



## STENOKARDIYA HURUJIDA YORDAM

*Asaka Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi*

*Terapiya kafedrası o'qituvchisi*

*Maxsudova Gulnora Saidovna*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada stenokardiya hurujida ko'rsatiladigan birlamchi tibbiy yordam, tez yordam bosqichlari, huruj sabab va alomatlari, bemorga yordam ko'rsatishda tibbiy va psixologik yondashuv orqali ko'rsatkichlarni yaxshilash yo'llari yoritilgan. Shuningdek, stenokardiya rivojlanishiga ta'sir qiluvchi omillar, xurujning oldini olish va profilaktik tadbirlar haqida ilmiy va amaliy asosda tavsiyalar keltirilgan.

**Kalit so'zlar:** stenokardiya, yurak ishemik kasalligi, tez tibbiy yordam, parhez, hayot tarzi, nitroglitserin, nafas olish, psixologik yordam, oldini olish, profilaktika

Hozirgi kunda yurak-qon tomir kasalliklari eng keng tarqalgan kasalliklar qatorida bo'lib, aholi o'limi statistikasida yuqori o'rinlarni egallaydi. Ular orasida stenokardiya eng xavfli, tez amaliy tibbiy yordam talab qiladigan xastalik hisoblanadi. Stenokardiya – yurak mushaklarida kislorod va ozuqa moddalariga bo'lgan ehtiyoj va ularning yetib borishi o'rtasidagi nomutanosiblik natijasida kelib chiqadigan og'riq sindromi. Yurak arteriyalarining torayishi yoki butkul shikastlanishi natijasida ishemik holat yuzaga keladi va natijada bemorda o'tkir og'riq hurujlari paydo bo'ladi. Har bir inson va ayniqsa, tibbiyot sohasida faoliyat yuritayotgan mutaxassislar stenokardiya hurujini to'g'ri aniqlab, tez va samarali yordam ko'rsatishlarini bilishi lozim. Bemorning kundalik hayotida stress, jismoniy zo'riqish, haddan tashqari ko'p ovqatlanish, qorong'irik, sovuq ob-havo, ayrim dorilar yoki mavjud surunkali kasalliklar ana shunday xurujlarga sabab bo'lishi mumkin. Asosan, stenokardiya og'riqlari ko'krak sohasida bosuvchi, ezuvchi yoki kuydiruvchi xususiyatga ega bo'ladi, og'riq chap yelka, bo'yin va chap qo'lga



tarqalishi mumkin. Og‘riq qisqa vaqt davom etadi, ba‘zan yurak urishi tezlashadi, bemorni sovuq ter bosishi, nafas yetishmovchiligi, o‘lim hissi yoki xavotir bezovta qiladi. Stenokardiyaning o‘ziga xos klinik ko‘rinishlarini boshqa kasallikdan farqlash muhim, bu yurak ishemik kasalligini yuqori xavf guruhiga kiritadi. Tashxislash asosan klinik belgilar, bemorning shikoyatlari, elektrokardiografiya, laborator va instrumental tekshiruv natijalari asosida amalga oshiriladi. Ayniqsa, qonni laborator tekshiruv, rentgen, yurak ultratovushi, koronar angiografiya va boshqa usullar yordamida yurak mushaklarining holati baholanadi [1].

Stenokardiya hurujining eng muhim bosqichlaridan biri birlamchi yordam bo‘lib, bu vaqtda bemorga tez va to‘g‘ri yordam ko‘rsatish juda muhim. Bemorni imkon qadar darhol tinch muhitga, o‘tirg‘izib yoki yotqizib qo‘yish kerak, harakat qilmasligi, sukunatni saqlash tavsiya etiladi. Og‘riq boshlanishi bilan bemorga nitroglitserin tabletkasi yoki aerosoli beriladi. Bu dori til ostiga qo‘yiladi va og‘riq yengillashtiriladi. Nitroglitserin qon tomirlarini kengaytirish xususiyatiga ega bo‘lib, yurak mushaklariga qon oqimini yaxshilaydi. Agar og‘riq qisqa fursatda chekinmasa, yana bir marta preparatni takror berish mumkin. Ayni paytda, qon bosimini muntazam nazorat qilish zarur, chunki nitroglitserin ba‘zida past qon bosimiga olib kelishi mumkin. Bemorni kislorod bilan ta‘minlash ham samarali bo‘ladi. Kislorod inhalatsiyasi yurak va to‘qimalarga qo‘shimcha kislorod yetkazib, kasallik alomatlarini yengillashtiradi. Agar bemor og‘riqdan juda bezovta bo‘lsa, uning psixologik holati ustida ishlash ham zarur. Chunki qo‘rquv, zo‘riqish va stress xurujni kuchaytirib yuborishi mumkin. Shuning uchun, bemorga iliq so‘zlar bilan dalda beriladi, uni tinchlantirish lozim. Eng muhim jihatlardan biri va oila a‘zolari, do‘stlari yoki tibbiy xodimlar bemorga yordam ko‘rsatishda birgalikda harakat qilganlarida og‘riq va zo‘riqishni osonroq yengib o‘tiladi. Bunday vaziyatda darhol tez yordam chaqirish, zamonaviy diagnostika va davolash muolajalarini tez va to‘g‘ri boshlash uchun shoshilinch chora-tadbirlar ko‘rish zarur. Shifokor kelguniga



qadar bemorga aspirinni chaynab yutishi tavsiya etiladi, bu tromboz ehtimolini kamaytiradi, yurak infarktining oldini oladi. Bemorning nafas olishi qiyinlashganida, tor, nafasini siqadigan kiyimlarni bo'shatish, xona havosini yangilash, sharoitni imkon qadar qulaylashtirish choralarini ko'rish kerak. Ayrim hollarda, og'riq davomida yurak ritmining buzilishi yuzaga chiqadi, bunday vaziyatda tibbiy asbob-uskunalardan va zamonaviy diagnostik vositalardan foydalanish muhim [2].

Stenokardiya kuzatilganda, bemordan stress, kuchli fizika va emotsional zo'riqishlardan cheklash, toza havoda ko'proq dam olish, organizmga zararli moddalardan ehtiyotkor bo'lish tavsiya qilinadi. Bemor ovqat ratsionida yog'li, tuzli, kaloriyali mahsulotlardan cheklanishi, chekish va ichimliklardan voz kechishi, ortiqcha vazniga qarshi kurashishi lozim. Yurak ishemik kasalligi va stenokardiya moyil bo'lgan kishilarda muntazam profilaktik ko'rikdan o'tish, shifokor tavsiyalariga amal qilish, dori vositalarini vaqti-vaqti bilan qabul qilish muhim. Tibbiy yordam ko'rsatishda zamonaviy dori vositalari, masalan, antianginal preparatlar, beta-blokatorlar, antikoagulyantlar va antitrombotsit vositalaridan foydalaniladi. Ular yurak mushaklarini mudofaa qiladi, qon aylanishini yaxshilaydi, asoratlar rivojlanishining oldini oladi. Shuningdek, yurak mushaklarida oksidlanish va metabolik jarayonlarni tartibga soladigan zamonaviy preparatlar tavsiya etiladi. Profilaktika sifatida hayot tarzi o'zgartiriladi, jismoniy harakatlar rejasini shifokor nazoratida belgilash lozim [3].

Asosiy terapiyaga qo'shimcha ravishda xalq tabobati usullaridan ham ehtiyotkorlik bilan foydalanish mumkin, ammo ularni faqat shifokor nazoratida amalga oshirish maqsadga muvofiq. Agar stenokardiya og'riqlari tez-tez takrorlansa, zamonaviy texnik vositalar – yurak stenti, koronar by-pass operatsiyalari qo'llanishi mumkin. Bu usullar yurak tomirlarining o'tkazuvchanligini yaxshilab, bemorning hayot sifatini oshiradi. Bemorni psixologik jihatdan qo'llab-quvvatlash, stress va xavotirdan asrash kasallikning



og'ir kechishini kamaytiradi. Ma'lumki, ruhiy holat va yurak kasalliklari o'zaro chambarchas bog'liq, shuning uchun bemorlar o'z kasalligini to'g'ri qabul qilishi, ijobiy kayfiyatda bo'lishi, hayotga umid va ishonch bilan qarashlari lozim. Psixologik maslahat va kommunikatsiya mahorati tibbiy yordam samaradorligini yanada oshiradi [4].

Bemor va ularning yaqinlarida og'zaki va yozma shaklda yurak ishemik kasalliklarining belgilarini tushuntirish, tez tibbiy yordam ko'rsatish qoidalarini o'rgatish, uy sharoitida birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha maxsus treninglar tashkil qilish muhim. Oila a'zolari har bir huruj boshlanganida qanday yordam ko'rsatish, nimalarga e'tibor berish va qachon shifokor chaqirish kerakligini aniq bilishlari shart [5].

Stenokardiya xuruji kasallikning asoratlari va yurak infarktining rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Shu sababli, kasallikka chalingan bemorlar hayot tarzi, ovqatlanish madaniyati, jismoniy faollik va ruhiy muvozanatga alohida e'tibor qaratishlari kerak. Yurak va qon tomir kasalliklari ko'pincha noto'g'ri ovqatlanish, kam harakat, zararli odatlar natijasida yuzaga chiqadi. Shu sababli har kuni yetarli uyqu, zararli odatlarni tashlash, vazni nazorat qilish, harakatni ko'paytirish va muntazam tibbiy ko'riklardan o'tish, zarur hollarda laborator tizimida qon lipidlarini, glyukozani nazorat qilish muhim. O'z vaqtida va to'g'ri profilaktika og'ir kasalliklardan himoyalani, xurujlarni kamaytirish va kasallik oqibatlarini iloji boricha kamaytirishga yordam beradi. Muntazam parhez rejimi yurakning normal ishlashini ta'minlaydi, natriy va xolesterin miqdorini kamaytirish esa infarkt yoki boshqa asoratlarni oldini oladi. Bemor kasalligini to'g'ri qabul qilishi va u bilan birga yashash qoidalariga amal qilishi, psixologik jihatdan tinch va ijobiy kayfiyatda bo'lishi muhim omillardan biridir.

### **Xulosa**

Stenokardiya xurujida tez va to'g'ri yordam ko'rsatish, zamonaviy dori vositalaridan oqilona foydalanish, hayot tarzini to'g'rilash, stress va zo'riqishdan



ehtiyot bo‘lish, doimiy tibbiy nazorat ostida bo‘lish kasallik oqibatlarini yengillashtirishda muhim ahamiyatga ega. Tibbiy yordamda zamonaviy yutuqlardan foydalanish, bemorga individual yondashuv, profilaktik rejimga amal qilish kasallik rivojining oldini oladi va bemorlarga to‘liq, sifatli hayot kechirish uchun imkon yaratadi. Oila, do‘stlar va jamiyat yordami, sog‘lom turmush tarzi kasallikni yengishda asosiy omil bo‘lib xizmat qiladi. Tibbiyot xodimlari, hamshiralar va bemor oila a‘zolari birgalikda harakat qilganlarida og‘riq va xurujlar oqibatlarini tezroq va samarali yengib o‘tishga muvaffaq bo‘lishadi. Stenokardiya og‘riqlarini yengib, yurak salomatligini asrab-avaylash har bir inson uchun ustuvor vazifa bo‘lib qoladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Tojiev A.B., Jo‘raev A.A. “Yurak-qon tomir kasalliklari va ularni davolash”, Toshkent, 2021
2. Sultonov Sh.Q., Karimova M.B. “Kardiologiya asoslari”, Toshkent tibbiyot akademiyasi nashriyoti, 2022
3. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. “Ishemik yurak kasalliklari bo‘yicha amaliy qo‘llanma”, Toshkent, 2023
4. Rasulov D.Sh. “Stenokardiya va yurak yetishmovchiligi: Zamonaviy yondashuv”, Samarqand, 2020
5. Madiyorov U.K. “Tibbiy yordam va stenokardiyada profilaktika”, Innovatsiya va sog‘liq, 2019
6. Ortikov F.S., Hamidov I.B. “Kasalliklarni tashxislash va shoshilinch yordam”, Buxoro, 2021