



YURAK ISHEMIYASI: ZAMONAVIY JAMIYATDA KENG TARQALGAN XAVF

Shukurulloxonov Fozilxon

Toshkent davlat tibbiyot universiteti

Kirish: Yurak ishemiyasi bugungi kunda inson salomatligi uchun eng dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Dunyo bo'yicha yurak-qon tomir kasalliklari orasida yetakchi o'rin egallaydi. Kasallikning erta aniqlanishi, oldini olish va samarali davolash usullarini bilish tibbiyotning muhim vazifalaridan biridir.

Kalit so'zlar: yurak ishemik kasalligi, koronar arteriyalar, ateroskleroz, miokard ishemiyasi, xavf omillari, arterial gipertenziya, qandli diabet, dislipidemiya, semizlik, chekish, gipodinamiya, erta diagnostika, profilaktika, biomarkerlar, risk stratifikatsiyasi, individual davolash

Dolzarbliigi: Yurak-qon tomir kasalliklari butun dunyo bo'yicha o'lim sabablarining yetakchi o'rinni egallaydi va ularning ulushi yildan-yilga ortib bormoqda. WorldHealth Organization ma'lumotlariga ko'ra, har yili dunyo bo'yicha taxminan 17,9milliondan ortiq inson yurak-qon tomir kasalliklari sabab vafot etadi va buumumiy o'limlarning qariyb 32% ini tashkil etadi

Asosiy qism: Yurak ishemik kasalligi bugungi kunda nafaqat dunyo miqyosida, balki O'zbekistonda ham keng tarqalgan kasalliklardan biri hisoblanadi. Mavjud ma'lumotlarga ko'ra, yurak-qon tomir kasalliklari mamlakatimizda o'lim sabablarining yetakchi qismini tashkil etadi. Aniq yillik kasallanish ko'rsatkichlari barcha manbalarda to'liq berilmagan bo'lsa-da, bu kasallik aholi salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatayotgani shubhasiz. Dunyo miqyosida esa har yili taxminan 8,9 million kishi aynan yurak ishemik kasalligi sabab hayotdan ko'z yumadi. Bu umumiy o'limlarning qariyb 30–35 foiziga teng. Statistik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, kasallik erkaklar orasida ayollarga nisbatan 1,5–2 baravar ko'proq uchraydi, ayniqsa 40 yoshgacha bo'lgan davrda bu farq yaqqol seziladi, 60 yoshdan keyin esa ko'rsatkichlar deyarli tenglashadi.



O‘zbekistonni dunyo bilan solishtirganda, yurak-qon tomir kasalliklari, jumladan yurak ishemik kasalligi ko‘rsatkichlari nisbatan yuqori yoki kamida o‘rtacha darajaga yaqin ekanligi kuzatiladi. Buning asosiy sabablari qatoriga aholi orasida noto‘g‘ri ovqatlanish odatlari, yog‘li va sho‘r taomlarning ko‘p iste‘mol qilinishi, chekishning tarqalganligi hamda jismoniy faollikning yetarli emasligi kiradi. Bundan tashqari, ayrim hududlarda profilaktik tekshiruvlarning yetarli darajada yo‘lga qo‘yilmagani ham kasallikning kech aniqlanishiga olib keladi. Rivojlangan davlatlarda esa tibbiy xizmatlarning yuqori darajada tashkil etilgani, erta diagnostika va sog‘lom turmush tarzining keng targ‘ib qilinishi tufayli bu kasallikdan o‘lim ko‘rsatkichlari asta-sekin kamayib bormoqda.

Yurak ishemik kasalligining kelib chiqishida asosiy rolni koronar arteriyalarning aterosklerotik zararlanishi o‘ynaydi. Ya‘ni, qon tomir devorlarida xolesterin va boshqa moddalarning to‘planishi natijasida tomirlar torayadi va yurak mushagiga kislorod yetib borishi kamayadi. Bu esa ishemiya, ya‘ni kislorod yetishmovchiligi holatini yuzaga keltiradi. Kasallik rivojlanishiga ta‘sir etuvchi muhim omillar qatoriga arterial gipertoniya, qandli diabet, semizlik, chekish, spirtli ichimliklarni iste‘mol qilish, kamharakat turmush tarzi, doimiy stress va irsiy moyillik kiradi. Ushbu omillar birgalikda ta‘sir qilganda kasallik rivojlanish xavfi yanada ortadi.

Yurak ishemik kasalligini davolashda eng sodda va muhim yondashuv — bu turmush tarzini o‘zgartirishdir. Avvalo, bemor chekishni tashlashi, to‘g‘ri va muvozanatli ovqatlanishga o‘tishi, yog‘li va tuzli mahsulotlarni kamaytirishi hamda muntazam jismoniy faol bo‘lishi lozim. Shu bilan birga, dori vositalari ham keng qo‘llaniladi. Masalan, aspirin qon ivishini kamaytirib, tromb hosil bo‘lishining oldini oladi, nitratlar esa yurak sohasidagi og‘riqni yengillashtiradi, beta-blokatorlar yurak yuklamasini kamaytiradi. Bundan tashqari, qon bosimi, qand miqdori va xolesterin darajasini muntazam nazorat qilib borish muhim ahamiyatga ega. Kasallik og‘ir bosqichga o‘tgan hollarda esa invaziv usullar yoki jarrohlik amaliyotlari talab qilinishi mumkin.



Xulosa: Yurak ishemik kasalligi keng tarqalgan va yuqori o'lim ko'rsatkichlariga ega bo'lgan patologiya sifatida muhim tibbiy muammo bo'lib qolmoqda. Shuni xulosa qilishimiz mumkinki, kasallik rivojlanishida asosiy o'rin koronar arteriyalarning aterosklerotik zararlanishiga hamda nazorat qilinadigan xavf omillariga bog'liq. Tahlillar kasallikning erkaklar orasida ko'proq uchrashi, yosh o'tishi bilan esa jinslar o'rtasidagi farq kamayishini ko'rsatadi. Shuningdek, notog'ri turmush tarzi uning asosiy sabablaridan biri ekanligi aniqlandi. Ilmiy jihatdan, yurak ishemik kasalligini kamaytirishda eng samarali yo'nalish — bu profilaktik choralarni kuchaytirishdir, erta diagnostika, xavf omillarini nazorat qilish. Kompleks yondashuv (turmush tarzini o'zgartirish, dori vositalari va zarur hollarda invaziv usullar) kasallik asoratlarini kamaytirish va kasallikka chalinish prognozini kamayish imkonini beradi.