



UMURTQA POG‘ONASINING BEL QISMIDA DISK CHURRALARINI KONSERVATIV VA OPERATIV DAVOLASHNI ZAMONAVIY USULLARI.

Samandarov Abbos Mustafa o‘g‘li

*Samarqand viloyati Nogironligi bo‘lgan shaxslarni rehabilitatsiya qilish va
protezlash markazi*

*Zarmed universiteti (Samarqand kompusi) Ordinatura Travmatologiya va
ortopediya 1-kurs*

Annotatsiya: Maqolada umurtqa pog‘onasining bel qismida disk churralarini zamonaviy konservativ va operativ davolash usullari haqida keng va batafsil so‘z yuritiladi. Zamonaviy tibbiyotda bu kasallikning zamonaviy tashxislash va davolash imkoniyatlari, noinvaziv va invaziv terapiya usullari, bemorlarni rehabilitatsiyalash yo‘llari, kasallik rivoji va natijalari yoritiladi. Maqolada ushbu kasallikni zamonaviy ilmiy yondashuvlar asosida kompetent davolash, muolajalar tanlashda individual yondashuvlar va uzoq muddatli natijalarni ta‘minlash muhimligi keng ko‘rsatiladi. Ayniqsa, har bir davolash usulining ustun tomonlari, afzalliklari va cheklovlari o‘rganiladi. Bunda bemor salomatligi va hayot sifatini maksimal ta‘minlash asosiy maqsad sifatida ko‘riladi.

Kalit so‘zlar: orqa miya, bel disk churrasi, konservativ davolash, zamonaviy jarrohlik, rehabilitatsiya, fizioterapiya, mikrodiskektomiya, lazerli dekompressiya.

Umurtqa pog‘onasining bel sohasidagi disk churralari zamonaviy zamonda eng ko‘p uchraydigan, og‘riqli va hayot sifati pasayishiga olib keladigan asab-tizim kasalliklaridan biridir. Bu kasallik orqa umurtqaning pastki sohasidagi oraliq disk to‘qimalarining o‘z biologik va mexanik xususiyatlarini yo‘qotib, orqa tomonga siljishi va orqa miya bo‘ylab asab ildizlarini siqib qo‘yishi natijasida paydo bo‘ladi. Disk churralari, ayniqsa, ishlovchi va jismoniy faolligi yuqori kishilar, og‘ir yuk



ko'taruvchi, uzoq muddat noto'g'ri jismoniy holatda ishlovchilarda, yosh va o'rta yoshdagi aholida ko'proq kuzatiladi. Bu dard bilan og'rigan bemorlarda bel sohasida og'riq, harakatda chegaralanish, pastki a'zolarga og'riq tarqalishi, mushaklarda silliqlik va hatto falajlik belgilari paydo bo'ladi. Ayrim hollarda siydik va ichak funksiyasi buzilishi ehtimoli ham bor. Shu sababli, bu kasallikni o'z vaqtida aniqlash va zamonaviy usullarda davolash – umurtqa salomatligi va hayot sifatini tiklashda muhim ahamiyat kasb etadi [1].

Orqa miya disk churralari avvalo klinik va instrumental diagnostika natijalari asosida aniqlanadi. Ma'lum usullar bilan tekshiruvdan o'tilgach, konservativ yoki operativ davo olish to'g'risida qaror qabul qilinadi. Zamonaviy konservativ terapiyaning asosiy maqsadi – og'riqni qisqa muddatda kamaytirish, yallig'lanishni bartaraf etish va bemorning funksional holatini tiklashdir. Dori vositalaridan zamonaviy nosteroid yallig'lanishga qarshi preparatlar, og'riq qoldiruvchilar, steroid guruhiga kiruvchi dori vositalari, mushaklarni bo'shashtiruvchi preparatlar, asab tizimini tinchlantiruvchi va tiklovchi dori vositalari keng qo'llaniladi. Dori bilan bir qatorda fizioterapiya tadbirlari – magnitoterapiya, ultratovush muolajalari, elektroforez, lazer bilan davolash, past chastotali elektr oqimlari bilan muolaja usullari keng joriy qilingan. Bu muolajalar asab ildizlaridagi surunkali yallig'lanish va shishlarni keltirib chiqaruvchi omillarni bartaraf etadi, og'riq sindromini bosadi, mushak va bog'lamlarning tiklanishiga yordam beradi. Shuningdek, bemorga ortopedik korsetlar, bel sohasini mustahkamlaydigan moslamalar tavsiya qilinadi, bu moslamalar umurtqaga ortiqcha yuk tushishini oldini oladi. Reabilitatsiya va jismoniy terapiya zamonaviy muolajalar ichida alohida o'rin tutadi: orqa muskullarini mustahkamlashga, umurtqaning fiziologik holatini tiklashga, bemorning umumiy harakatini oshirishga xizmat qiladigan mashqlar individual tarzda tuziladi. Massaj va manual terapiya zamonaviy tibbiyotda muvofiqlik bo'yicha faqat tajribali mutaxassis va shifokor tomonidan amalga oshirilishi kerak, noto'g'ri bajarilgan muolajalar kasallikning kuchayishiga olib kelishi mumkin. Konservativ



terapiya, ko‘pchilik hollarda, ayniqsa kasallikning ilk bosqichida deyarli to‘liq sog‘ayishni yoki uzoq muddatli remissiyani ta‘minlaydi. Disk churrasining simptomlari og‘irlashganda yoki konservativ davolash usullari yetarli natija bermasa, bemorda nevrologik buzilishlar – to‘liq falajlik, nevozmojnost harakat, siydik va axlat tutilmaslik, kuchli og‘riqli sindrom kuzatilsa, zamonaviy chirurgik aralashuvlar tavsiya etiladi. Hozirgi kunda zamonaviy va kam invaziv jarrohlik amaliyotlari orqa miya disk churralarini davolashda asosiy o‘rinni egallab bormoqda. Mikroskopik va endoskopik operatsiyalar bemorning salomatligi uchun minimal xavf xatar bilan amalga oshiriladi, operatsiyadan keyingi tiklanish jarayoni ancha tezlashadi, jarrohlik izlari ham kichik bo‘ladi va reabilitatsiya davri qisqaradi [2].

Mikrodiskektomiya zamonaviy jarrohlik texnikasida etakchi usul sifatida e‘tirof etiladi. Bu operatsiya yuqori aniqliklarga ega bo‘lgan mikroskop va mikronazoratlanuvchi asboblar yordamida amalga oshiriladi, orqa miya kanalining kichik qismi ochiladi va churrali disk qismlari mutlaqo aniqlik va ehtiyotkorlik bilan olib tashlanadi. Bunda atrof to‘qimalar, asab ildizlari, qon tomirlari maksimal darajada saqlanadi. Bemor dastlabki yuz soat ichida oyoqqa turadi va uyga chiqariladi, reabilitatsiya tez va samarali o‘tishi uchun fizioterapevt, reabilitolog nazorati ostida mashqlarga o‘tadi. Mikrodiskektomiyadan keyingi natijalar dunyo amaliyotida eng ijobiy deb baholanadi, kasallik qaytalash xavfi ham past bo‘ladi. Endoskopik diskektomiya so‘nggi yillarda tobora keng qo‘llanilmoqda. Bu usulda kichik teshikdan endoskop yordamida operatsion maydonga kiriladi, churraga bevosita ta‘sir qilinadi va zararlangan disk qismlari olib tashlanadi. Ushbu usulda atrofdagi sog‘lom to‘qimalar deyarli jarohatlanmaydi, bemor bir necha kun ichida uyiga chiqadi. Lazerli dekompressiya usulida esa, zamonaviy lazer energiyasi yordamida disk yadro qismi bug‘lantiriladi, disk ichidagi bosim kamayadi va asab ildizlariga bosim bartaraf etiladi. Bu usul kam travmatik, bemorlar uchun qulay va xavfsiz hisoblanadi.



Axborot texnologiyalari va tibbiyotning yutuqlari tufayli kelajakda orqa miya disk churralarini davolashda yana ham noinvaziv, ancha zamonaviy usullar kashf qilinmoqda. Shu jumladan, radioto‘lqinli nukleoplastika, lazerli nukleoplastika, gel-plastik muolajalar yordamida to‘liq minimal invaziv muolajalar yo‘lga qo‘yilgan. Masalan, nukleoplastika muolajasi maxsus ignalar va radioto‘lqinlar yordamida, faqat churraning yadro qismi bevosita nurlantirilib, jonli asab to‘qimalari yoki diskning sog‘lom qismlariga ziyon yetkazilmaydi. Shu sababli, zamonaviy tibbiy muassasalarda individual yondashuv asosida har bir bemorning diski va kafolatli natijaga olib keladigan muolaja uslubi tahlil qilinadi. Barcha jarrohlik va konservativ muolajalar to‘g‘ri tanlanganda va rehabilitatsiya bosqichma-bosqich amalga oshirilganda, bemor hayot sifati sezilarli ravishda yaxshilanadi. Zamonaviy fizioterapiya va massaj usullari, jismoniy mashqlar, gipokinetik muolajalar, individual dastur asosida tuzilganda, joyida o‘tiriladigan, stressli turmush tarzidan uzoqlashgan, noto‘g‘ri og‘irlik ko‘tarishdan tiyilgan bemorlar uzoq muddatli sog‘lom hayotga ega bo‘lishlari mumkin. Rehabilitatsiya bosqichi zamonaviy tibbiyotda ayniqsa ustuvor ahamiyat kasb etadi. Bu bosqichda nafaqat jismoniy terapiya, balki ruhiy yordam, stressni yengish, psixologik yordam usullari ham muhim rol o‘ynaydi [3].

Orqa miya disk churralarini zamonaviy usullarda davolash orqali bemorda hayot sifati, jismoniy faoliyati va ruhiy muvozanat to‘liq tiklanadi. Kasallikning qayta yuzaga chiqishining oldini olish uchun ilg‘or ilgari siljish va ilgari diagnostika muhim ahamiyatga ega. Bemorlar bel og‘rig‘i, harakat chegaralanishi va boshqa alomatlarni erta bosqichda sezgan zahoti zamonaviy diagnostika usullari—magnet rezonans tomografiyasi, kompyuter tomografiyasi, ultratovush tekshiruvlaridan o‘tishlari lozim. Kasallik aniqlangandan so‘ng, har bir bemor uchun mos kompleks davolash va rehabilitatsiya dasturi ishlab chiqiladi. Texnologik rivojlanishlar natijasida innovatsion yondashuvlar va ilg‘or jarrohlik, konservativ davolash protokollari joriy qilinmoqda. Har bir bemorning kasalligi individual tarzda



o‘rganiladi, xavfsiz va samarali usullar tanlanadi. Keng amaliyotda konserativ va zamonaviy operativ davolash kombinatsiyasi kasallik natijasini yanada muvaffaqiyatli va bardavom qiladi. Bemorlarni zamonaviy reabilitatsion yondashuvlar bilan sog‘lom va faol turmush tarziga qaytarish – shifokorlar oldida eng katta vazifadir. Zamonaviy muassasalarda kasallikning dastlabki bosqichidan boshlab orqa miya salomatligi, muskullar mustahkamligi, to‘g‘ri ovqatlanish, yengil jismoniy faollik, stressdan holi hayot tarziga e‘tibor qaratiladi. Bu ham kasallikning qayta rivojlanishini oldini olishda muhim. Uy sharoitida, bemor mustaqil ravishda oddiy orqa mashqlar, mushaklarni bo‘shashtiruvchi mashqlar va engil jismoniy faollikni doimiy tarzda amalga oshirib boradi. Zamonaviy sharoitda operatsiya va konservativ terapiya imkoniyatlarining keng ekanligi tibbiyotda ijobiy natijalarga olib kelmoqda. Disk churrallarini o‘z vaqtida aniqlash, davolash va to‘g‘ri reabilitatsiya bilan ham bemor hayotining faol fazasiga qaytishi, oilasi va jamiyat uchun foydali bo‘lishga asos yaratiladi [4].

Xulosa

Zamonaviy tibbiyot orqa miya disk churrallarini davolashda samarali, xavfsiz va ilg‘or usullarga tayanadi. Konservativ davo usullari, ayniqsa, kasallikning dastlabki va o‘rta bosqichlarida kasallikni cheklash va to‘liq sog‘lomlikka erishishda juda katta ahamiyat kasb etadi. Innovatsion fizioterapiya, shifobaxsh massaj, manual terapiya, dori vositalari va reabilitatsion mashqlar natijasida ortga qaytish, og‘riq sindromini yengillashtirish va bemorning turmush sifatini tiklash imkoniyati bor. Zamonaviy operativ jarrohlik, mikrodissektomiya, endoskopik va lazerli usullar bilan kasallikning og‘ir bosqichlarida hech qanday asorat va cheklovlarsiz bemor to‘liq sog‘lomlikka erishmoqda. Jarrohlikdan keyin zamonaviy reabilitatsiya choralari mustahkam sog‘lomlikni kafolatlaydi. Orqa miya kasalliklarida har doim individual yondashuv, zamonaviy usullardan foydalanish va kasallikdan so‘ng doimiy tibbiy ko‘riklardan o‘tish zarurati davom etadi. Orqa miya salomatligi inson hayotini, umumiy faoliyati va psixologik ahvolini aniqlaydigan eng asosiy omil



hisoblanib, zamonaviy davolash va reabilitatsiya tamoyillari bu imkoniyatlarning to‘liq tiklanishiga xizmat qilmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. White A.A., Panjabi M.M. “Clinical Biomechanics of the Spine.” Lippincott Williams, 2019
2. Kumar R., Natarajan M. “Modern Management of Lumbar Disc Herniation.” Elsevier, 2022
3. Qosimov S.I., “Umurtqaning degenerativ kasalliklarini zamonaviy davolash.” Toshkent, 2020
4. Kim S., McAfee P.C. “Minimally Invasive Spine Surgery: Techniques, Evidence, and Controversies.” Springer, 2021
5. Boikov B.A., “Bel disk churralari va ularni zamonaviy davolash yo‘llari.” Samarqand, 2021
6. Smith J.S., Fessler R.G. “Operative Techniques in Spine Surgery.” Elsevier, 2018
7. Ubaydullaev D. “Nevrologik reabilitatsiya asoslari.” Toshkent, 2020