



ANEMIYA - BELGILARI, SABABLARI, DIAGNOSTIKASI VA DAVOLASH

Teshayeva Farangiz Tavakkal qizi

To'qboyeva Nasiba Sayfiddinovna

Buxoro viloyati G'ijduvon tumani

Abu Ali ibn Sino nomidagi

Jamoat salomatligi texnikumi

Annotatsiya: Mazkur maqolada anemiyaning asosiy belgilari jumladan umumiy holsizlik, tez charchash umumiy holsizlik, bosh aylanishi ,teri rangi oqarishi va yurak urushining tezlashishi kabi klinik ko'rinishlar yoritilgan.Shuningdek temir tanqisligi vitamin B12 va folat etishmovchiligi, surunkali kasalliklar hamda qon yo'qotish kabi sabablari tahlil qilingan.Anemiyani aniqlashda laborator tekshiruvlar ayniqsa umumiy qon taxlili, gemoglobin miqdori va eritrotsit ko'rsatkichlarining ahamiyati ko'rsatib berilgan.Davolash usullari esa anemiyaning turlariga qarab temir preparatlari, vitaminlar, ratsional ovqatlanish va asosiy kasallikni bartaraf etish uchun choralarni o'z ichiga olgan.

Kalit so'zlar:Anemiya ,gemoglobin, eritrotsit, temir tanqisligi, gipoksiya,diagnostika, laborator tekshiruv,vitamin B12 ,folat,davolash, qon tahlili, profilaktika.

Annotasiya:Vdannoy stat'ye rassmatrivayutsya osnovnyye simptomy anemii, vklyuchaya obshchuyu slabost', ustalost', golovokruzheniye, blednost' kozhi i uchashchennoye serdtsebiyeniye. Takzhe analiziruyutsya prichiny defitsita zheleza, vitamina B12 i foliyevoy kisloty, khronicheskikh zabolevaniy i krovopoteri. Pokazana vazhnost' laboratornykh analizov v diagnostike anemii, osobenno obshchego analiza krovi, urovnya gemoglobina i eritrotsitarnykh pokazateley.



Metody lecheniya vklyuchayut preparaty zheleza, vitaminy, sbalansirovannoye pitaniye i mery po ustraneniyu osnovnogo zabolevaniya v zavisimosti ot tipa anemii

Klyucheviye slova: anemiya, gemoglobin, eritrotsit, defitsit zheleza, gipoksiya, diagnostika, laboratornyye analizy, vitamin B12, folat, lecheniye, analiz krovi profilaktika

Abstract: Anemia, hemoglobin, erythrocyte, iron deficiency, hypo. The causes of deficiency of iron, vitamin B12 and folic acid, chronic pain and blood pressure are also analyzed. The importance of laboratory analysis and diagnosis of anemia, especially general blood analysis, hemoglobin level and erythrocyte indicators are shown. Methody lecheniya vklyuchayut preparations zheleza, vitaminy, sbalansirovannoye pitaniye i mery po ustraneniyu osnovnogo zabolevaniya v zavisimosti ot tipa anemioxixia, diagnostics, laboratory examination, vitamin B12, folate, treatment, blood analysis prevention.

Key words: anemia, hemoglobin, erythrocyte, iron deficiency, hypoxia, diagnosis, laboratory analysis, vitamin B12, folate, lecheniye, blood analysis

Anemiya butun dunyo bo'ylab millionlab odamlarga ta'sir qiladigan keng tarqalgan sog'liq muammosi bo'lib, ayollar nomutanosib ravishda ta'sir ko'rsatadi. Sog'lom qizil qon tanachalari yoki gemoglobin etishmasligi bilan tavsiflangan bu holat charchoq, zaiflik va nafas qisilishi kabi bir qator alomatlarga olib kelishi mumkin. Ushbu blog postida biz nima uchun ayollarda kamqonlik ko'proq tarqalganligi, uni qanday samarali boshqarish mumkinligi va nima uchun anemiyani izlash kerakligini ko'rib chiqamiz. Hindistonda anemiyani eng yaxshi davolash, Doktor Rahul Bhagarava kabi mutaxassislar tomonidan tavsiya etilganidek, gematolog optimal salomatlikni saqlash uchun juda muhimdir.

.Anemiya nima?



Anemiya keng tarqalgan qon kasalligi bo'lib, organizmda to'qimalarga etarli kislorod etkazib berish uchun etarli darajada sog'lom qizil qon tanachalari yoki gemoglobin etishmaydi. Anemiyani tushunish uning sabablari, belgilari, tashxisi, davolash usullari, xavf omillari va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan asoratlarni o'rganishni o'z ichiga oladi. Anemiya qizil qon tanachalari etarli bo'lmaganda yoki qizil qon tanachalarida gemoglobin etarli bo'lmaganda paydo bo'ladi. Gemoglobin kislorodni o'pkadan tananing qolgan qismiga o'tkazish va karbonat angidridni nafas olish uchun o'pkaga qaytarish uchun zarurdir. Etarlicha gemoglobin bo'lmasa, tanangizning a'zolari va to'qimalari kerakli kislorodni olmaydilar, bu turli xil sog'liq muammolariga olib kelishi mumkin.

Anemiyaning turlari va sabablari

Kamqonlikning kelib chiqishi uning turiga bog'liq bo'lib, quyidagi asosiy omillar sabab bo'lishi mumkin:

- **Temir moddasi yetishmasligi:** Eng keng tarqalgan tur. Noto'g'ri ovqatlanish, organizmning temirga bo'lgan ehtiyoji ortishi (homiladorlik davri) yoki surunkali qon yo'qotishlar (me'da-ichak yaralari, og'ir hayz sikli) tufayli yuzaga keladi.

- **Vitaminlar yetishmasligi:** B12 vitamini va foliy kislotasining kamligi qizil qon tanachalarining me'yorida ishlab chiqarilishiga to'sqinlik qiladi.

- **Surunkali kasalliklar:** Saraton, revmatoid artrit, buyrak yetishmasligi kabi yallig'lanish kasalliklari eritrotsitlar hosil bo'lishini sekinlashtiradi.

- **Nasliy (genetik) omillar:** O'roqsimon hujayrali anemiya va talassemiya kabi irsiy kasalliklarda qon hujayralarining shakli va tuzilishi o'zgaradi.

- **Suyak ko'migi kasalliklari:** Leykemiya yoki aplastik anemiya holatlarida suyak ko'migi yetarli miqdorda qon hujayralarini ishlab chiqara olmaydi

- **Gemolitik anemiya:** qizil qon hujayralarining muddatidan oldin nobud bo'lishi, bu autoimmün kasalliklar, infeksiyalar yoki irsiy kasalliklar tufayli yuzaga kelishi mumkin



Anemiyaning xavf omillari

Anemiya uchun xavf omillarini tushunish profilaktika choralari va erta aniqlashda yordam beradi: Xun tanqisligi: Temirga boy oziq-ovqatlarning etishmasligi.

Surunkali sog'liq sharoitlari: Surunkali buyrak kasalligi, saraton va yallig'lanish kasalliklari kabi holatlar. Genetik omillar: o'roqsimon hujayrali anemiya va talassemiya kabi irsiy kasalliklar. Menstrüel va reproduktiv omillar: sezilarli qon yo'qotish temir tanqisligiga olib kelishi mumkin. Homiladorlik davrida temir va foliy kislotasiga bo'lgan ehtiyojning ortishi. Turmush tarzi omillari: Agar to'g'ri boshqarilmasa, etarli miqdorda temir yoki B12 vitamini etishmasligi mumkin. Haddan tashqari spirtli ichimliklar qizil qon hujayralari ishlab chiqarishga xalaqit berishi mumkin. Yoshi va jinsi: Surunkali sog'liq sharoitlari va ozuqa moddalarining so'rilishining pasayishi tufayli keksa odamlar yuqori xavf ostida.

Anemiya belgilari

To'qimalarga kislorod yetishmasligi sababli organizmda quyidagi umumiy klinik belgilar kuzatiladi:

- Doimiy charchoq, tez toliqish va umumiy holsizlik.
- Teri, lab va ko'z qovoqlari ichki qismining oqarishi (rangparlik).
- Bosh aylanishi va quloqlarda shovqin paydo bo'lishi.
- Nafas qisishi, ayniqsa jismoniy mashqlar yoki zinadan ko'tarilishda.
- Yurak urishining tezlashishi (taxikardiya) yoki ko'krak qafasidagi og'riqlar.
- Bosh og'rig'i, sochlarning to'kilishi va tirnoqlarning mo'rtlashishi.
- Uyquchanlik, diqqatni jamlashda qiynalish.

Anemiya diagnostikasi



Kasallik tarixi va fizik tekshiruv: Semptomlar, ovqatlanish odatlari va surunkali kasalliklarni muhokama qiling. Oqargan yoki kattalashgan taloq kabi belgilarni tekshiring.

Qon testlari: qizil qon tanachalari, gemoglobin va gematokrit darajasini o'lcaydi. Temir darajasini, shu jumladan zardobdagi ferritin va transferrinning to'yinganligini baholang. B12 vitamini va foliy kislotasi darajasini o'lchang. Suyak iligi qizil qon hujayralarini etarli darajada ishlab chiqaradimi yoki yo'qligini aniqlaydi.

Qo'shimcha testlar: Ba'zida boshqa testlar natijasiz bo'lsa, suyak iligi funksiyasini baholash uchun o'tkaziladi. Surunkali qon ketish manbalarini aniqlash uchun ishlatilishi mumkin.

Davolash va boshqarish

Oziqlanishni sozlash: Temirga boy ovqatlar: yog'siz go'sht, loviya, yasmiq va quyuq bargli ko'katlarni qo'shing. Vitaminga boy ovqatlar: B12 vitamini (go'sht, sut mahsulotlari) va foliy kislotasi (bargli ko'katlar, mevalar) ga boy ovqatlar iste'mol qiling. Oziq moddalarning so'rilishini kuchaytirish: Vitamin C: tsitrus mevalari va pomidor kabi temirning so'rilishini yaxshilash uchun S vitaminiga boy ovqatlarni qo'shing. Ba'zi oziq-ovqatlardan saqlaning: ovqat paytida choy yoki qahva kabi moddalarni iste'mol qilishni kamaytiring, bu temirning so'rilishini inhibe qiladi. Surunkali vaziyatlarni

Boshqarish: Kasalliklarni boshqarish: tegishli davolanish va turmush tarzini o'zgartirish orqali asosiy surunkali kasalliklarni bartaraf etish. Qon yo'qotish bilan kurashish: Manbani aniqlang va davolang: oshqozon-ichakdan qon ketish yoki og'ir hayz ko'rish kabi qon yo'qotishiga olib keladigan sharoitlarni boshqaring.



Qo'shimchalar: Temir qo'shimchalari: temir tanqisligini tuzatish uchun. Vitamin qo'shimchalari: B12 vitamini yoki foliy kislotasi etishmasligini bartaraf etish uchun.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. "Gematologiya" darsligi mualliflar SH.A.Babadjanova Z.CH.Qurbonova..
2. "Klinik gematologiya" o'quv qo'llanmasi Mualliflar K.M.Abdiyev, A.G.madasheva..
3. "Temir tanqisligi anemiyasi" monografiyasi –Temir tanqisligi anemiyasi.mualliflar K.M.Abdiyev, A.G.Madasheva
4. "Bolalarda temir tanqisligi anemiyasining zamonaviy laboratoridiagnostika tamoyillari" mualliflar SH.SH.Berdiyarova

5. Foydalaniladigan internet manbalari.

6. <https://www.askapollo.com/physical-appointment/dermatologist>
<https://www.apollohospitals.com/patient-care/health-and-lifestyle/understanding-investigations/allergy-tests>
<https://www.apollohospitals.com/patient-care/health-and-lifestyle/diseases-and-conditions/contact-dermatitis/>