



## KO'KRAK BEZI SARATONI VA UNI OLDINI OLISH

*Ergasheva Oydina Ergashaliyeva:*

*Rishton Abu Ali ibn Sino*

*nomidagi jamoat salomatligi*

*texnikumi 2-klinik modular kafedrasi o'qituvchisi.*

**Annotatsiya :** Mazkur maqolada ko'krak bezi saratoni zamonaviy tibbiyot nuqtai nazaridan batafsil tahlil qilinadi. Unda kasallikning etiologiyasi, patogenezi, xavf omillari va rivojlanish mexanizmlari keng yoritilgan. Ayniqsa, gormonal muvozanatning buzilishi, irsiy omillar hamda tashqi muhit ta'sirining kasallik rivojlanishidagi o'rni ilmiy asosda izohlanadi. Maqolada kasallikning dastlabki va kechki klinik belgilari, ularni aniqlashdagi qiyinchiliklar hamda differensial tashxis masalalari ham ko'rib chiqiladi.

Shuningdek, zamonaviy diagnostika usullari – mammografiya, ultratovush tekshiruv, biopsiya va magnit-rezonans tomografiyaning afzalliklari va qo'llash sohalari tahlil etilgan. Profilaktika masalalari alohida o'rin tutib, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, erta skrining dasturlarini joriy etish hamda aholi orasida tibbiy madaniyatni oshirish zarurligi asoslab beriladi. Maqola yakunida ko'krak bezi saratonini erta aniqlash orqali o'lim ko'rsatkichlarini kamaytirish mumkinligi ta'kidlanadi.

**Kalit so'zlar:** Ko'krak bezi saratoni, onkologiya, profilaktika, mammografiya, erta tashxis, sog'lom turmush tarzi, ayollar salomatligi.

Ko'krak bezi saratoni bugungi kunda dunyo miqyosida ayollar salomatligiga jiddiy tahdid solayotgan dolzarb tibbiy-ijtimoiy muammolardan biri hisoblanadi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, ushbu kasallik ayollar orasida eng ko'p uchraydigan onkologik kasalliklar qatoriga kiradi va o'lim ko'rsatkichlari bo'yicha ham yuqori o'rinlardan birini egallaydi. So'nggi yillarda kasallikning yosh ayollar orasida ham uchrash hollari ortib borayotgani bu muammoning yanada dolzarbligini oshirmoqda.



Ko'krak bezi saratonining rivojlanishida ko'plab omillar – biologik, genetik, ekologik va ijtimoiy faktorlar o'zaro ta'sirda ishtirok etadi. Ayniqsa, zamonaviy hayot tarzidagi o'zgarishlar, noto'g'ri ovqatlanish, kam harakatlilik va stress kabi omillar kasallik xavfini oshiruvchi asosiy sabablar qatoriga kiradi. Shu bilan birga, ayollar orasida o'z salomatligiga yetarli e'tibor bermaslik, profilaktik ko'riklardan o'tmaslik va kasallik belgilari haqida yetarli ma'lumotga ega emaslik ham muammoni chuqurlashtiradi.

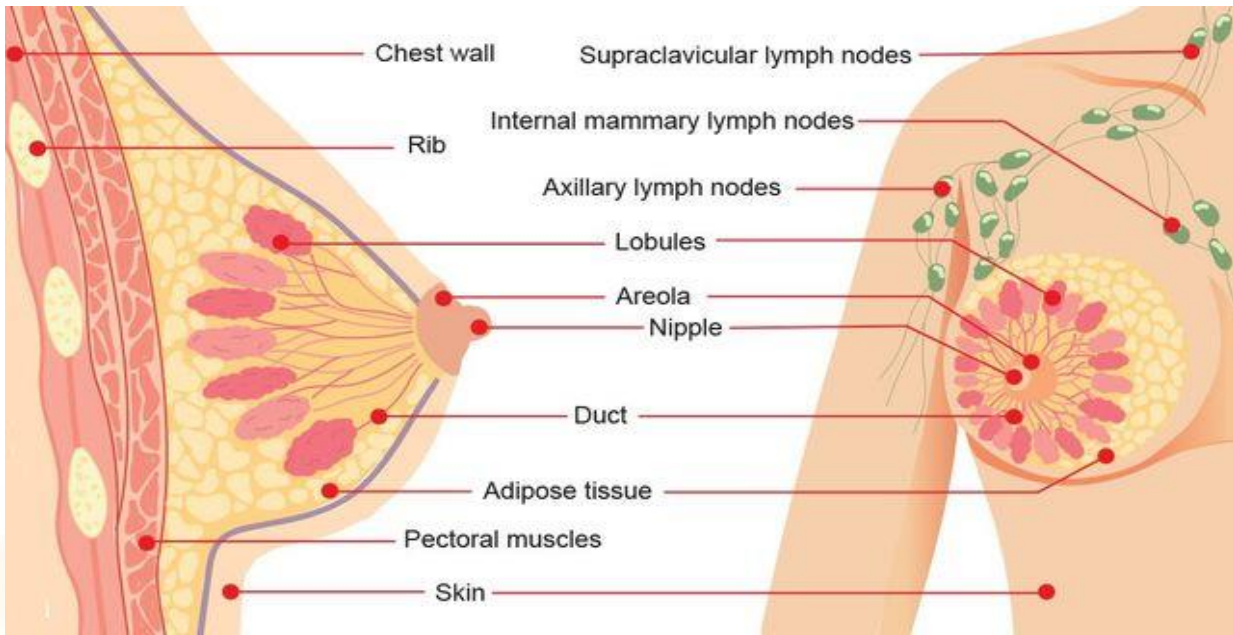
Erta bosqichda aniqlangan ko'krak bezi saratoni yuqori darajada davolanadi. Zamonaviy tibbiyotda qo'llanilayotgan innovatsion diagnostika va davolash usullari bemorlarning hayot davomiyligini uzaytirish va sifatini yaxshilash imkonini bermoqda. Shu sababli, kasallikni erta aniqlash, xavf omillarini kamaytirish va samarali profilaktika choralari amalga oshirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Mazkur maqolaning asosiy maqsadi ko'krak bezi saratoni haqida keng qamrovli ma'lumot berish, uning oldini olish yo'llarini ilmiy asosda yoritish hamda aholining tibbiy savodxonligini oshirishdan iborat.

Ko'krak bezi saratoni murakkab ko'p omilli kasallik bo'lib, uning kelib chiqishida ichki va tashqi omillar o'zaro bog'liq holda ishtirok etadi. Kasallikning etiologiyasi to'liq aniqlanmagan bo'lsa-da, ilmiy tadqiqotlar natijasida uning rivojlanishiga olib keluvchi asosiy xavf omillari aniqlangan. Ulardan eng muhimlaridan biri – irsiy moyillik hisoblanadi. Ayniqsa, BRCA1 va BRCA2 genlaridagi mutatsiyalar ayollarda ko'krak bezi saratoni rivojlanish xavfini bir necha

barobarga

oshiradi.



Gormonal omillar ham muhim rol o'ynaydi. Estrogen gormoni miqdorining uzoq vaqt davomida yuqori bo'lishi ko'krak bezi hujayralarining nazoratsiz ko'payishiga olib keladi. Erta hayz ko'rish boshlanishi, kech menopauza, kech tug'ruq yoki umuman tug'maslik kabi holatlar gormonal muvozanatga ta'sir qilib, kasallik xavfini oshiradi.

Turmush tarziga bog'liq omillar ham katta ahamiyatga ega. Noto'g'ri ovqatlanish, yog'li va yuqori kaloriyalı mahsulotlarni ko'p iste'mol qilish, jismoniy faollikning pastligi va semizlik organizmda metabolik buzilishlarni keltirib chiqaradi. Bu esa o'z navbatida saraton rivojlanishiga zamin yaratadi. Bundan tashqari, zararli odatlar – chekish va spirtli ichimliklarni iste'mol qilish ham kasallik xavfini oshiradi.

Ko'krak bezi saratonining klinik belgilari kasallik bosqichiga qarab turlicha namoyon bo'ladi. Dastlabki bosqichlarda kasallik deyarli simptomlarsiz kechadi, bu esa uni aniqlashni qiyinlashtiradi. Ko'pincha bemorlar ko'krakda og'riqsiz tugun paydo bo'lganda shifokorga murojaat qiladi. Kasallik rivojlangan sari ko'krak shaklining o'zgarishi, terining tortilishi, "apelsin po'sti"ga o'xshash ko'rinish paydo bo'lishi, so'rg'ichdan ajralmalar kelishi kabi belgilar kuzatiladi.

Zamonaviy tibbiyotda ko'krak bezi saratonini aniqlash uchun bir qator samarali diagnostika usullari mavjud. Mammografiya eng asosiy skrining usuli



bo'lib, u kasallikni erta bosqichda aniqlash imkonini beradi. Ultratovush tekshiruvi yosh ayollarda qo'shimcha usul sifatida qo'llaniladi. Biopsiya esa tashxisni tasdiqlashning eng aniq usuli hisoblanadi.

Kasallikni oldini olishda profilaktik choralar muhim o'rin tutadi. Eng avvalo, sog'lom turmush tarzini olib borish, muvozanatli ovqatlanish, jismoniy faollikni oshirish va zararli odatlardan voz kechish zarur. Ayollar o'z-o'zini muntazam tekshirib turishi va har qanday o'zgarishlarda shifokorga murojaat qilishi kerak. 40 yoshdan keyin esa muntazam mammografiya tekshiruvlaridan o'tish tavsiya etiladi.

Shunday qilib, ko'krak bezi saratoni jiddiy kasallik bo'lsa-da, uni erta aniqlash va to'g'ri profilaktika choralari ko'rish orqali kasallikning oldini olish yoki uning asoratlarini kamaytirish mumkin.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR :**

1. World Health Organization (WHO). Breast Cancer Report, 2023.
2. American Cancer Society. Breast Cancer Facts & Figures, 2022.
3. National Cancer Institute. Breast Cancer Treatment Guidelines, 2021.
4. Karimov Sh.I. Onkologiya asoslari. Toshkent, 2020.
5. Abdurahmonov A.A. Ayollar salomatligi. Toshkent, 2019.
6. Globocan Cancer Statistics, 2022.
7. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi ma'lumotlari, 2023