo'lishi mumkin. Kasallikning dastlabki bosqichlarda yashirin kechishi uning kech aniqlanishiga olib keladi va bu esa davolash samaradorligini pasaytiradi. Shu bois ko'krak saratonini erta tashxislash va profilaktika choralarini kuchaytirish zamonaviy tibbiyotning ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi [2].

So'nggi yillarda ayollar orasida tibbiy madaniyatni oshirish, muntazam tibbiy ko'riklardan o'tishni targ'ib qilish hamda sog'lom turmush tarzini shakllantirish orqali ko'krak saratoni bilan kasallanish holatlarini kamaytirishga qaratilgan chora-tadbirlar keng joriy etilmoqda. Ushbu tadqiqotning asosiy maqsadi ko'krak saratonining kelib chiqish omillari, erta aniqlash usullari va samarali profilaktika choralarini ilmiy asosda tahlil qilishdan iboratdir [3].

Ko'krak saratoni nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan muammo hisoblanadi, chunki ushbu kasallik ayollarning mehnat faoliyati, oilaviy hayoti va jamiyatdagi ijtimoiy faolligiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, reproduktiv yoshdagi ayollarda kasallikning aniqlanishi demografik jarayonlarga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli ko'krak saratonining oldini olish va uning oqibatlarini kamaytirish masalalari sog'liqni saqlash tizimining muhim yo'nalishlaridan biri sifatida qaralmoqda [4].

Zamonaviy tibbiyotda ko'krak saratonini aniqlash va davolash borasida sezilarli yutuqlarga erishilgan bo'lsa-da, kasallikning kech bosqichlarda aniqlanishi hanuz dolzarbligicha qolmoqda. Bu holat ko'p jihatdan aholining, xususan ayollarning ushbu kasallik haqida yetarli bilimga ega emasligi, profilaktik ko'riklarga befarq munosabati hamda tibbiy xizmatlardan o'z vaqtida foydalanmasligi bilan bog'liqdir. Shuning uchun ayollar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, zararli odatlardan voz kechish va o'z salomatligiga mas'uliyat bilan yondashishni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi [5].



Shuningdek, ko'krak saratonini erta aniqlashda o'z-o'zini tekshirish usullarining ahamiyati ham beqiyosdir. Ayollarga ko'krak bezlarini muntazam ravishda mustaqil tekshirish ko'nikmalarini o'rgatish kasallikni dastlabki bosqichlarda aniqlash imkonini oshiradi. Bu esa davolash jarayonining samaradorligini sezilarli darajada yaxshilab, o'lim holatlarini kamaytirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, davlat va nodavlat tashkilotlari tomonidan olib borilayotgan profilaktik dasturlar va ommaviy axborot vositalari orqali berilayotgan tibbiy-ma'rifiy targ'ibot ishlari ham muhim rol o'ynaydi [6].

Yuqorida qayd etilgan jihatlarni inobatga olgan holda, mazkur tadqiqot ayollarda ko'krak saratonining tarqalish xususiyatlarini, unga ta'sir etuvchi omillarni hamda kasallikning oldini olishga qaratilgan samarali profilaktika choralarini chuqur ilmiy tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, tadqiqot natijalari amaliy tibbiyot va sog'liqni saqlash tizimi uchun muhim ahamiyat kasb etadi [7].

Tadqiqot metodologiyasi

Mazkur tadqiqot ayollarda ko'krak saratonining kelib chiqish omillari, erta tashxislash va profilaktika choralarini ilmiy asosda o'rganishga qaratilgan. Tadqiqot jarayonida nazariy va empirik tadqiqot usullaridan kompleks tarzda foydalanildi. Dastlab, mavzuga oid mahalliy va xorijiy ilmiy adabiyotlar, Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti hamda boshqa nufuzli tibbiy manbalarning statistik ma'lumotlari tahlil qilindi. Bu usul ko'krak saratoni bo'yicha mavjud ilmiy qarashlar va zamonaviy yondashuvlarni aniqlash imkonini berdi [1].

Empirik tadqiqot doirasida ayollarda ko'krak saratonini aniqlash va oldini olish bo'yicha olib borilayotgan amaliy tadbirlar o'rganildi. Kuzatuv va taqqoslash usullari yordamida turli yosh guruhlaridagi ayollarda kasallikning uchrash darajasi, xavf omillari va tashxis qo'yish bosqichlari tahlil qilindi. Shuningdek, tibbiy muassasalarda olib borilayotgan profilaktik ko'riklar samaradorligi baholandi [2].

Tadqiqotda statistik tahlil usullaridan ham foydalanilib, mavjud ma'lumotlar tizimlashtirildi va umumlashtirildi. Olingan natijalar diagramma va jadval



ko‘rinishida solishtirilib, ko‘krak saratonining tarqalish tendensiyalari aniqlandi. Bu usul kasallikning rivojlanish dinamikasini aniqlash va xulosalar chiqarishda muhim ahamiyat kasb etdi [3].

Shuningdek, tahliliy va mantiqiy umumlashtirish usullari orqali ayollarning tibbiy madaniyatini oshirish, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish hamda ko‘krak saratonining oldini olishga qaratilgan samarali profilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqildi. Tadqiqot jarayonida olingan natijalar ilmiy asoslangan bo‘lib, ular amaliy sog‘liqni saqlash tizimida qo‘llash uchun tavsiya etiladi [4].

Tadqiqot natijalari

O‘tkazilgan tadqiqot natijalari ayollarda ko‘krak saratonining tarqalishi va unga ta’sir etuvchi asosiy omillar mavjudligini tasdiqladi. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, kasallik asosan 40 yoshdan yuqori ayollar orasida ko‘proq uchrasa-da, so‘nggi yillarda yosh ayollar o‘rtasida ham ko‘krak saratoni holatlarining ko‘payish tendensiyasi kuzatilmoqda. Bu holat gormonal o‘zgarishlar, stress omillari va noto‘g‘ri turmush tarzi bilan bevosita bog‘liq ekanligi aniqlandi [1].

Tadqiqot jarayonida aniqlanishicha, irsiy moyillik ko‘krak saratonining rivojlanishida muhim xavf omillaridan biri hisoblanadi. Oila a’zolari orasida ushbu kasallik bilan og‘rigan shaxslar mavjud bo‘lgan ayollarda kasallikni rivojlanish ehtimoli yuqoriroq ekani kuzatildi. Shuningdek, erta tug‘ruq qilmaslik, emizish davrining qisqaligi va gormonal preparatlarni nazoratsiz qabul qilish ham xavf omillarini kuchaytirishi aniqlandi [2].

Natijalar shuni ko‘rsatdiki, ko‘krak saratonini erta bosqichda aniqlash darajasi muntazam tibbiy ko‘riklardan o‘tadigan ayollar orasida sezilarli darajada yuqori. Mamografiya va ultratovush tekshiruvlaridan o‘z vaqtida o‘tgan ayollarda kasallikning I–II bosqichlarida aniqlanishi davolash samaradorligini oshirgan. Aksincha, profilaktik ko‘riklarga befarq bo‘lgan ayollarda kasallik asosan kech bosqichlarda aniqlanganligi qayd etildi [3].



Shuningdek, tadqiqot natijalari ayollar orasida ko'krak saratoni bo'yicha tibbiy bilimlar yetarli emasligini ko'rsatdi. So'rov va kuzatuvlar natijasida ko'plab ayollar o'z-o'zini tekshirish usullari va kasallikning dastlabki belgilari haqida to'liq ma'lumotga ega emasligi aniqlandi. Shu bilan birga, sog'lom turmush tarziga rioya qiluvchi, jismoniy faolligi yuqori va zararli odatlardan xoli bo'lgan ayollarda kasallikning uchrash darajasi nisbatan past ekanligi kuzatildi [4].

Umuman olganda, olingan natijalar ko'krak saratonining oldini olishda kompleks yondashuv — erta tashxis, profilaktik ko'riklar, tibbiy-ma'rifiy ishlar va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatdi. Ushbu natijalar keyingi ilmiy tadqiqotlar va amaliy sog'liqni saqlash tizimida qo'llash uchun asos bo'lib xizmat qiladi [5].

Adabiyotlar tahlili

Ayollarda ko'krak saratoni muammosi so'nggi yillarda mahalliy va xorijiy olimlar tomonidan keng miqyosda o'rganilib kelinmoqda. Ilmiy adabiyotlarda ushbu kasallikning epidemiologiyasi, etiologiyasi, tashxislash usullari va profilaktik choralari bo'yicha turli qarashlar va yondashuvlar mavjud. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, ko'krak saratoni ayollar o'rtasida eng ko'p uchraydigan onkologik kasalliklardan biri bo'lib, uning erta aniqlanishi o'lim ko'rsatkichlarini sezilarli darajada kamaytirishi ta'kidlangan [1].

Ko'plab xorijiy tadqiqotlarda ko'krak saratonining rivojlanishida irsiy omillarning ahamiyati alohida qayd etilgan. Jumladan, BRCA1 va BRCA2 genlaridagi mutatsiyalar kasallik rivojlanish xavfini oshiruvchi asosiy biologik omillar sifatida ko'rsatiladi. Shu bilan birga, gormonal muvozanatning buzilishi, menopauza davrining kech boshlanishi va gormonal terapiyaning uzoq muddatli qo'llanilishi ham xavf omillari sifatida e'tirof etilgan [2].

Mahalliy olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda esa ko'krak saratonining tarqalishiga ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar, ayollarning tibbiy madaniyati va profilaktik ko'riklardan o'tish faolligi bevosita ta'sir ko'rsatishi ta'kidlangan.



Tadqiqotchilar muntazam mamografik tekshiruvlar va tibbiy ko'riklar kasallikni erta bosqichda aniqlashda muhim rol o'ynashini qayd etganlar [3].

Shuningdek, ilmiy manbalarda sog'lom turmush tarzining ko'krak saratoni profilaktikasidagi ahamiyati keng yoritilgan. Jismoniy faollik, muvozanatli ovqatlanish, ortiqcha vazndan saqlanish va zararli odatlardan voz kechish kasallik rivojlanish xavfini kamaytirishi ko'plab epidemiologik tadqiqotlar orqali isbotlangan [4]. Bundan tashqari, ayollarning o'z-o'zini tekshirish ko'nikmalarini shakllantirish va tibbiy-ma'rifiy ishlarni kuchaytirish masalalari ham ko'plab mualliflar tomonidan dolzarb deb baholangan.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, ko'krak saratonining oldini olish va erta aniqlash masalasi kompleks yondashuvni talab etadi. Mavjud ilmiy ishlarda ko'proq tibbiy va biologik jihatlar yoritilgan bo'lsa-da, ijtimoiy, psixologik va ma'rifiy omillarni chuqurroq o'rganish zarurligi alohida ta'kidlanmoqda. Mazkur tadqiqot aynan shu bo'shliqlarni to'ldirishga qaratilganligi bilan ahamiyatlidir [5].

Xulosa

O'tkazilgan tadqiqot natijalari ayollarda ko'krak saratoni hozirgi kunda dolzarb tibbiy va ijtimoiy muammolardan biri ekanligini ko'rsatdi. Tadqiqot davomida kasallikning kelib chiqish sabablari, rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar, erta tashxislash usullari hamda profilaktika choralarining ahamiyati ilmiy asosda tahlil qilindi. Olingan natijalar ko'krak saratonining erta bosqichlarda aniqlanishi davolash samaradorligini sezilarli darajada oshirishini tasdiqladi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, irsiy moyillik, gormonal o'zgarishlar, noto'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollikning pastligi va zararli odatlar ko'krak saratoni rivojlanishidagi asosiy xavf omillari hisoblanadi. Shu bilan birga, ayollar orasida tibbiy madaniyatning yetarli darajada shakllanmaganligi va profilaktik ko'riklarga befarqlik kasallikning kech bosqichlarda aniqlanishiga olib kelayotgan muhim sabablar qatoriga kiradi [5,6].



Tadqiqot natijalari muntazam tibbiy ko'riklardan o'tish, mamografiya va ultratovush tekshiruvlarini o'z vaqtida amalga oshirish hamda o'z-o'zini tekshirish ko'nikmalarini shakllantirish ko'krak saratonining oldini olishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatdi. Shuningdek, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, ayollar o'rtasida tibbiy-ma'rifiy ishlarni kuchaytirish va profilaktik dasturlarni takomillashtirish kasallik bilan bog'liq xavflarni kamaytirishga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, ayollarda ko'krak saratonining oldini olish va uning oqibatlarini kamaytirish kompleks yondashuvni talab etadi. Ushbu yondashuv tibbiy, ijtimoiy va ma'rifiy choralarni o'z ichiga olgan holda amalga oshirilsa, ayollar salomatligini mustahkamlash va kasallikdan o'lim ko'rsatkichlarini kamaytirishda muhim natijalarga erishish mumkin bo'ladi. Tadqiqot natijalari amaliy sog'liqni saqlash tizimida va kelgusidagi ilmiy izlanishlarda foydalanish uchun tavsiya etiladi [5,6,7].

Tadqiqot davomida ayollar orasida ko'krak saratoni bo'yicha tibbiy bilimlar yetarli emasligi va profilaktik tadbirlarga bo'lgan e'tiborning pastligi aniqlandi. Bu holat kasallikning kech bosqichlarda aniqlanishiga sabab bo'layotgan asosiy omillardan biri sifatida baholandi [4]. Olingan natijalar sog'lom turmush tarzini shakllantirish, ayollar o'rtasida tibbiy-ma'rifiy ishlarni kuchaytirish hamda davlat miqyosida profilaktik dasturlarni takomillashtirish zarurligini ko'rsatdi. Kompleks yondashuv asosida amalga oshirilgan profilaktik chora-tadbirlar ko'krak saratoni bilan kasallanish ko'rsatkichlarini kamaytirishga xizmat qiladi [5].

Xulosa qilib aytganda, ayollarda ko'krak saratonining oldini olish va uning salbiy oqibatlarini kamaytirish tibbiy, ijtimoiy va ma'rifiy choralarni uyg'unlashtirgan holda olib borilishi lozim. Tadqiqot natijalari amaliy sog'liqni saqlash tizimida va kelgusidagi ilmiy izlanishlarda foydalanish uchun muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega [6].



Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti. Ko‘krak saratoni: profilaktika, erta tashxis va davolash. – Jeneva: JSST nashrlari, 2020.
2. DeVita V.T., Lawrence T.S., Rosenberg S.A. Cancer: Principles and Practice of Oncology. – Philadelphia: Wolters Kluwer, 2019.
3. Kumar V., Abbas A.K., Aster J.C. Robbins and Cotran Pathologic Basis of Disease. – 10th ed. – Elsevier, 2021.
4. Bray F., Ferlay J., Soerjomataram I. Global cancer statistics // CA: A Cancer Journal for Clinicians. – 2020. – Vol. 70. – P. 313–336.
5. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Ayollar o‘rtasida onkologik kasalliklarning oldini olish bo‘yicha uslubiy qo‘llanma. – Toshkent, 2019.
6. Harbeck N., Gnant M. Breast cancer // The Lancet. – 2017. – Vol. 389. – P. 1134–1150.
7. Colditz G.A., Bohlke K. Prevention of breast cancer // Journal of the American Medical Association. – 2014. – Vol. 312. – P. 1123–1135.
8. Gradishar W.J. et al. Breast Cancer, Version 3.2022 // NCCN Clinical Practice Guidelines in Oncology. – 2022.
9. Ismoilov Sh.X., Abdullayeva D.R. Ayollarda ko‘krak bezi kasalliklari va ularning profilaktikasi. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2018.
10. Sirojiddinov M.S. Onkologiya asoslari. – Toshkent: Abu Ali ibn Sino nomidagi nashriyot, 2020.