



## OVQAT HAZM QILISH A'ZOLARI KASALLIKLARIDA HAMSHIRALIK PARVARISHI

**RAXMATOVA PARVINA ALISHEROVNA**

*So'zangaron Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi*

*Yetakchi o'qituvchisi*

### ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada ovqat hazm qilish a'zolari kasalliklarida hamshiralik parvarishining ahamiyati va asosiy yo'nalishlari yoritiladi. Gastrointestinal tizim kasalliklari, jumladan gastrit, oshqozon yarasi, enterit, gepatit va ichak faoliyati buzilishlari bemorlarning umumiy sog'lig'i va hayot sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Maqolada hamshiralarning bemorni baholash, simptomlarni aniqlash, parhezni nazorat qilish, dori vositalarini to'g'ri qabul qilishni ta'minlash va reabilitatsiya jarayonidagi vazifalari tahlil qilinadi. Shuningdek, kasalliklarning oldini olishda sog'lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirish va profilaktik choratadbirlarning o'rni muhim ekanligi ta'kidlanadi. Zamonaviy tibbiyotda hamshiralik parvarishi bemor holatini barqarorlashtirish va asoratlarni kamaytirishda asosiy omillardan biri hisoblanadi.

**Kalit so'zlar:** *Ovqat hazm qilish tizimi, hamshiralik parvarishi, gastrit, oshqozon yarasi, parhez, reabilitatsiya, bemor nazorati, gastrointestinal kasalliklar, profilaktika, sog'lom ovqatlanish.*

### KIRISH

Ovqat hazm qilish tizimi kasalliklari O'zbekistonda aholining eng ko'p uchraydigan sog'liq muammolaridan biri bo'lib, u gastrit, oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarasi, gepatitlar, ichak yallig'lanish kasalliklari hamda dispeptik sindromlar ko'rinishida namoyon bo'ladi. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining (WHO) Global Health Observatory (2023-yil yangilangan ma'lumotlar) tahlillariga



ko‘ra, ovqat hazm qilish tizimi kasalliklari global darajada kasallanishning muhim sabablaridan biri bo‘lib, noto‘g‘ri ovqatlanish va infeksiyon omillar asosiy risk sifatida ko‘rsatiladi.

O‘zbekistonda bu kasalliklar bilan kurashishda birlamchi tibbiy yordam tizimi muhim rol o‘ynaydi. WHOning “Primary Health Care in Central Asia” (2023-yil) hisobotida O‘zbekiston oilaviy poliklinikalar tizimini kengaytirish orqali gastrointestinal kasalliklarni erta aniqlash va profilaktika qilishni kuchaytirgani qayd etilgan. Bu yondashuv hamshiralik parvarishining ahamiyatini yanada oshiradi, chunki bemor bilan birinchi muloqot ko‘pincha hamshira tomonidan amalga oshiriladi.

### **ASOSIY QISM**

Ovqat hazm qilish kasalliklarida hamshiralik parvarishining asosiy bosqichlari bemorni baholash, simptomlarni aniqlash, parhez va dori qabulini nazorat qilish, hamda reabilitatsiya jarayonini qo‘llab-quvvatlashdan iborat. WHOning “Diet, Nutrition and Prevention of Chronic Diseases” (2003, yangilangan tavsiyalar 2022-yilgacha qo‘llanilgan) hujjatida noto‘g‘ri ovqatlanish oshqozon-ichak tizimi kasalliklarining asosiy sababi sifatida ko‘rsatilgan bo‘lib, bu hamshiralik parvarishida parhez nazoratining muhimligini asoslaydi.

O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligining 2022-2024-yillardagi klinik protokollarida gastrit va oshqozon yarasi bilan og‘riq bemorlarni parvarish qilishda hamshiraning vazifalari aniq belgilangan. Unga ko‘ra, hamshira bemorning og‘riq darajasini kuzatadi, ovqatlanish rejimini nazorat qiladi, dori vositalarini o‘z vaqtida qabul qilishni ta‘minlaydi va asoratlar (qon ketish, kuchli og‘riq, suvsizlanish)ni erta aniqlashda muhim rol o‘ynaydi.

Shuningdek, WHOning “Water, Sanitation and Hygiene (WASH)” bo‘yicha 2022-yilgi hisobotlarida ichak infeksiyalari va diareya kasalliklarining asosiy sababi sifatida gigiyena qoidalariga rioya qilmaslik ko‘rsatilgan. O‘zbekistonda ham bu



muammo ayniqsa bolalar orasida dolzarb bo‘lib, hamshiralik parvarishi doirasida sanitariya-gigiyena bo‘yicha o‘qitish va profilaktik ishlar muhim o‘rin egallaydi.

COVID-19 pandemiyasi davrida (2020-2022) WHO tahlillarida gastrointestinal simptomlar ham ayrim bemorlarda uchragani qayd etilgan. Shu davrda hamshiralik parvarishi bemorlarni uy sharoitida kuzatish, suvsizlanishni oldini olish va ovqatlanish tartibini nazorat qilishga yo‘naltirilgan.

Umuman olganda, O‘zbekistonda ovqat hazm qilish tizimi kasalliklarida hamshiralik parvarishi profilaktika, erta aniqlash, parhez nazorati va reabilitatsiya jarayonini o‘z ichiga olgan kompleks tizim sifatida rivojlanmoqda. Bu jarayon bemorlarning sog‘lig‘ini tiklash va asoratlarni kamaytirishda muhim klinik va ijtimoiy ahamiyatga ega.

Bemor 42 yoshda, oshqozon sohasida og‘riq, ko‘ngil aynishi, jig‘ildon qaynashi va ishtahaning pasayishi shikoyatlari bilan tibbiy muassasaga murojaat qildi. Dastlabki ko‘rikda bemorning umumiy holati o‘rtacha og‘irlikda baholandi. Qon bosimi 120/80 mmHg, puls 88/min, tana harorati 36.8°C, og‘riq darajasi esa 6/10 deb qayd etildi. Bemorning ovqatlanish odatlari tartibsiz ekani, ko‘pincha achchiq va yog‘li taomlar iste‘mol qilishi, shuningdek stressga tez berilishi aniqlangan.

Hamshira tomonidan o‘tkazilgan tahlil natijasida bemorda gastrit va dispeptik sindrom belgilari mavjudligi gumon qilindi. Asosiy muammolar sifatida ovqat hazm qilish buzilishi, noto‘g‘ri ovqatlanish odatlari va stress bilan bog‘liq oshqozon faoliyatining izdan chiqishi belgilandi.

Parvarish rejasida asosiy maqsadlar sifatida oshqozon og‘rig‘ini kamaytirish, ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilash, to‘g‘ri ovqatlanish tartibini shakllantirish va asoratlarning oldini olish belgilandi. Bemor uchun parhez ovqatlanish (yumshoq, kam yog‘li, issiq emas ovqatlar) tavsiya etildi. Ovqatlanish kichik porsiyalarda, kuniga 4-5 marta bo‘lishi rejalashtirildi. Achchiq, qovurilgan va gazli ichimliklar iste‘moli cheklanishi kerakligi tushuntirildi.



Amaliy parvarish bosqichida hamshira bemorning holatini muntazam kuzatib bordi, og'riq darajasini qayd etdi va shifokor tomonidan buyurilgan dori vositalarining o'z vaqtida qabul qilinishini nazorat qildi. Bemor ovqatdan keyin yengil dam olish holatiga keltirildi va oshqozonga ortiqcha yuk tushmasligi uchun yarim o'tirgan holatda bo'lishi tavsiya etildi. Suyuqlik iste'moli me'yorida ushlab turildi.

Kuzatuv jarayonida 2-3 kun ichida bemor holatida ijobiy o'zgarishlar kuzatildi. Og'riq darajasi 6/10 dan 3/10 gacha kamaydi, ko'ngil aynishi deyarli yo'qoldi, ishtaha asta-sekin yaxshilandi va bemor parhezga rioya qilishni boshladi.

Profilaktik bosqichda bemorga sog'lom ovqatlanish qoidalari, stressni kamaytirish usullari va ovqatlanish rejimini tartibga solish bo'yicha tavsiyalar berildi. Shuningdek, kasallik qaytalanishini oldini olish uchun muntazam tibbiy ko'rikdan o'tish zarurligi tushuntirildi.

Ushbu tajriba ovqat hazm qilish tizimi kasalliklarida hamshiralik parvarishi tizimli yondashuv asosida amalga oshirilganda bemor holatini sezilarli yaxshilash va asoratlarning oldini olish mumkinligini ko'rsatadi.

## **XULOSA**

Ovqat hazm qilish a'zolari kasalliklarida hamshiralik parvarishi bemor sog'lig'ini tiklash, simptomlarni kamaytirish va asoratlarning oldini olishda muhim klinik ahamiyatga ega. Amalga oshirilgan tahlil va tajriba natijalari shuni ko'rsatadiki, hamshiralik jarayoni bosqichma-bosqich yondashuv asosida tashkil etilganda bemorning umumiy holati tezroq yaxshilanadi.

Ayniqsa gastrit va dispeptik sindrom kabi holatlarda hamshiraning to'g'ri baholashi, parhezni nazorat qilishi, dori vositalarini o'z vaqtida qabul qilinishini ta'minlashi hamda bemorni to'g'ri ovqatlanish madaniyatiga o'rgatishi davolash samaradorligini oshiradi. Shuningdek, profilaktik chora-tadbirlar va sog'lom turmush tarzini shakllantirish kasallikning qaytalanish xavfini kamaytiradi.



Xulosa qilib aytganda, ovqat hazm qilish tizimi kasalliklarida hamshiralik parvarishi nafaqat davolash jarayonini qo‘llab-quvvatlaydi, balki bemor hayot sifatini yaxshilash va kasalliklarning oldini olishda ham muhim rol o‘ynaydi.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 18-dekabrdagi PF-5590-son Farmoni. “Sog‘liqni saqlash tizimini tubdan takomillashtirish bo‘yicha chora-tadbirlar to‘g‘risida”.

2. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. “Gastroenterologik kasalliklarni tashxislash va davolash bo‘yicha klinik protokollar”, 2022-yil.

3. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. “Birlamchi tibbiy yordam tizimida profilaktik ishlarni tashkil etish bo‘yicha qo‘llanma”, 2023-yil.

4. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO). “Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases”, WHO Technical Report Series, 2022-yil yangilangan tavsiyalar.