

SURUNKALI KASALLIKLARNI OLDINI OLISHDA ERTA SKRININGNING AHAMIYATI

Nazarova Sh.O.¹, Ravshanbekova M.U.²

¹*Osiyo Xalqaro Universiteti Xorazm filiali,*

²*Osiyo Xalqaro Universiteti Xorazm filiali. Talaba*

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada surunkali kasalliklarni oldini olishda samarali vosita sifatida erta skriningning roli batafsil ko'rib chiqiladi. Yuqori xolesterin, gipertoniya, ortiqcha vazn va irsiy moyillik kabi xavf omillarini erta bosqichlarda aniqlashning ahamiyati, shuningdek ushbu omillarning yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, onkologik va o'pka patologiyalari rivojlanishiga ta'siri tahlil qilinadi.

Mualliflar erta tashxis kasallanish va o'limni sezilarli darajada kamaytirish, davolash samaradorligini oshirish hamda murakkab tibbiy aralashuvlar zaruriyatini minimallashtirishdagi ilmiy-amaliy ahamiyatiga alohida e'tibor qaratadi. Shuningdek, skrining choralari sog'liqni saqlash tizimiga integratsiya qilish zarurligi ta'kidlanib, profilaktik skriningning afzalliklari to'g'risida aholi xabardorligini oshirishning muhimligi belgilab qo'yiladi.

Maqolada muvaffaqiyatli skrining dasturlarining misollari, ularning jamoat sog'lig'iga ta'siri va amalga oshirishning iqtisodiy manfaatlari tahlil qilinadi. Sog'liqni saqlash xizmatlarining yetarli darajada mavjud emasligi, aholi qamrovining pastligi va xabardorlikning etishmasligi bilan bog'liq to'siqlar muhokama qilinadi. Skrining dasturlarini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar berilgan bo'lib, ular zamonaviy texnologiyalarni joriy etish, shaxsiylashtirilgan yondashuvlar va tibbiyot xodimlari hamda aholi orasida ta'lim tashabbuslarini kengaytirishni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar: erta skrining, surunkali kasalliklarni oldini olish, erta tashxis, xavf omillari, aholi xabardorligi, skrining dasturlari, profilaktiv tibbiyot, iqtisodiy samaradorlik, yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, saraton skriningi.

KIRISH

Yurak-qon tomir patologiyalari, qandli diabet, saraton va nafas yo'llari kasalliklari kabi surunkali kasalliklar dunyoda kasallanish va o'lim sabablari orasida yetakchi o'rinlarni egallaydi. Ular nafaqat bemorlarning hayot sifatini sezilarli darajada pasaytiradi, balki sog'liqni saqlash tizimlari uchun ham katta iqtisodiy yuk yaratadi. Bu kasalliklarga qarshi kurashning asosiy vositalaridan biri erta skrining bo'lib, u xavf omillari va patologiyalarni boshlang'ich bosqichlarda — davolash eng samarali bo'lgan davrda — aniqlab berish imkonini yaratadi.

Texnologik yutuqlar va surunkali kasalliklar etiopatogenezi bo'yicha ilmiy ma'lumotlarning to'planishi skrining dasturlarini takomillashtirish uchun yangi imkoniyatlar ochmoqda. Shunga qaramay, skriningni amalda joriy etish iqtisodiy, ijtimoiy va tashkiliy jihatlarni hisobga olishni talab qiluvchi murakkab vazifaligicha qolmoqda.

Ushbu maqola surunkali kasalliklarni oldini olishda erta skriningning ahamiyatini o'rganish, uning afzalliklari va to'siqlarini tahlil qilish, shuningdek profilaktik aralashuvlarning samaradorligini oshirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishga qaratilgan.

MATERIAL VA METODLAR

Surunkali kasalliklarni oldini olishda erta skriningning rolini o'rganish uchun quyidagi tadqiqot metodlari qo'llanildi. Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish va sintez qilish — skrining texnologiyalari, ularning kasallanish va o'limni kamaytirishga ta'siri, hamda turli mamlakatlarda amalga oshirilgan skrining dasturlarini baholash bo'yicha mavjud tadqiqotlarni ko'rib chiqish imkonini berdi. Qiyosiy tahlil turli skrining yondashuvlarining (ommaviy va maqsadli) samaradorligini hamda surunkali kasalliklarni erta aniqlash uchun ishlatiladigan diagnostik texnologiyalarni solishtirish maqsadida qo'llanildi. Xavf omillari, diagnostika metodlari va skrining aralashuvlarini amalga oshirishning asosiy bosqichlari bo'yicha ma'lumotlar tasnif va tizimlashtirish yondashuvi asosida umumlashtirildi.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Erta skrining surunkali kasalliklar yukini kamaytirish uchun mo'ljallangan profilaktiv tibbiyotning eng samarali vositalaridan biridir. Uning asosiy maqsadi kasalliklarni yoki xavf omillarini erta bosqichlarda — tuzatish imkoniyati mavjud bo'lgan davrda — aniqlashdir. Mazkur vositaning asosiy jihatlari 1-jadvalda keltirilgan.

1-jadval. Surunkali kasalliklarni oldini olishda erta skriningning roli

Jihati	Tavsif	Misollar
Erta tashxis	O'z vaqtida davolash va asoratlarning oldini olish maqsadida kasalliklarni boshlang'ich bosqichlarda aniqlash.	Prediabet → 2-toifa qandli diabet rivojlanishining oldini olish; gipertoniya → insult xavfini kamaytirish.
O'lim va nogironlikni kamaytirish	Erta davolash muvaffaqiyatli natija ehtimolini sezilarli oshiradi va nogironlik xavfini kamaytiradi.	Ko'krak raki, yo'g'on ichak raki, yurak-qon tomir kasalliklarini erta aniqlash.
Xarajat samaradorligi	Profilaktika va erta aralashuv orqali so'nggi bosqich kasalliklarini davolash xarajatlarini kamaytirish.	Gipertoniyaning davolash insultdan keyingi rehabilitatsiyaga nisbatan ancha arzonroq.
Xavf omillarini	Surunkali kasalliklar rivojlanishining	Ortiqcha vazn, yuqori xolesterin,

aniqlash	oldini oluvchi, o'zgartirish mumkin bo'lgan omillarni aniqlash va tuzatish.	chekish.
Aholini xabardor qilish	Muntazam skriningga undaydigan profilaktika ahamiyati to'g'risida xabardorlikni oshirish.	Skrining afzalliklari bo'yicha ommaviy ta'lim kampaniyalarini o'tkazish.
Sog'liqni saqlashni takomillashtirish	Resurslarni taqsimlashni optimallashtirish, statsionar yordamga yukni kamaytirish.	Ambulatoriya amaliyotiga skrining joriy etish va birlamchi tibbiy yordamni rivojlantirish.

Erta tashxis samarali skriningning asosiy jihati hisoblanadi. U kasalliklarni yoki xavf omillarini aniq klinik belgilar namoyon bo'lmasidan oldin aniqlashni o'z ichiga oladi. Bu kasallik og'ir oqibatlariga olib kelishidan oldin davolash yoki profilaktik choralar ko'rishga imkon beradi. Masalan, qon xolesterin darajasini, qon bosimini yoki prediabetik holatni skrining qilish hali yaqqol belgilari bo'lmagan, ammo miokard infarkti, insult yoki 2-toifa qandli diabet kabi jiddiy kasalliklarni rivojlantirish xavfi mavjud bo'lgan shaxslarni aniqlashga yordam beradi.

Bundan tashqari, erda tashxis faqat mavjud kasalliklarni aniqlash bilan cheklanmaydi — u keyinchalik surunkali kasalliklar rivojlanishiga olib kelishi mumkin bo'lgan yashirin xavf omillarini ham aniqlashga xizmat qiladi. Masalan, yaqqol simptomatsiz kishida ortiqcha vazn yoki semizlikni aniqlash ovqatlanish tartibini o'zgartirish va jismoniy faollikni oshirish kabi profilaktik choralar uchun boshlang'ich nuqtasiga aylanishi mumkin.

O'lim va nogironlikni kamaytirish erda skriningning muhim natijasidir. Kasalliklarni erda bosqichlarda aniqlash muvaffaqiyatli davolash va o'limli oqibatlarning oldini olish imkoniyatlarini sezilarli oshiradi. Ko'krak, bachadon bo'yni yoki yo'g'on ichak saratonini erda aniqlash kasalni birlamchi joydan tarqalmagan bosqichlarda aniqlab olishga imkon beradi. Xuddi shunday, gipertoniya, diabet va xolesterin ko'tarilishi kabi yurak-qon tomir xavf omillarini erda aniqlash va davolash o'lim yoki nogironlik ehtimolini sezilarli kamaytiradi [1, 2].

Erta skrining nafaqat tibbiy jihatdan, balki iqtisodiy jihatdan ham maqsadga muvofiqdir. Kasalliklarni erda bosqichlarda aniqlash murakkab va qimmatbaho tibbiy aralashuvlardan qochish imkonini beradi. Masalan, gipertoniyani dorilar va turmush tarzini o'zgartirish orqali erda davolash, insult yoki miokard infarktini davolashga nisbatan ancha arzonroq. Prediabetda erda aralashuv 2-toifa qandli diabetning rivojlanishini oldini olishi mumkin, bu esa amputatsiyalar yoki surunkali asoratlarni davolashning qimmatbaho xarajatlarini kamaytiradi [3].

**2-jadval. Surunkali kasalliklarni oldini olish uchun xavf omillarini
o'z vaqtida aniqlashning ahamiyati**

Xavf omili	Tavsif	Kasallik rivojlanishiga ta'siri	Profilaktika choralari
Xolesterin darajasining ko'tarilishi	Qon tomir devorlarida yog' depozitlari ateroskleroz va qon aylanishining yomonlashishiga olib keladi.	Yurak-qon tomir kasalliklarining asosiy xavf omili: miokard infarkti, insult, ateroskleroz.	Xolesterin darajasini nazorat qilish, muvozanatli ovqatlanish, jismoniy faollik, dorivor vositalar.
Gipertoniya (yuqori qon bosimi)	Yuqori qon bosimi yurak va qon tomirlariga yukni oshiradi, ularning shikastlanishiga sabab bo'ladi.	Miokard infarkti, insult, buyrak etishmovchiligi, yurak etishmovchiligining asosiy xavf omili.	Muntazam qon bosimini nazorat qilish, antihipertenziv dorilar, kam tuzli parhez, jismoniy faollikni oshirish.
Ortiqcha vazn va semizlik	Ayniqsa qorin sohasidagi ortiqcha yog' to'planishi ko'plab kasalliklar xavfini oshiradi.	Yurak-qon tomir kasalligi, 2-toifa qandli diabet, gipertoniya, ba'zi saratonlar xavfini oshiradi.	Ovqatlanishni tuzatish, jismoniy faollikni oshirish, sog'lom turmush tarziga rioya qilish.
Irsiy moyillik	Kasallikning oilaviy tarixi uni rivojlantirish ehtimolini oshirishi mumkin.	Yurak-qon tomir kasalligi, diabet, saraton xavfi bir nechta xavf omillari mavjud bo'lganda ortadi.	Muntazam skrining, genetik maslahat, oilaviy tarixga asoslangan erta tashxis va profilaktika.
Omillarning birlashgan ta'siri	Xavf omillarining o'zaro ta'siri (masalan, semizlik + gipertoniya) ularning ta'sirini sezilarli oshiradi.	Yurak-qon tomir kasalligi, diabet, saraton xavfini oshiradi; kasallik og'irligini va asoratlar ehtimolini kuchaytiradi.	Bir nechta omillarni (ovqatlanish, jismoniy faollik, vazn va qon bosimini nazorat qilish) kompleks bartaraf etish.

Yuqori xolesterin ateroskleroz, miokard infarkti va insult kabi yurak-qon tomir kasalliklarining asosiy xavf omillaridan biridir. Xolesterin darajasi ko'tarilganda lipidlar qon tomir devorlarida plaklarni hosil qiladi, bu torayishga va qon oqimining buzilishiga olib keladi. Ushbu holatni parhez, jismoniy mashqlar va dorivor vositalar orqali erta aniqlash va tuzatish jiddiy asoratlarning rivojlanishini oldini olishi mumkin [4].

Gipertoniya yurak-qon tomir kasalligi uchun yetakchi xavf omillaridan biridir. Doimiy ravishda yuqori qon bosimi yurak va qon tomirlariga yukni oshiradi, bu miokard infarkti, insult va buyrak etishmovchiligiga sabab bo'lishi mumkin. Qon bosimini muntazam nazorat qilish va uni dori hamda turmush tarzini o'zgartirish orqali o'z vaqtida bartaraf etish ushbu kasalliklar xavfini sezilarli kamaytiradi [5].

Ortiqcha vazn va semizlik nafaqat yurak-qon tomir kasalligi, balki 2-toifa qandli diabet, gipertoniya, osteoartrit va ba'zi saratonlar uchun ham asosiy xavf omillari

hisoblanadi. Ayniqsa, abdominal semizlik insulin qarshiligiga hissa qo'shib, qon shakar darajasining ko'tarilishiga olib keladi. Ortiqcha vaznni erta aniqlash parhez tuzatmalari va jismoniy faollikni oshirish kabi o'z vaqtidagi aralashuvlarga imkon beradi.

Irsiy moyillik ham yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet va saraton kabi ko'plab surunkali kasalliklar rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Ko'krak yoki ichakning saratoni kabi kasalliklarning oilaviy tarixiga ega bo'lgan shaxslarda ularni rivojlantirish xavfi yuqori bo'lishi mumkin. Ushbu xavflarni erta aniqlash individual skrining va profilaktika dasturlarini ishlab chiqishga imkon beradi [6].

Muvaffaqiyatli skrining dasturlari tahlili

Ko'krak raki skrining dasturi (mammografiya). Mammografiya ko'krak rakini erta aniqlashning eng samarali usullaridan biri hisoblanadi. Ko'plab rivojlangan mamlakatlarda 40–50 yoshdan katta ayollar uchun muntazam skrining dasturlari mavjud. AQShda skrining dasturini joriy etish muntazam skriningda qatnashayotgan ayollar orasida ko'krak rakidan o'limni 20–30 foizga kamaytirdi [7]. Erta aniqlash murakkab va qimmatbaho muolajalardan qochish imkonini beradi, bu sog'liqni saqlash tizimining moliyaviy yukini sezilarli kamaytiradi.

Bachadon bo'yni saraton skriningi. Pap-testi va inson papillomavirus (HPV) testlari yordamida bachadon bo'yni saraton uchun muntazam skrining joriy etish bu turdagi saraton kasallanishi va o'limini sezilarli kamaytirganligi isbotlangan. Skrining keng qo'llanilgan Shimoliy Yevropa mamlakatlarida bachadon bo'yni saratonidan o'lim 60–70 foizga kamaydi [8].

2-toifa qandli diabet skriningi. Qon shakar testi yoki glikatlangan gemoglobin testi orqali amalga oshiriladigan skrining kasallikni erta bosqichda — samarali aralashuv mumkin bo'lgan davrda — aniqlashga yordam beradi. Buyuk Britaniyada diabet skriningini joriy etish asoratlarni kamaytirdi va bemorlarning hayot sifatini yaxshiladi [9].

Gipertoniya skriningi. Yaponiya va Finlandiya kabi mamlakatlarda gipertoniya skriningini keng joriy etish orqali insult va miokard infarktida sezilarli kamayish kuzatildi. Iqtisodiy foyda qimmatbaho favqulodda aralashuvlarni kamaytirishda yaqqol namoyon bo'ladi.

Yo'g'on ichak saratoni skriningi. Kolonoskopiya yordamida yo'g'on ichak saratonini skrining qilish saraton oldi o'zgarishlarini yoki saratonni erta bosqichda aniqlash imkonini beradi. Milliy skrining dasturlari joriy etilgan Avstraliya va AQShda kasallikdan o'lim 30–50 foizga kamaydi [10].

Skrining dasturlarini amalga oshirishdagi to'siqlar

Skrining dasturlarini muvaffaqiyatli amalga oshirishning asosiy to'siqlaridan biri — sog'liqni saqlash xizmatlarining cheklangan mavjudligi, ayniqsa qishloq va uzoq hududlarda. Ushbu to'siqni bartaraf etish uchun mobil tibbiy bo'linmalarni rivojlantirish, teletibbiyot texnologiyalarini joriy etish va tibbiyot infratuzilmasini

yaxshilash zarur.

Aholi qamrovining etarli emasligi muammosi ham dolzarbligicha qolmoqda. Bu ommaviy skriningni tashkil etishning yetarli emasligi, resurslarning cheklanganligi yoki ijtimoiy-iqtisodiy omillar tufayli yuzaga keladi. Ijtimoiy zaif guruhlar (past daromadli, keksa yoki ko'chib kelgan aholi) uchun bepul yoki subsidiyalangan skrining dasturlarini joriy etish bu muammoni hal qilishga yordam beradi.

Skrining ahamiyati to'g'risida past xabardorlik ham jiddiy to'siq hisoblanadi. Ko'p odamlar erta aniqlanishning muhimligini tushunmaydi yoki tashxis qo'yilishidan qo'rquvi sababli skriningdan qochadi. Muntazam skrining ahamiyati haqida axborot va ta'lim kampaniyalari orqali bu muammoni bartaraf etish mumkin. Madaniy o'ziga xosliklar, an'analar va til to'siqlari ham ayrim aholilar orasida skriningga to'siq bo'lishi mumkin — skrining dasturlarini loyihalashtirishda bu omillarni hisobga olish zarur.

Skrining dasturlarini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar

Zamonaviy texnologiyalarni joriy etish. Teletibbiyot va mobil ilovalar (qon bosimi, qon shakar yoki teri holatlarini monitoring qilish uchun) skrining qamrovini sezilarli oshirishi mumkin. Sun'iy intellekt algoritmlari tasvirlarni tahlil qilishda (ko'krak, o'pka yoki yo'g'on ichak saratonini skrining qilishda) yuqori aniqlik bilan yordam berishi mumkin. Mobil diagnostika bo'linmalaridan foydalanish tibbiyot muassasalaridan uzoq hududlarda ommaviy skrining o'tkazishga imkon beradi.

Shaxsiylashtirilgan yondashuvlar. Skrining dasturlari yosh, jins, kasalliklarning oilaviy tarixi, genetik moyillik va turmush tarzi kabi individual xavf omillarini hisobga olishi lozim. Genetik testlarni skrining dasturlariga kiritish — masalan, BRCA1 va BRCA2 genlaridagi mutatsiyalar uchun test — aniqlikni yaxshilaydi. Aholini xavf guruhlariga bo'lish va har bir guruh uchun maqsadli skrining dasturlarini taklif etish samaradorlikni oshiradi.

Ta'lim tashabbuslari. Tibbiyot xodimlari surunkali kasalliklarni tashxislash va skrining qilishning yangi metodlaridan xabardor bo'lish uchun doimiy ta'lim olishlari zarur. Maktab va universitetlarda muntazam tibbiy ko'rikning ahamiyatini va sog'lom turmush tarzini tushuntiradigan ta'lim tadbirlarini tashkil etish kelajak avlodlarda profilaktikaga munosabatni shakllantirishda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ijtimoiy zaif guruhlar uchun skrining muolajalar narxini kamaytirish ham amaliy ahamiyat kasb etadi.

XULOSALAR

Erta skrining surunkali kasalliklarni davolash eng samarali va iqtisodiy jihatdan arzonroq bo'lgan boshlang'ich bosqichlarda o'z vaqtida aniqlash imkonini beruvchi profilaktikaning eng muhim vositasidir. Tizimli va keng qamrovli skrining dasturlarini joriy etish saraton, yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet va boshqa kasalliklardan kasallanish va o'limni kamaytirishga yordam beradi. Bu, o'z navbatida, aholining hayot sifatini sezilarli yaxshilaydi va sog'liqni saqlash tizimlariga yukni kamaytiradi.

Biroq skrining dasturlarining samaradorligini maksimal darajada oshirish uchun bir qator to'siqlarni bartaraf etish zarur: sog'liqni saqlash xizmatlariga yetarli murojaat yo'qligi, aholi va tibbiyot xodimlari orasida past xabardorlik darajasi hamda ayrim aholi guruhlarining yetarli darajada qamrab olinmasligi. Skriningni yanada qulay va shaxsiy qilish uchun teletibbiyot, sun'iy intellekt, mobil tibbiy qurilmalar va biomarkerlar kabi zamonaviy texnologiyalarni faol qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi.

Bir xil darajada muhim jihat — tibbiyot xodimlari orasida ham, umumiy aholi orasida ham ta'lim va xabardorlik ishidir. Xulosa qilib aytganda, skrining dasturlarini muvaffaqiyatli joriy etish va rivojlantirish sog'liqni saqlash infratuzilmasini takomillashtirish, zamonaviy texnologiyalar va ilmiy yutuqlardan foydalanish hamda kasalliklarni oldini olish jarayoniga butun jamiyatni faol jalb etishni o'z ichiga oluvchi kompleks yondashuvni talab qiladi.

ADABIYOTLAR

1. World Health Organization. Noncommunicable diseases: progress monitor 2022. Geneva: WHO, 2022.
2. Yusuf S. et al. Modifiable risk factors, cardiovascular disease, and mortality in 155 722 individuals from 21 high-income, middle-income, and low-income countries // *The Lancet*. — 2020. — Vol. 395. — P. 795–808.
3. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes — 2023 // *Diabetes Care*. — 2023. — Vol. 46, Suppl. 1.
4. Grundy S.M. et al. 2018 AHA/ACC/AACVPR/AAPA guideline on the management of blood cholesterol // *Circulation*. — 2019. — Vol. 139. — P. e1082–e1143.
5. Whelton P.K. et al. 2017 ACC/AHA High Blood Pressure Clinical Practice Guideline // *Hypertension*. — 2018. — Vol. 71. — P. e13–e115.
6. Khoury M.J. et al. Population screening in the age of genomic medicine // *New England Journal of Medicine*. — 2003. — Vol. 348. — P. 50–58.
7. Oeffinger K.C. et al. Breast cancer screening for women at average risk // *JAMA*. — 2015. — Vol. 314. — P. 1599–1614.
8. Arbyn M. et al. Predictions on the burden of cervical cancer in Europe // *Annals of Oncology*. — 2007. — Vol. 18. — P. 1361–1369.
9. Diabetes Prevention Program Research Group. Reduction in the incidence of type 2 diabetes with lifestyle intervention or metformin // *NEJM*. — 2002. — Vol. 346. — P. 393–403.
10. Brenner H. et al. Long-term risk of colorectal cancer after negative colonoscopy // *New England Journal of Medicine*. — 2011. — Vol. 365. — P. 1298–1306.