

**QANDLI DIABET KASALLIGI BILAN KASALLANGAN  
BEMORLARNI PARVARISH QILISH.**

*Odilova Dilorom Murodilla qizi*  
*Farg'ona shahar Abu Ali ibn Sino*  
*nomidagi jamoat salomatligi texnikumi*  
*“Terapevtik fanlar” kafedrasi o'qituvchisi*

**Annotatsiya:** Qandli diabet, qand kasalligi —organizmda insulin tanqisligi va moddalar almashinuvi buzilishi natijasida kelib chiqadigan kasallik. Qand kasalligi sharq xalq tabobat tarixida juda qadimdan ma'lum. Abu Ali ibn Sino bu dardga alohida e'tibor beradi. "Suv qanday ichilgan bo'lsa, shu holda chiqadi", deb yozadi u. Bemorning ko'p suv ichishi boshqa kasalliklarni ham keltirib chiqaradi va bemor juda ozib ketadi. Davolarga to'xtab tabib: "Bemorga sovuq mizojli suyuqliklar ichir, sovuq jomga sol, nordon ayron ichir, mevalar ber, yalpiz damlab ichir, ya'ni bemorni ho'lla, sovut", deydi. Qand kasalligi tarixiy tibbiy manbalarga ko'ra, nasliy bo'lishi ham mumkin.

**Kalit so'zlar:** poliuriya, insulin, polifagiya, diurez, glukouriya, polidipsiya, koma, irsiyat, metabolism, glikemik kuzatuv.

CARE OF PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS

**Annotation:** Diabetes mellitus, sugar disease - a disease that occurs as a result of insulin deficiency and metabolic disorders in the body. Diabetes mellitus has been known in the history of oriental medicine for a very long time. Abu Ali ibn Sino pays special attention to this disease. "The way water is drunk, it comes out in the same way," he writes. The patient's excessive drinking of water causes other diseases and the patient loses a lot of weight. Stopping at the treatment, the doctor says: "Give the patient cold liquids, put them in a cold bowl, drink sour buttermilk, give fruits, drink mint infusion, that is, wet the patient, cool him down." According to historical medical sources, diabetes can also be hereditary.

**Keywords:** polyuria, insulin, polyphagia, diuresis, glucouria, polydipsia, coma, heredity, metabolism, glycemic monitoring.

Qandli diabet belgilari bosqichma-bosqich rivojlanadi va sekinlik bilan namoyon bo'la boshlaydi. Asosan qonda glyukoza miqdorining yuqori bo'lishi kuzatiladi. Bemorlarda kasallik paydo bo'la boshlanganida quyidagi asosiy alomatlar seziladi: Polidipsiya—qondirib bo'lmas doimiy chanqoqlik. Poliuriya—siydikda erigan glyukoza hisobiga osmotik bosimning ortishi natijasida kunlik peshob ajralishining oshishi;. Polifagiya—doimiy qondirib bo'lmas ochlik. Modda

almashinuvi buzilishi oqibatida yuzaga keladi; Ozib ketish—ayniqsa diabetning 1-tipi uchun xarakterli. Hujayralarning energetik almashinuvida uglevod ishtirok etmasligi sababli oqsil va yog'larning faol katabolizmi tufayli sodir bo'ladi

Bundan tashqari kasallikning ikkilamchi belgilari ham mavjud. Ular asta-sekin rivojlanadi va har qanday turdagi diabet uchun xarakterlidir:

- Doimiy ravishda og'izning quruqligi;
- Tana vaznining kamayishi yoki birdan oshib ketishi;
- Terining kuchli qichishi va quruqlashishi;
- Teri va yumshoq to'qimalarda yiringli yarachalar paydo bo'lishi;
- Mushaklarning kuchsizligi va haddan tashqari terlash;
- Har qanday yaralarning qiyin tuzalishi;
- Ko'rish buzilishi;
- Bosh og'rig'i, aylanishi va aqliy faoliyatning pasayishi;
- Yurak og'rig'i, jigarning kattalashishi;
- Oyoqlarda og'riq va yurishning buzilishi;
- Teri, ayniqsa oyoqlarda sezgirlik kamayishi;
- Yaralar paydo bo'lishi;
- Qon bosimining oshishi;
- Yuz va oyoq shishishi;
- Bemordan atseton hidi kelishi.



Tashxislash. Agar kasallik mavjudligiga shubha bo'lsa uni tasdiqlash yoki inkor qilish kerak bo'ladi. Buning uchun bir qator laboratoriya va instrumental diagnostik usullar bor va bu tahlillar yordamida kasallikka aniq tashxis qo'yilishi mumkin. Ularga: Qonda glyukoza miqdori—och qolganda glyukoza miqdorini aniqlash; Glyukozaga sezuvchanlik sinovi —och holatda va ovqatdan keyin ikki soat o'tib qondagi glyukoza miqdorini solishtirish; Glikemik kuzatuv —kun davomida qondagi qand miqdorini bir necha bor tahlil qilish.

Davolash samarasini o'rganish uchun qo'llaniladi; Siydikda glyukoza, oqsil, oq qon hujayralari mavjudligini tekshirish; Siydikda atseton mavjudligini tekshirish; Qonda glikolizlangan gemoglobin miqdorini aniqlash; Qonning biokimyoviy tahlili; Qondagi endogen insulinni aniqlash; EKG—diabet oqibatida miokard ko'rgan zararni aniqlash; UTT, kapilyaroskopiya kabilar yordamida qon tomirlar shikastlanish darajasini o'rganish.

To'g'ri ovqatlanishni tanlash 1-toifa va 2-toifa diabetni boshqarishning muhim qismidir, ammo ba'zi asosiy farqlar mavjud.

Qandli diabetning qaysi turiga ega bo'lishingizdan qat'i nazar, yaxshi ovqatlanish diabetni davolashning muhim qismidir. Qandli diabet dietasi qon glyukoza darajasini nazorat ostida ushlab turishga, sog'lig'ingizni saqlashga va oxir-oqibat diabet asoratlari xavfini kamaytirishga yordam beradi.

### **Qandli diabetning asosiy dietasi**

Umuman olganda, odamlar diabet ularning dietasi muvozanatli va sog'lom ekanligiga ishonch hosil qilishlari kerak, bu quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Ko'p meva va sabzavotlar
- Tovuq va baliq kabi yog'siz, terisiz go'sht
- No'xat va loviya kabi tolaga boy ovqatlar
- To'liq donalar, masalan, bug'doy noni / rotis, jigarrang guruch va boshqalar.
- Kam yog'li yoki yog'siz sut mahsulotlari
- Yog 'va tuzni cheklangan iste'mol qilish

Ushbu asoslardan tashqari, diabetga oid parhez tavsiyalari 1-toifa diabet va diabetga chalingan odamlar uchun biroz farq qiladi. 2 diabet kasalligi.

### **1-toifa diabet uchun parhez bo'yicha tavsiyalar**

Siz borganingizda 1 diabet kasalligi, tanangiz o'z-o'zidan insulin ishlab chiqarmaydi va siz odatda in'ektsiya yo'li bilan insulin olishingiz kerak. Sizning qoningizdagi glyukoza darajasi qancha ovqat iste'mol qilayotganingizga va qancha harakat qilayotganingizga qarab keskin o'zgarishi mumkinligi sababli, siz oziq-ovqat iste'mol qilishni insulin dozasi bilan ehtiyotkorlik bilan muvozanatlashingiz kerak. Bunga quyidagilar kiradi:

- Sizning yaqinlaringiz (oilangiz) va diabet bo'yicha mutaxassis bilan shaxsiy ovqatlanish rejasini yaratish uchun ishlash - uch marta va ovqat oralig'idagi gazaklar uchun ovqat tanlashda sizga yordam beradigan ko'rsatmalar

- Qondagi glyukoza darajasini kuzatib boring va bu darajalarni nazorat ostida ushlab turish uchun ovqatlanish rejangizga tuzatishlar kiriting

- Uglevodlarni hisoblash - uglevodlarni iste'mol qilishni diqqat bilan kuzatib borish - chunki uglevodlar qondagi glyukoza darajasiga eng katta ta'sir ko'rsatadi.

- Ofis ziyofatlaridan tortib bayram bufetlarigacha bo'lgan maxsus ovqatlanish holatlarini hal qilish uchun insulin dozasini qanday sozlashni o'rganing

### **2-toifa diabet uchun parhez bo'yicha tavsiyalar**

Hayot tarzini adekvat o'zgartirish (LSM) va og'iz gipoglikemik vositalarni (OHAS) litrlashiga qaramay, 2-toifa diabetga chalingan odamlarda qon glyukoza darajasini boshqarish uchun insulin talab qilinadi. Agar shunday bo'lsa, yuqorida aytib o'tilganidek, siz insulinni oziq-ovqat iste'mol qilish bilan muvozanatlashingiz kerak. Ammo 2-toifa diabetga chalingan odamlarning ko'pchiligi uchun qondagi glyukoza miqdorini parhez, jismoniy mashqlar va og'iz orqali qabul qilingan diabetga qarshi dori-darmonlar yordamida boshqarish mumkin.

2-toifa diabetga oid tavsiyalarning maqsadlari odatda sog'lom vaznga erishish yoki uni saqlab qolish va xavfni kamaytirishdir yurak kasalligi va 2-toifa diabetning boshqa keng tarqalgan asoratlari. Og'irlikni yo'qotish ko'pincha 2-toifa diabet dietasining muhim qismidir, chunki semizlik 2-toifa diabet uchun asosiy xavf omilidir.

2-toifa diabet bilan og'rigan odamlar uchun parhez tavsiyalari odatda quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Yog 'miqdori past bo'lgan muvozanatli dietaga ega bo'lish

- Kaloriyalari yuqori, ammo vitaminlar va minerallarga boy ovqatlardan kelib chiqadigan bo'sh kaloriyalarni iste'mol qilishdan saqlanish

- Sog'lom vaznga erishish yoki uni saqlab qolish uchun porsiya o'lchamlari va kaloriya iste'molini kuzatish

Periodontal yallig'lanish va uzoq muddatli yaralarni davolash Qandli diabetda tish go'shtining yallig'lanishi juda keng tarqalgan. Gormonal uzilishlar qon aylanishining yomonlashishiga va immunitetning pasayishiga olib keladi. Qandli diabetda kapillyarlar va katta tomirlarning devorlari qalinlashadi. Shu sababli, qon oqimi bilan olib boriladigan foydali moddalar periodontal hujayralarga juda oz miqdorda kiradi. Bunday holda, qayta ishlangan moddalar juda yomon chiqariladi. Bu bakteriyalarning og'iz bo'shlig'ida erkin ko'payishiga olib keladi. Shuning uchun tish go'shtining tez-tez yallig'lanishi, diabet tufayli davolash uzoqroq va qiyinlashadi. Quruq og'iz, yonish: Shakar darajasining oshishi tufayli ko'pchilik bemorlar og'iz bo'shlig'ida quruqlik va yonish natijasida kuchli tashnalikdan aziyat chekishadi.

Qandli diabet kasalligida qonda glyukoza miqdorining oshishi mayda qon

tomirlarini va asab tolalari retseptorlarini shikastlaydi, bu to‘qimalarni oziqlanishi va qon bilan ta‘minlanishning buzilishiga olib keladi. Natijada oyoqlarda jiddiy asoratlar rivojlanishi uchun zamin yaraladi.

### **Qandli diabet kasalligida oyoqlarda yara rivojlanishining asosiy omillari**

• Oyoq kiyimining har qanday nuqsonlari – terining ezilishiga yoki ishqalanishiga, mikroishemiyaga olib keladi, natijada yara paydo bo‘ladi.

• Tana vaznining ortishi oyoqning har bir bo‘g‘imiga, ayniqsa, kafti yuzasiga yuk tushishini ko‘paytiradi.

• Teri yuzasining qalinlashishi – qandli diabet kasalligi fonida terida metabolik jarayon buzilishi tufayli yuzaga keladi.

• Terining mayda jarohatlari.

### **Oyoqlarni parvarish qilish qoidalari**

1. Teri qurib qolmasin. Har kuni oyoqlarni oddiy bolalar sovuni bilan yaxshilab yuvish lozim, suv harorati yuqori bo‘lmasligi kerak. Yuvish jarayonida barmoqlar orasidagi teriga alohida ahamiyat beriladi. Oyoqlar yumshoq sochiq bilan yaxshilab artiladi va namlantiruvchi kremlardan foydalaniladi. Terining elastikligini saqlash zarur, chunki qon tomirlarining uzoq vaqt shikastlangan holda bo‘lishi terini juda qurib qolishiga va osonlik bilan yorilishiga sabab bo‘ladi. Yaxshi yoritilgan joyda oyoqlar va kaft ko‘zdan kechiriladi. Barmoqlar orasidagi teriga, teri qatlamidagi yoriqlar, tiralgan, qavariq joylar, yaralar, teri rangining o‘zgarishiga, harorat va ta‘sirni sezish qobiliyatiga e‘tibor beriladi.



2. Tirnoqlarni juda qisqa qilib va burchaklarini aylana tarzda olish mumkin emas.

3. Poyabzal qulay bo‘lsin. Poyabzalni sinchiklab tanlash lozim, u tegishli o‘lchamda va qulay bo‘lishi kerak. Orqa tarafi mustahkam, usti yumshoq, tumshug‘i

keng yoki to'rtburchak shaklda, amortizatsiyasi yaxshi sport poyabzali yoki krossovka kiygan ma'qul. Bu kabi poyabzallarning pataklari olinadi va ularni vaziyatga qarab almashtirish mumkin, masalan oyoq shishganda.

4. Oyoqlaringiz tagini asrash kerak. Ko'chada ham, uyda ham oyoqyalang yurish tavsiya etilmaydi. Tabiiy matolar – jun, paxtadan tayyorlangan oq tusli paypoq kiygan ma'qul. Paypoq rezinasi oyoqni siqmasligi kerak, aks holda oyoqlarda qon aylanishi buzilishi mumkin. Paypoqlarni iloji boricha har kuni almashtirish lozim.

**Oyoqdagi yaralarni davolashda e'tiborli bo'lish lozim** Qandli diabet kasalligida oyoq kaftlari ozgina shikastlansa ham uzoq vaqt bitmaydi va faol davolashni talab etadi. Bunday paytda yaralangan joyga antiseptik surtiladi – masalan, 70 foizli etil spirti 3 foizli perekis vodorod eritmasi bilan aralashtiriladi. Zelyonka yoki yod kabi antiseptiklardan foydalanish mumkin emas, chunki dorining rangi shifokorga yallig'lanish darajasini va infeksiya bor, yo'qligini aniqlash imkonini bermaydi. Agar yara 2-3 kun davomida bitmasa, shifokorga murojaat qilish zarur. O'z-o'zini davolashda kasallik chuqurlashib ketmasligining oldini olish kerak.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Og'izbo'shlig'idagi diabetning klinikko'rinishlari. Murtazaliyev G.M.G., Abdurahmonov A.I., Murtazaliyeva P.G.M., Nurmagomedov A.M., Magomedov G.N., Abdurahmonov G.G. Dog'istondavlat tibbiyot akademiyasi. 2014. 1-4-betlar.

2. <https://medsurgeindia.com/uz/>

3. <https://daryo.uz/>