



BUYRAK TOSH KASALLIKLARI VA PROFILAKTIKASI

G'allaorol Abu Ali Ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi

o'qituvchisi

Muradqulov Jo'raboy Jabborovich

Annotatsiya. Mazkur maqolada buyrak tosh kasalligining etiologiyasi, patogenezi, klinik belgilari, tashxislash usullari, davolash tamoyillari hamda profilaktikasi zamonaviy ilmiy manbalar asosida yoritilgan. Buyrak tosh kasalligi siydik ajratish tizimining eng ko'p uchraydigan kasalliklaridan biri bo'lib, dunyo aholisining 10–15 foizida uchrashi qayd etiladi. Kasallikning rivojlanishida irsiy moyillik, metabolik buzilishlar, noto'g'ri ovqatlanish, suyuqlikni kam iste'mol qilish va siydik yo'llari infeksiyalari muhim o'rin tutadi. Maqolada kasallikning klinik kechishi, zamonaviy diagnostika usullari, konservativ va jarrohlik davolash usullari hamda kasallikning oldini olish bo'yicha tavsiyalar tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: buyrak tosh kasalligi, nefrolitiaz, urolitiaz, siydik tizimi, buyrak sanchig'i, profilaktika, metabolik buzilish, litotripsiya.

Аннотация. В данной статье на основе современной научной литературы рассматриваются этиология, патогенез, клинические проявления, методы диагностики, принципы лечения и профилактики мочекаменной болезни. Мочекаменная болезнь является одним из наиболее распространенных заболеваний мочевыделительной системы, поражающим примерно 10-15% населения мира. Генетическая предрасположенность, нарушения обмена веществ, недостаточное потребление жидкости, неправильные пищевые привычки и инфекции мочевыводящих путей играют важную роль в ее развитии. В статье рассматриваются клиническое течение, современные методы диагностики, консервативные и хирургические подходы к лечению, а также профилактические меры.



Ключевые слова: мочекаменная болезнь, нефролитиаз, уролитиаз, мочевыделительная система, почечная колика, профилактика, нарушения обмена веществ, литотрипсия.

Annotation. This article discusses the etiology, pathogenesis, clinical manifestations, diagnostic methods, treatment principles, and prevention of kidney stone disease based on current scientific literature. Kidney stone disease is one of the most common disorders of the urinary system, affecting approximately 10–15% of the world's population. Genetic predisposition, metabolic disorders, inadequate fluid intake, poor dietary habits, and urinary tract infections play an important role in its development. The article reviews the clinical course, modern diagnostic methods, conservative and surgical treatment approaches, and preventive measures.

Keywords: kidney stone disease, nephrolithiasis, urolithiasis, urinary system, renal colic, prevention, metabolic disorders, lithotripsy.

Kirish

Buyrak tosh kasalligi siydik ajratish tizimining keng tarqalgan kasalliklaridan biri hisoblanadi. Ushbu kasallik buyrak, siydik nayi yoki siydik pufagida mineral tuzlar va kristallarning to'planishi natijasida toshlar hosil bo'lishi bilan tavsiflanadi. Buyrak tosh kasalligi barcha yoshdagi insonlarda uchrashi mumkin, biroq u asosan 30–60 yoshdagi shaxslarda ko'proq kuzatiladi. Erkaklarda ayollarga nisbatan kasallanish ko'rsatkichi yuqoriroq bo'lsa-da, so'nggi yillarda ayollar orasida ham ushbu kasallikning uchrash tezligi ortib bormoqda.

Kasallikning dolzarbligi uning tez-tez qaytalanishi, mehnat qobiliyatining vaqtincha yo'qolishiga sabab bo'lishi, og'ir asoratlar keltirib chiqarishi va bemorlarning hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi bilan izohlanadi. Shu sababli kasallikni erta aniqlash, to'g'ri davolash va profilaktika choralarini keng qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi.

Buyrak tosh kasalligi organizmda mineral moddalar almashinuvining buzilishi natijasida rivojlanadi. Siydik tarkibida kalsiy, oksalat, fosfat, siydik



kislotalari va sistin kabi moddalarning me'yordan ortiq to'planishi kristallar hosil bo'lishiga olib keladi. Vaqt o'tishi bilan ushbu kristallar bir-biri bilan birikib, turli kattalikdagi toshlarni hosil qiladi. Toshlarining diametri bir necha millimetrdan bir necha santimetrgacha bo'lishi mumkin.

Kasallikning rivojlanishiga irsiy moyillik, kam suyuqlik iste'mol qilish, tarkibida tuz va oqsil ko'p bo'lgan ovqatlarni haddan tashqari iste'mol qilish, semizlik, kamharakat turmush tarzi, siydik yo'llarining infeksiyon kasalliklari hamda endokrin tizim kasalliklari sabab bo'lishi mumkin. Issiq iqlim sharoitida yashovchi odamlarda organizmdan ko'p suyuqlik yo'qotilishi sababli kasallik ko'proq uchraydi.

Buyrak toshlari kimyoviy tarkibiga ko'ra kalsiy oksalatli, kalsiy fosfatli, uratli, struvitli va sistinli toshlarga bo'linadi. Kalsiy oksalatli toshlar eng ko'p uchraydigan tur hisoblanadi. Uratli toshlar ko'pincha podagra va siydik kislotalari almashinuvi buzilgan bemorlarda rivojlanadi. Struvit toshlari esa asosan siydik yo'llari infeksiyasi bilan bog'liq bo'ladi.

Kasallik uzoq vaqt davomida hech qanday belgilarsiz kechishi mumkin. Tosh siydik yo'lga tushganda kuchli og'riq - buyrak sanchig'i rivojlanadi. Og'riq odatda bel sohasidan boshlanib, qov, jinsiy a'zolar yoki son ichki yuzasiga tarqaladi. Og'riq to'liqinsimon xarakterga ega bo'lib, bemor tinch holatda ham o'ziga qulay vaziyat topa olmaydi. Bundan tashqari, siydikda qon paydo bo'lishi (gematuriya), tez-tez siyish, siydik ajralishining qiyinlashishi, ko'ngil aynishi, qayt qilish va tana haroratining ko'tarilishi kuzatilishi mumkin.

Buyrak tosh kasalligiga tashxis qo'yishda bemorning shikoyatlari, kasallik tarixi va laborator hamda instrumental tekshiruvlar muhim ahamiyatga ega. Siydikning umumiy tahlili, qonning biokimyoviy tekshiruvi, buyraklarning ultratovush tekshiruvi, rentgenografiya va kompyuter tomografiyasi eng ko'p qo'llaniladigan diagnostik usullar hisoblanadi. Kompyuter tomografiyasi toshning joylashuvi, kattaligi va zichligini aniqlashda eng yuqori aniqlikka ega.



Davolash usuli toshning kattaligi, joylashuvi va kimyoviy tarkibiga bog‘liq. Diametri 5 mm gacha bo‘lgan toshlar ko‘pincha konservativ davolash yordamida tabiiy ravishda chiqib ketishi mumkin. Bunday hollarda bemorga ko‘p suyuqlik ichish, spazmolitik va og‘riq qoldiruvchi preparatlar tavsiya etiladi. Siydik kislotasidan hosil bo‘lgan ayrim toshlar dori vositalari yordamida eritilishi mumkin. Katta toshlarda zamonaviy davolash usullaridan biri masofaviy zarba to‘lqinli litotripsiya hisoblanadi. Ushbu usulda tosh maxsus apparat yordamida mayda bo‘laklarga parchalanadi va ular siydik orqali tashqariga chiqadi. Zarurat tug‘ilganda endoskopik operatsiyalar yoki ochiq jarrohlik usullari qo‘llaniladi.

Buyrak tosh kasalligining profilaktikasi kasallikning qaytalanishini kamaytirishda muhim ahamiyatga ega. Buning uchun kuniga kamida 2–2,5 litr suyuqlik iste‘mol qilish tavsiya etiladi. Tuzli, achchiq va dudlangan mahsulotlarni cheklash, meva va sabzavotlarni ko‘proq iste‘mol qilish, tana vaznini me‘yorda saqlash va muntazam jismoniy faollik bilan shug‘ullanish kasallik rivojlanish xavfini kamaytiradi. Siydik yo‘llari infeksiyalarini o‘z vaqtida davolash ham muhim profilaktik choradir.

Kasallikning ikkilamchi profilaktikasida toshning kimyoviy tarkibini aniqlash va shunga mos parhez tavsiya qilish muhim o‘rin tutadi. Uratli toshlari bo‘lgan bemorlarga purinlarga boy mahsulotlarni kamaytirish tavsiya etiladi. Oksalatli toshlarda shokolad, ismaloq, kakao va yong‘oqlarni cheklash maqsadga muvofiqdir. Kalsiy iste‘molini esa shifokor tavsiyasisiz keskin kamaytirish tavsiya etilmaydi. Buyrak tosh kasalligining oldini olishda tibbiyot hamshirasi ham muhim rol o‘ynaydi. Hamshira bemorlarga sog‘lom ovqatlanish, yetarli suyuqlik iste‘mol qilish, dori vositalarini to‘g‘ri qabul qilish hamda shifokor tavsiyalariga amal qilish bo‘yicha tushuntirish ishlarini olib boradi. Bemorlarni muntazam dispanser kuzatuviga jalb qilish kasallikning qaytalanishini kamaytirishga yordam beradi.



Xulosa

Buyrak tosh kasalligi siydik ajratish tizimining eng ko'p uchraydigan kasalliklaridan biri bo'lib, uning rivojlanishida metabolik buzilishlar, noto'g'ri ovqatlanish, kam suyuqlik iste'mol qilish va irsiy omillar muhim rol o'ynaydi. Kasallikni erta aniqlash, zamonaviy diagnostika usullaridan foydalanish va individual davolash rejasini tuzish bemorlarning sog'ayishiga hamda asoratlarning oldini olishga yordam beradi. Yetarli miqdorda suyuqlik ichish, sog'lom ovqatlanish, jismoniy faollik va muntazam tibbiy ko'riklardan o'tish buyrak tosh kasalligining birlamchi va ikkilamchi profilaktikasining asosiy yo'nalishlari hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. World Health Organization. Kidney Health and Prevention.
2. European Association of Urology. EAU Guidelines on Urolithiasis. 2025.
3. American Urological Association. Medical Management of Kidney Stones. 2024.
4. Campbell-Walsh-Wein Urology. Elsevier, 2021.
5. Smith & Tanagho's General Urology. McGraw-Hill, 2020.
6. Harrison's Principles of Internal Medicine. McGraw-Hill, 2022.
7. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Urologik kasalliklarni tashxislash va davolash bo'yicha milliy klinik tavsiyalar. Toshkent.
8. National Kidney Foundation. Clinical Practice Guidelines for Kidney Stone Prevention.