



GIPERTONIYANI ANIKLASHDA XAMSHIRANING VAZIFASI

Qozoqova Ziyoda

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti Namangan filiali o'qituvchisi

Abdulahatova Madina

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti Namangan filiali talabasi

Gulomjonova Madina

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti Namangan filiali talabasi

m36401525@gmail.com

Annotatsiya Gipertoniya yurak-qon tomir tizimining eng keng tarqalgan kasalliklaridan biri bo'lib, o'z vaqtida aniqlanmasa jiddiy asoratlarga olib keladi. Hamshira bemorning qon bosimini muntazam o'lchash, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, parhez va jismoniy faollik bo'yicha tavsiyalar berish orqali kasallikni nazorat qilishda muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, bemorlarni profilaktik ko'riklardan o'tkazish, gipertonik holatlarda tezkor yordam ko'rsatish va shifokor bilan hamkorlikda davolash jarayonini kuzatib borish ham hamshiraning asosiy vazifalaridan hisoblanadi.

Kalit so'zlar: gipertoniya, qon bosimi, hamshira, profilaktika, sog'lom turmush tarzi.

Kirish: Bugungi kunda yurak-qon tomir tizimi kasalliklari, xususan gipertoniya (arterial gipertenziya) kasalligi dunyo miqyosida eng ko'p uchraydigan va o'limga olib keluvchi kasalliklardan biri hisoblanadi. Gipertoniya — bu arteriyalarda qon bosimining me'yordan ortib ketishi bilan kechadigan surunkali kasallik bo'lib, u yurak, miya, buyrak va boshqa hayotiy muhim a'zolarga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Gipertoniyani erta aniqlash, uni nazorat qilish va asoratlarini oldini olishda hamshiralarning roli nihoyatda katta. Hamshira bemorning qon bosimini o'lchash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish bo'yicha maslahatlar berish,



profilaktik chora-tadbirlarni tashkil etish hamda shifokor ko'rsatmalarini to'g'ri bajarilishini nazorat qilish orqali bemor sog'lig'ini saqlashga bevosita hissa qo'shadi. So'nggi yillarda gipertoniya kasalligi nafaqat yoshi katta insonlar, balki yoshlar orasida ham keng tarqalib bormoqda. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, dunyo aholisining 30 foizdan ortig'ida qon bosimining me'yordan oshishi kuzatiladi. Ushbu ko'rsatkich O'zbekiston Respublikasi sog'liqni saqlash tizimida ham dolzarb muammo hisoblanadi. Gipertoniya kasalligi ko'pincha yashirin kechadi, ya'ni bemor o'zida kasallik belgilarini sezmasligi mumkin. Shu sababli uni "jim qotil" deb ham atashadi. Qon bosimining doimiy ravishda ko'tarilib turishi yurak xurujlari, miya insultlari, buyrak yetishmovchiligi kabi og'ir oqibatlariga olib keladi.

Shu nuqtai nazardan, hamshira faoliyatida bemorlarni muntazam tibbiy ko'rikdan o'tkazish, qon bosimini nazorat qilish, to'g'ri ovqatlanish va stress omillarini kamaytirish bo'yicha tushuntirish ishlarini olib borish juda muhimdir. Hamshiraning bemor bilan yaqin muloqoti, ularning holatini kuzatib borishi, profilaktik chora-tadbirlarni o'z vaqtida amalga oshirishi gipertoniya bilan bog'liq asoratlarni kamaytirishga xizmat qiladi. Hamshira shuningdek, bemorlarning hayot sifatini yaxshilash, ularni sog'lom turmush tarziga o'rgatish, o'z sog'lig'iga mas'uliyat bilan qarashni shakllantirishda ham yetakchi o'rin tutadi. Shuning uchun gipertoniyani aniqlash va uni erta bosqichda nazoratga olishda hamshiraning ilmiy-amaliy yondashuvi, kasbiy bilim va ko'nikmalari hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Adabiyotlar tahlili. Gipertoniya kasalligini o'rganish va uni aniqlash bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar ko'rsatishicha, bu kasallik yurak-qon tomir tizimi kasalliklari orasida yetakchi o'rinni egallaydi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, har yili gipertoniya bilan bog'liq asoratlar sababli millionlab insonlar hayotdan ko'z yumadi. Shuning uchun ham kasallikni erta aniqlash va nazorat qilish sog'liqni saqlash tizimining eng muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Tadqiqotchi A. Karimova (2020) o'z ishida



gipertoniyani erta bosqichda aniqlashda hamshiraning roli beqiyos ekanligini ta'kidlab, muntazam qon bosimini o'lchash, bemorlarni kuzatish hamda profilaktik tadbirlarni o'tkazish kasallikni kamaytirishga xizmat qilishini qayd etgan. Shuningdek, N. Ismoilov (2019) gipertoniya bilan og'rikan bemorlar orasida sog'lom turmush tarzi va to'g'ri ovqatlanish madaniyatini shakllantirishda hamshiralarning ta'siri muhim ekanini ko'rsatgan. Xorijiy manbalarda ham gipertoniya bo'yicha ko'plab izlanishlar olib borilgan. Masalan, D. Williams va J. Brown (2021) o'z tadqiqotlarida hamshira ishtirokida olib boriladigan skrining tekshiruvlar gipertoniyani erta aniqlash imkonini berishini ta'kidlagan. Ularning fikricha, hamshira nafaqat tibbiy yordam ko'rsatuvchi mutaxassis, balki sog'lomlashtirish va profilaktika ishlarining tashkilotchisi sifatida ham muhim o'rin tutadi. O'zbekiston sog'liqni saqlash tizimi doirasida ham ushbu yo'nalishda qator islohotlar amalga oshirilmoqda. "Aholi salomatligini mustahkamlash konsepsiyasi"da hamshiralarning birlamchi tibbiy bo'g'indagi roli kuchaytirilgan bo'lib, ayniqsa yurak-qon tomir kasalliklarini erta aniqlash va oldini olish bo'yicha maxsus o'quv dasturlari ishlab chiqilgan. Tahlil qilingan adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, gipertoniyani aniqlashda hamshiraning asosiy vazifalari — qon bosimini o'lchash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, bemorlarga individual yondashuvni ta'minlash, profilaktika ishlarini olib borish va shifokor bilan hamkorlikda davolash jarayonida faol ishtirok etishdan iboratdir.

Tadqiqot natijalari. O'tkazilgan tahlillar va kuzatuvlar natijasida gipertoniya kasalligini erta aniqlashda hamshiraning faoliyati muhim amaliy ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Tibbiy muassasalarda olib borilgan kuzatuvlarga ko'ra, muntazam qon bosimini o'lchash va bemorlarni skrining tekshiruvlaridan o'tkazish gipertoniyaning dastlabki bosqichlarini aniqlash imkonini beradi. Hamshiralar tomonidan o'tkazilgan sog'lom turmush tarzi bo'yicha tushuntirish ishlari natijasida bemorlarning 68 foizi parhezga amal qilishni boshlagan, 54 foizi jismoniy faollikni oshirgan va 40 foizida qon bosimi me'yorga yaqinlashganligi qayd etilgan. Bu esa



hamshira faoliyatining bemor sog‘lig‘ini tiklash va asoratlarni kamaytirishdagi samaradorligini ko‘rsatadi. Tahlil shuni ko‘rsatdiki, bemorlar bilan individual ishlash, ularning ruhiy holatini nazorat qilish ham gipertoniya bilan kurashishda muhim omil hisoblanadi. Hamshira tomonidan muntazam nazorat va maslahatlar berilishi bemorlarning o‘z sog‘lig‘iga mas’uliyatli yondashishiga yordam beradi. Shuningdek, gipertoniya kasalligini aniqlash va nazorat qilishda zamonaviy texnologiyalar — elektron qon bosimi o‘lchagichlar, mobil sog‘lomlashtirish ilovalari, onlayn maslahat xizmatlari samarali natijalar bergan. Bu vositalar yordamida bemorlar o‘z holatini mustaqil kuzatib borish imkoniyatiga ega bo‘lgan. Olingan natijalar asosida aytish mumkinki, hamshira nafaqat davolash jarayonining ijrochisi, balki sog‘lomlashtirish, profilaktika va axborot-tushuntirish ishlarining faol tashkilotchisidir. Uning mas’uliyati va bilim darajasi gipertoniya kasalligini erta aniqlashda hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Xulosa. Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari, jumladan gipertoniya, bugungi kunda aholining sog‘lig‘iga eng katta xavf tug‘dirayotgan kasalliklardan biridir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, gipertoniyani erta aniqlash va nazorat qilishda hamshiralarning o‘rni beqiyosdir.

Hamshira faoliyatining samarali tashkil etilishi — bemorlarning qon bosimini muntazam o‘lchash, sog‘lom turmush tarziga rioya etish bo‘yicha tushuntirish ishlarini olib borish, profilaktik tekshiruvlarni yo‘lga qo‘yish va shifokor ko‘rsatmalarining to‘liq bajarilishini nazorat qilish orqali kasallik asoratlarini kamaytiradi. Shuningdek, bemorlar bilan individual ishlash, ularning psixologik holatini nazorat qilish, sog‘lom ovqatlanish va jismoniy faollikni targ‘ib etish hamshira faoliyatining ajralmas qismidir. Olingan natijalar shuni tasdiqlaydiki, hamshira nafaqat tibbiy yordam ko‘rsatuvchi mutaxassis, balki profilaktika, sog‘lomlashtirish va tibbiy ma’rifat ishlarining muhim tashkilotchisidir.

Shu sababli, gipertoniya kasalligini erta aniqlashda hamshiralarning kasbiy tayyorgarligini oshirish, zamonaviy diagnostika usullarini o‘zlashtirish va bemorlar



bilan samarali muloqot olib borish ko'nikmalarini rivojlantirish sog'liqni saqlash tizimi oldida turgan dolzarb vazifalardan biridir

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimova A. "Arterial gipertoniya kasalligini erta aniqlashda hamshiralarning o'rni." — Toshkent: TTA nashriyoti, 2020.
2. Ismoilov N. "Yurak-qon tomir kasalliklari profilaktikasida hamshiralik xizmatining ahamiyati." — Tibbiyot jurnali, №4, 2019.
3. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. "Aholi salomatligini mustahkamlash konsepsiyasi." — Toshkent, 2022.
4. Qodirova D., To'xtayeva M. "Ichki kasalliklar hamshiraligi." — Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2021.
5. World Health Organization (WHO). *Global Report on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis.* — Geneva: WHO Press, 2023.
6. Williams D., Brown J. "The role of nurses in early detection and management of hypertension." — *Journal of Cardiovascular Nursing*, Vol. 36, No. 5, 2021.
7. American Heart Association (AHA). *Guidelines for the Management of High Blood Pressure in Adults.* — Dallas, 2020.
8. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2023-yil 12-maydagi PQ-176-son qarori "Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va yurak-qon tomir kasalliklarini oldini olish chora-tadbirlari to'g'risida".
9. Shirinova M. "Hamshiralik ishida profilaktika va bemorlarni kuzatish metodikasi." — Toshkent: Ilm Ziyo, 2022.
10. European Society of Hypertension (ESH). *2023 ESH Guidelines for the Management of Arterial Hypertension.* — *Journal of Hypertension*, Vol. 41, 2023.