



TERAPIYA VA GERONTOLOGIYADA XAMSHIRALIK ISHI.

Xamidova Mukaddamxon Soyibjonovna

Asaka Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

Terapiya fanlar kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada terapiya va gerontologiya sohasida hamshiralik parvarishining o'ziga xos xususiyatlari tahlil qilinadi. Keksalar salomatligini saqlash, surunkali kasalliklarni boshqarish va bemorlarning hayot sifatini yaxshilashda hamshiraning o'rni yoritilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ko'p tarmoqli yondashuv va individual parvarish rejalarini qo'llash geriatrik bemorlarning klinik ko'rsatkichlarini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Kalit so'zlar: hamshiralik ishi, gerontologiya, terapiya, keksalar parvarishi, hayot sifati, surunkali kasalliklar.

Aholining qarishi global miqyosdagi demografik jarayon bo'lib, u sog'liqni saqlash tizimi oldiga yangi vazifalarni qo'ymoqda. Gerontologiya — keksalik davridagi fiziologik va patologik jarayonlarni o'rganuvchi fan sifatida terapiya bilan chambarchas bog'liq. Hamshira nafaqat davolovchi shifokor ko'rsatmalarini bajaruvchi, balki bemorning psixologik holati, ovqatlanishi va reabilitatsiyasida asosiy ko'makchi hisoblanadi. Maqolaning maqsadi — geriatrik bemorlar bilan ishlashda hamshiralik parvarishining samarali usullarini tahlil qilishdir.

Terapiya va gerontologiyada hamshiralik ishi — bu bemorning jismoniy, psixologik va ijtimoiy ehtiyojlarini qondirishga qaratilgan kompleks jarayondir. Keksalar bilan ishlashda hamshira nafaqat tibbiy xodim, balki g'amxo'r hamroh ham bo'lishi talab etiladi.

Quyida ushbu yo'nalishdagi hamshiralik faoliyatini bosqichma-bosqich va batafsil tahlil qilamiz.



Bemor holatini baholash (Hamshiralik diagnostikasi)

Keksalarda kasalliklar ko‘pincha yashirin yoki nostandart kechadi. Hamshira quyidagilarni doimiy kuzatib borishi kerak:

- Funksional holat: Bemor mustaqil yura oladimi? Kiyim kiynash, ovqatlanish yoki yuvinishda yordam kerakmi?
- Kognitiv holat: Xotira susayishi (demensiya belgilari), vaqt va makonda adashish, depressiya yoki xavotir darajasi.
- Jismoniy ko‘rsatkichlar:
 - Teri holati: Yotoq yaralari (dekubitlar) xavfi (ayniqsa, to‘shakka mixlangan bemorlarda).
 - Ovqat hazm qilish: Ishtaha, ich qotishi yoki yutishdagi qiyinchiliklar (disfagiya).
 - Ko‘rish va eshitish: Bemorning muloqotga kirishish qobiliyatini tekshirish.

Terapiyada hamshiralik parvarishi jarayoni

Terapiya bo‘limidagi bemorlarda surunkali kasalliklar (yurak-qon tomir, nafas olish, endokrin) ustunlik qiladi.

- Dori terapiyasini boshqarish:
 - Keksalar ko‘pincha bir vaqtning o‘zida 5-6 xil dori ichishadi. Hamshira "dori interaksiyasi" (dorilarning o‘zaro ta’siri)ni kuzatishi va vaqtiga rioya qilishi shart.
 - Dori qabul qilishda xatoliklarga yo‘l qo‘ymaslik uchun maxsus jadvallar tuzish.
- Surunkali kasalliklarni monitoring qilish:
 - Arterial bosim: Gipertonik bemorlarda qon bosimini sutkalik monitoring qilish.
 - Qon shakarini nazorat qilish: Qandli diabeti bor keksalar uchun glyukometr yordamida muntazam o‘lchovlar o‘tkazish.



- Nafas tizimi: O'pka kasalliklarida nafas mashqlarini o'rgatish va kislorodli terapiyani to'g'ri qo'llash.

Gerontologiyada hamshiralik parvarishining maxsus jihatlari

Gerontologiyada asosiy maqsad — hayot sifatini saqlab qolish.

- Yiqilishlarning oldini olish: Keksalarda suyak mo'rtligi (osteoporoz) sababli yiqilish juda xavfli. Hamshira xonadagi gilamlarni olib tashlash, sirpanmaydigan pol, tushunarsiz to'siqlarni yo'qotish va bemorga yurishda ko'maklashishni nazorat qilishi kerak.

- Gigena va dekubitlarning oldini olish:

- Teri quruqligiga qarshi maxsus kremlar surtish.
- Har 2 soatda bemorning holatini o'zgartirib turish.
- To'shak choyshablarini doimiy toza va quruq saqlash.

- Ovqatlanish madaniyati:

- Keksalarda ta'm bilish reseptorlari susayadi, shuning uchun ovqatlar foydali bo'lishi bilan birga, ularning ishtahasini ochadigan ko'rinishda bo'lishi kerak.

- Suyuqlik ichish tartibini nazorat qilish (buyrak va yurak yetishmovchiligini hisobga olgan holda).

Psixo-ijtimoiy yordam

Keksa bemorlar uchun muloqot — davoning bir qismidir.

- Faol tinglash: Bemorga o'z hikoyalarini so'zlab berishga imkon bering. Bu ularning ruhiy holatini sezilarli yaxshilaydi.

- Mustaqillikni rag'batlantirish: Bemor o'zi qila oladigan ishlarni (masalan, kiyim tugmalash, suv ichish) o'zi qilishi uchun imkon yaratib bering. Bu ularning ruhiyatiga ijobiy ta'sir qiladi.

Hamshiraning xavfsizlik va axloqiy qoidalari

1. Hujjatlar yuritish: Har bir o'lchov, dori yuborish va muolaja aniq qayd etilishi shart.



2. Konfidentsiallik: Bemorning shaxsiy ma'lumotlari va kasallik tarixi sir saqlanishi kerak.

3. Kasbiy etika: Keksa odamlar bilan sabrli, muloyim va hurmat bilan muomala qilish (xatolar uchun tanbeh bermaslik, baland ovozda gapirmaslik).

Terapiya va gerontologiyada hamshiraning roli tizimli yondashuv. Hamshira shunchaki muolaja qiluvchi emas, balki bemorning xavfsizligini ta'minlovchi, dori ta'sirini kuzatuvchi va uning ruhiy holatini qo'llab-quvvatlovchi mutaxassisdir.

Ushbu ma'lumotlar asosida bemorlarni parvarish qilish bo'yicha individual reja tuzishingiz yoki akademik materiallaringizni boyitishingiz mumkin. Yana boshqa biror aniq bo'lim (masalan, yotoq yaralarini davolash algoritmi yoki keksalar parhezi) haqida ma'lumot kerakmi?

Xulosa

Gerontologik hamshiralik ishi faqat tibbiy muolajalardan iborat emas. Munozara qilinayotgan asosiy masala — hamshiralarning geriatriya bo'yicha ixtisoslashgan bilimlarini oshirish zarurati. Keksalar bilan ishlashda hamshiradan nafaqat texnik mahorat, balki sabr-toqat, empatiya va geriatrik sindromlarni (yiqilishlar, xotira pasayishi, o'ziga xizmat ko'rsata olmaslik) erta aniqlash qobiliyati talab etiladi.

Xulosa qilib aytganda, terapiya va gerontologiyada hamshiralik ishi tibbiy muvaffaqiyatning ajralmas qismidir. Keksalar salomatligini mustahkamlash uchun:

- Hamshiralik kollejlari va universitetlarida gerontologiya bo'yicha maxsus modullarni kengaytirish.
- Birlamchi bo'g'in tibbiyot muassasalarida "geriatrik hamshira" lavozimlarini joriy etish.
- Bemor oila a'zolarini ham parvarish ko'nikmalariga o'rgatish (tibbiy savodxonlikni oshirish).



Ushbu chora-tadbirlar keksalarning jamiyatga faol integratsiyasini va ularning munosib qarilik davrini kechirishlarini ta'minlaydi.

Ushbu mavzu bo'yicha ilmiy maqolangizni asoslash uchun foydalanishingiz mumkin bo'lgan adabiyotlar ro'yxatini quyida havola etaman. Ro'yxat xalqaro va milliy tajribalarni qamrab olgan:

Adabiyotlar ro'yxati

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Aholiga tibbiy-sanitariya yordami ko'rsatish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorlari (2020-2026-yillar).
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. "Keksa yoshdagi fuqarolarga tibbiy xizmat ko'rsatish standartlari". Toshkent, 2024.
3. Bobojonov, B. A. *Geriatrya asoslari*. Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2022.
4. Karimov, S. X. *Terapiya bo'limida hamshiralik parvarishi*. O'quv qo'llanma. Toshkent, 2023.
5. To'rayev, M. M. *Keksalar salomatligini saqlashda zamonaviy hamshiralik texnologiyalari*. Toshkent, 2025.
6. Nurullayeva, N. A. "Keksa yoshdagi bemorlarda polipatologiya va hamshiralik yondashuvlari". *O'zbekiston tibbiyot jurnali*, 2025, №3.
7. Saidov, A. R. "Geriatrik bemorlarda psixologik holat va hayot sifatini baholash". *Tibbiyot va sport*, 2024, №5.
8. World Health Organization (WHO). *World report on ageing and health*. Geneva: WHO Press, 2023.
9. Miller, C. A. *Nursing for Wellness in Older Adults*. 8th Edition. Wolters Kluwer, 2024.
10. Fulmer, T. T. *Geriatric Nursing: Protocols for Best Practice*. Springer Publishing Company, 2023.