



**QABZIYAT KUZATILGAN BEMORLARDA HAMSHIRALIK
PARVARISHI: DIAGNOSTIK, PROFILAKTIK VA REABILITATSION
YONDASHUVLAR**

*Farg'ona shahar Abu Ali ibn Sino
nomidagi jamoat salomatligi texnikumi
“Terapevtik fanlar” kafedrasi o'qituvchisi
Odilova Dilorom Murodilla qizi*

Annotatsiya

Qabziyat (ich qotishi) oshqozon-ichak tizimining eng ko'p uchraydigan funksional buzilishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu holat ichak bo'shashining qiyinlashishi, najasning qattiqlashishi va defekatsiya sonining kamayishi bilan tavsiflanadi. Maqolada qabziyatning etiologiyasi, patogenezi, klinik belgilari, diagnostikasi hamda bemorlarga hamshiralik yordamining asosiy yo'nalishlari yoritilgan. Shuningdek, kasallikning oldini olish va bemorlarning hayot sifatini yaxshilashda hamshiralik parvarishining ahamiyati tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: qabziyat, konstipatsiya, ichak faoliyati, hamshiralik parvarishi, profilaktika, parhez terapiyasi, gastroenterologiya.

**NURSING CARE IN PATIENTS WITH CONSTIPATION: DIAGNOSTIC,
PROPHYLACTIC AND REHABILITATION APPROACHES**

Annotation

Constipation is one of the most common functional disorders of the gastrointestinal tract. This condition is characterized by difficulty in defecation, hardening of feces and a decrease in the number of defecations. The article discusses



the etiology, pathogenesis, clinical symptoms, diagnosis of constipation and the main areas of nursing care for patients. The importance of nursing care in preventing the disease and improving the quality of life of patients is also analyzed.

Keywords: constipation, constipation, bowel function, nursing care, prevention, dietary therapy, gastroenterology.

Kirish

Qabziyat zamonaviy tibbiyotda keng tarqalgan muammolardan biri bo'lib, barcha yoshdagi insonlarda uchrashi mumkin. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, katta yoshdagi aholining sezilarli qismi hayoti davomida kamida bir marta qabziyat muammosiga duch keladi. Qabziyat nafaqat jismoniy noqulaylik tug'diradi, balki bemorning ruhiy holati va hayot sifatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Qabziyat haqida umumiy tushuncha

Qabziyat — ichak bo'shashining sekinlashishi natijasida najasning ichakda uzoq vaqt qolib ketishi bilan kechadigan patologik holatdir. Odatda haftasiga uch martadan kam defekatsiya qilish, najasning qattiq bo'lishi va kuchanish zarurati qabziyatning asosiy belgilaridan hisoblanadi.

Etiologiyasi

Qabziyatning rivojlanishiga quyidagi omillar sabab bo'lishi mumkin:

- Ratsionda kletchatkaning yetishmasligi;
- Suyuqlikni kam iste'mol qilish;
- Kamharakat turmush tarzi;
- Stress va ruhiy zo'riqish;
- Ichak kasalliklari;
- Endokrin kasalliklar;



- Ayrim dori vositalarining nojo'ya ta'siri;
- Keksa yosh.

Klinik belgilari

Qabziyatning asosiy simptomlari:

- Ich kelishining kamayishi;
- Najasning qattiqlashishi;
- Defekatsiya vaqtida kuchanish;
- Qorin dam bo'lishi;
- Qorin sohasida og'riq va noqulaylik;
- Ishtahaning pasayishi;
- Tez charchash va umumiy holsizlik.

Uzoq davom etgan qabziyat gemorroy, anal yoriqlar va ichak faoliyatining yanada buzilishiga olib kelishi mumkin.

Qabziyatda bemorlarga hamshiralik yordami.

Bemor holatini baholash

Hamshira quyidagilarni aniqlashi zarur:

- Defekatsiya soni va xarakteri;
- Ovqatlanish odatlari;
- Ichilayotgan suyuqlik miqdori;
- Jismoniy faollik darajasi;
- Qabul qilinayotgan dori vositalari.



Parhez terapiyasini tashkil etish

Hamshira bemorga:

- Sabzavot va mevalarni ko‘proq iste‘mol qilish;
- Don mahsulotlarini ratsionga kiritish;
- Kuniga yetarli miqdorda suv ichish;
- Yog‘li va tez hazm bo‘ladigan mahsulotlarni cheklash bo‘yicha tavsiyalar beradi.

Jismoniy faollikni oshirish

Doimiy yurish, yengil gimnastika mashqlari va faol turmush tarzi ichak peristaltikasini yaxshilaydi.

Dori vositalarini nazorat qilish

Shifokor tavsiyasiga muvofiq surgilari vositalarini qabul qilish nazorat qilinadi. Ularni o‘zboshimchalik bilan uzoq muddat qabul qilish tavsiya etilmaydi.

Psixologik qo‘llab-quvvatlash

Hamshira bemorga sog‘lom turmush tarzining ahamiyatini tushuntiradi va davolanishga bo‘lgan motivatsiyasini oshiradi.

Profilaktika

Qabziyatning oldini olish uchun:

- Muvozanatli ovqatlanish;
- Yetarli suyuqlik iste‘moli;
- Faol turmush tarzi;
- Defekatsiya refleksini ushlab turmaslik;
- Stresslarni kamaytirish;
- Muntazam tibbiy ko‘riklardan o‘tish tavsiya etiladi.



Xulosa

Qabziyat keng tarqalgan gastroenterologik muammo bo'lib, uning rivojlanishida ovqatlanish va turmush tarzi muhim rol o'ynaydi. Kasallikni erta aniqlash, to'g'ri parhez terapiyasi va sifatli hamshiralik parvarishi bemorlarning hayot sifatini yaxshilash hamda asoratlarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi. Hamshiraning profilaktik va ta'limiy faoliyati qabziyatni samarali boshqarishning asosiy tarkibiy qismlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ahmedov A.A. Hamshiralik ishi asoslari. Toshkent, 2023.
2. Gastroenterologiya. Toshkent, 2022.
3. Hinkle J., Cheever K. Medical-Surgical Nursing. Elsevier, 2024.
4. Potter P., Perry A. Fundamentals of Nursing. Elsevier, 2023.
5. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi klinik tavsiyalari.