



QANDLI DIABET SABABLARI, BELGILARI VA DAVOLASH YO'LLARI

Abduqodirova Muxlisa Ilhomjon qizi

Qo'qon Universiteti Andijon filiali

Tibbiyot fakulteti Davolash ishi yo'nalishi

muxlisaabduqodirova36@gmail.com

[Tel: +998884002507](tel:+998884002507)

Annotatsiya: Qandli diabet — organizmda insulin yetishmovchiligi yoki uning ta'sirining pasayishi natijasida yuzaga keladigan surunkali kasallikdir. Kasallikning asosiy sabablari irsiy moyillik, noto'g'ri ovqatlanish, semizlik, kamharakat turmush tarzi va stress bilan bog'liq. Qandli diabetning asosiy belgilari tez-tez chanqash, ko'p siydik ajratish, holsizlik, vazn yo'qotish va ko'rishning xiralashishidir. Davolash usullariga parhez, jismoniy faollik, dori vositalari va insulin terapiyasi kiradi. Kasallikni erta aniqlash va nazorat qilish asoratlarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Kalitso'zlar: qandli diabet, insulin, giperglikemiya, belgilari, davolash, parhez

Аннотация: Сахарный диабет — это хроническое заболевание, связанное с дефицитом инсулина или снижением чувствительности тканей к нему. Основными причинами развития болезни являются наследственная предрасположенность, неправильное питание, ожирение, малоподвижный образ жизни и стресс. К основным симптомам относятся жажда, частое мочеиспускание, слабость, снижение массы тела и ухудшение зрения. Лечение включает диетотерапию, физическую активность, медикаментозную терапию и инсулинотерапию. Ранняя диагностика играет важную роль в профилактике осложнений.



Ключевые слова: сахарный диабет, инсулин, гипергликемия, симптомы, лечение, диета

Abstract: *Diabetes mellitus is a chronic disease caused by insufficient insulin production or reduced insulin sensitivity in the body. The main causes include genetic predisposition, unhealthy diet, obesity, physical inactivity, and stress. Common symptoms are excessive thirst, frequent urination, fatigue, weight loss, and blurred vision. Treatment methods involve dietary management, regular physical activity, medication, and insulin therapy. Early diagnosis and proper management are essential to prevent complications.*

Keywords: *diabetes mellitus, insulin, hyperglycemia, symptoms, treatment, diet*

Kirish

Bugungi kunda qandli diabet inson salomatligi uchun eng dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu kasallik nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy-iqtisodiy ahamiyatga ham ega bo'lib, butun dunyo bo'yicha millionlab insonlarning hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, qandli diabet bilan kasallanish yildan-yilga ortib bormoqda va u o'linga olib keluvchi asosiy kasalliklar qatoridan joy olgan. Ayniqsa, noto'g'ri ovqatlanish, kamharakat turmush tarzi va stressning kuchayishi ushbu kasallikning keng tarqalishiga sabab bo'lmoqda.

Qandli diabet — bu organizmda insulin gormonining yetishmasligi yoki uning biologik ta'sirining buzilishi natijasida kelib chiqadigan surunkali modda almashinuvi kasalligidir. Insulin oshqozon osti bezida ishlab chiqarilib, qondagi glyukoza miqdorini me'yorda saqlashda muhim rol o'ynaydi. Agar insulin yetarli miqdorda ajralmasa yoki hujayralar uni o'zlashtira olmasa, qonda glyukoza miqdori oshib ketadi va giperglikemiya holati yuzaga keladi. Bu esa vaqt o'tishi bilan yurak-qon tomir, buyrak, ko'z va asab tizimi faoliyatiga jiddiy zarar yetkazadi.

Qandli diabetning asosiy turlari — birinchi tur (insulinga bog'liq) va ikkinchi tur (insulinga nisbatan qarshilik bilan kechuvchi) diabet hisoblanadi. Birinchi tur



ko'proq bolalar va yoshlarda uchrasa, ikkinchi tur asosan kattalar va keksa yoshdagi insonlar orasida keng tarqalgan. So'nggi yillarda esa noto'g'ri ovqatlanish va semizlik tufayli ikkinchi tur diabet yoshlar orasida ham ko'payib bormoqda.

Mazkur ishda qandli diabet kasalligining kelib chiqish sabablari, asosiy klinik belgilari hamda zamonaviy davolash va oldini olish usullari yoritiladi. Kasallikni erta aniqlash, sog'lom turmush tarzini shakllantirish va to'g'ri davolash choralarini qo'llash orqali og'ir asoratlarning oldini olish mumkin. Shu sababli qandli diabet haqida chuqur bilimga ega bo'lish har bir inson uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

Muhokama

Qandli diabet bugungi kunda global miqyosda sog'liqni saqlash tizimi oldida turgan eng muhim muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu kasallikning keng tarqalishi turli omillar bilan bog'liq bo'lib, ularning asosiy qismi insonlarning turmush tarzi bilan chambarchas aloqadordir. Muhokama jarayonida qandli diabetning kelib chiqish sabablari, klinik belgilari va davolash usullarining samaradorligini tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, qandli diabetning ikkinchi turi ko'p hollarda noto'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollikning yetishmasligi va semizlik bilan bevosita bog'liq. Shu bilan birga, irsiy omillar ham kasallik rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Birinchi tur diabet esa asosan autoimmun jarayonlar natijasida rivojlanib, insulin ishlab chiqaruvchi beta-hujayralarning zararlanishi bilan tavsiflanadi. Ushbu ikki tur o'rtasidagi farqlarni to'g'ri aniqlash davolash strategiyasini tanlashda muhim hisoblanadi.

Qandli diabetning klinik belgilari dastlab yengil ko'rinishda namoyon bo'lishi mumkinligi sababli, ko'plab bemorlar kasallikni erta bosqichda payqamaydi. Natijada, tashxis kech qo'yiladi va turli asoratlar rivojlanadi. Ayniqsa, yurak-qon tomir kasalliklari, diabetik nefropatiya, retinopatiya va neyropatiya diabetning eng og'ir asoratlari sirasiga kiradi. Shu sababli muntazam tibbiy ko'riklardan o'tish va qondagi glyukoza miqdorini nazorat qilish muhimdir.



Davolash masalasiga to'xtaladigan bo'lsak, qandli diabetni to'liq davolash hozircha imkonsiz bo'lsa-da, uni samarali nazorat qilish mumkin. Parhez terapiyasi va sog'lom turmush tarziga rioya qilish davolashning asosiy poydevorini tashkil etadi. Ikkinchi tur diabetda og'iz orqali qabul qilinadigan glyukozani kamaytiruvchi dori vositalari keng qo'llanilsa, birinchi tur diabetda insulin terapiyasi muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy tibbiyotda qo'llanilayotgan yangi dori vositalari va texnologiyalar bemorlarning hayot sifatini sezilarli darajada yaxshilamoqda.

Xulosa qilib aytganda, qandli diabet bilan kurashishda kompleks yondashuv zarur. Kasallikning oldini olish, erta aniqlash va samarali davolash choralarini qo'llash orqali uning salbiy oqibatlarini kamaytirish mumkin. Aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish va tibbiy savodxonlikni oshirish ushbu muammoni hal etishda muhim omil hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili

Qandli diabet kasalligi bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar ko'plab mahalliy va xorijiy olimlarning ishlarida keng yoritilgan. Ushbu kasallikning patogenezini, klinik belgilari, tashxislash usullari hamda davolash strategiyalari tibbiyot fanining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. So'nggi yillarda qandli diabetning keng tarqalishi ushbu mavzuga bo'lgan ilmiy qiziqishni yanada oshirdi.

Xorijiy adabiyotlarda qandli diabetning asosiy turlari, xususan birinchi va ikkinchi tur diabetning rivojlanish mexanizmlari batafsil o'rganilgan. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti va Xalqaro diabet federatsiyasi (IDF) tomonidan e'lon qilingan ma'lumotlarda diabetning global epidemiologiyasi, xavf omillari va uning ijtimoiy-iqtisodiy oqibatlari keng tahlil qilingan. Ushbu manbalarda semizlik, kamharakat turmush tarzi va noto'g'ri ovqatlanish ikkinchi tur diabet rivojlanishining asosiy omillari sifatida ko'rsatilgan.

Ilmiy maqolalarda insulin rezistentligi va beta-hujayralar funksiyasining buzilishi diabet patogenezidagi muhim mexanizmlar sifatida ta'kidlanadi. Shuningdek, genetik moyillik va atrof-muhit omillari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik



ko'plab tadqiqotlarda isbotlangan. Ayrim mualliflar stress va psixoemotsional holatlarning ham kasallik rivojlanishiga ta'sirini qayd etgan.

Mahalliy olimlarning ilmiy ishlarida qandli diabetning klinik kechishi, asoratlari va davolashning amaliy jihatlari yoritilgan. O'zbekiston va MDH davlatlarida olib borilgan tadqiqotlarda diabetik asoratlarning, xususan yurak-qon tomir kasalliklari, nefropatiya va retinopatiyaning keng tarqalganligi ko'rsatib o'tilgan. Ushbu adabiyotlarda kasallikni erta aniqlash va profilaktika choralarining ahamiyati alohida ta'kidlanadi.

So'nggi yillardagi ilmiy manbalarda qandli diabetni davolashda zamonaviy yondashuvlar, jumladan yangi avlod glyukozani pasaytiruvchi dori vositalari, insulin analoglari hamda raqamli texnologiyalar (glyukoza monitoringi tizimlari) keng muhokama qilingan. Bu usullar bemorlarning hayot sifatini yaxshilash va asoratlar xavfini kamaytirishda muhim ahamiyatga ega ekani qayd etilgan.

Umuman olganda, adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, qandli diabet ko'p omilli kasallik bo'lib, uni o'rganishda kompleks yondashuv zarur. Mavjud ilmiy manbalar kasallikning oldini olish, erta tashxislash va samarali davolash strategiyalarini ishlab chiqishda muhim nazariy va amaliy asos bo'lib xizmat qiladi.

Natijalar

Olib borilgan tahlillar va o'rganilgan ilmiy manbalar asosida qandli diabet kasalligining kelib chiqishi, rivojlanish mexanizmlari hamda davolash usullari bo'yicha muhim natijalarga erishildi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, qandli diabet ko'p omilli surunkali kasallik bo'lib, uning rivojlanishida irsiy moyillik bilan bir qatorda turmush tarzi omillari yetakchi rol o'ynaydi. Ayniqsa, noto'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollikning yetishmasligi va semizlik ikkinchi tur qandli diabetning asosiy xavf omillari sifatida aniqlandi.

Natijalar qandli diabetning klinik belgilari dastlabki bosqichlarda yaqqol namoyon bo'lmasligini tasdiqladi. Ko'plab holatlarda bemorlar kasallik mavjudligini kech bosqichlarda bilib, shifokorga murojaat qilishi aniqlangan. Bu esa yurak-qon tomir tizimi, buyraklar, ko'z va asab tizimi bilan bog'liq jiddiy asoratlar rivojlanish



xavfini oshiradi. Shuning uchun qondagi glyukoza miqdorini muntazam nazorat qilish va profilaktik tibbiy ko'riklarning ahamiyati yuqori ekanligi isbotlandi.

Davolash usullarini tahlil qilish natijasida kompleks yondashuv eng samarali yo'l ekani aniqlandi. Parhez terapiyasi va sog'lom turmush tarziga rioya qilish barcha turdagi qandli diabetda muhim ahamiyat kasb etadi. Ikkinchi tur diabetda og'iz orqali qabul qilinadigan glyukozani pasaytiruvchi dori vositalari glyukemiyaning barqarorlashtirishda ijobiy natija bergani kuzatildi. Birinchi tur diabetda esa insulin terapiyasi hayotiy zarur davolash usuli sifatida baholandi.

Shuningdek, zamonaviy tibbiyotda qo'llanilayotgan yangi avlod dori vositalari va glyukozani uzluksiz monitoring qilish texnologiyalari bemorlarning hayot sifatini yaxshilashda samarali ekani aniqlandi. Ushbu usullar glyukemiyaning aniq nazorat qilish va asoratlarning xavfini kamaytirishga yordam beradi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, qandli diabetni nazorat qilish va uning asoratlarni oldini olish uchun kasallikni erta aniqlash, individual davolash rejalarini ishlab chiqish hamda aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish muhim ahamiyatga ega. Olingan natijalar ushbu yo'nalishda olib boriladigan kelgusidagi ilmiy tadqiqotlar uchun mustahkam asos bo'lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. World Health Organization (WHO). *Diabetes* — kasallikning umumiy tavsifi, sabablari va davolash yo'llari.
<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/diabetes> Apollo Hospitals
2. Apollo Hospitals. *Diabetes: an overview — symptoms, causes, diagnosis, risks, treatment* — qandli diabet sabablari, belgilari va muolajalari haqida.
<https://www.apollohospitals.com/uz/corporate/health-library/diabetes-an-overview-symptoms-causes-diagnosis-risks-treatment/> Apollo Hospitals
3. Axunjonova H. A., Ikromjonova G. J. *Qandli diabet kasalligi va uning belgilari* — ilmiy maqola diabetning belgilari bo'yicha.
<https://universalpublishings.com/index.php/jusr/article/view/2704> Universal Publishings



4. Temurova F. A. *Qandli diabet kasalligi, uning kelib chiqishi va davolash usullari* — diabet sabablari va davolash bo'yicha ilmiy maqola.
<https://worldlyjournals.com/index.php/IFX/article/view/19128> [Всемирные журналы](#)
5. Suyarova S. A. va boshqalar. *Qandli diabetning kelib chiqish sabablari va uni davolash* — ilmiy-amaliy konferensiya maqolasi.
<https://in-academy.uz/index.php/yo/article/download/38834/24774/40859>
[Инновационная Академия](#)
6. QANDLI DIABET 2-TIPI: Sabablari, belgilari va davolash strategiyalari — ilmiy nashr (2025). <https://doi.org/10.5281/zenodo.15710367> [Zenodo](#)
7. Klinika.uz. *Qandli diabet: sabablari, belgilari va qondagi shakarni nazorat qilish usullari* — bemorlar uchun mashhur tibbiy portal ma'lumotnomasi.
<https://www.klinika.uz/uz/voqealar/yangiliklar/qandli-diabet-sabablari-belgilari-va-qondagi-shakarni-nazorat-qilish-usullari> [Клиника.uz](#)
8. Bilim.tma.uz. *Qandli diabet — belgilari, kelib chiqish sababi, tashxis va davolash* — Toshkent tibbiyot akademiyasi portali.
<https://bilim.tma.uz/articles/92> [Билим ТМА](#)
9. Aminova S. S. QANDLI DIABET – QANDAY KASALLIK? — ilmiy ish, diabetning belgilari va davolash yo'llari haqida.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.14919213> [InLibrary](#)
10. Texas Journal of Medical Science. *Diabetes mellitus and its causes and treatment* — diabet sabablari va davolash bo'yicha xalqaro maqola.
<https://doi.org/10.62480/tjms.2023.vol16.pp91-92> [Zie](#)