

ANEMIYA: TURLARI, SABABLARI VA DAVOLASH USULLARI

2-Margʻilon Abu Ali ibn Sino nomidagi

tibbiyot

texnikumi

Yoqubjonova Mavludaxon

Shavkatjon qizi

Annotatsiya: Ushbu maqolada anemiya patologiyasining zamonaviy tibbiyotdagi oʻrni, qon tarkibidagi gemoglobin va eritrotsitlar miqdori kamayishining asosiy omillari tahlil qilingan. Maqolada anemiyaning eng koʻp uchraydigan turlari — temir tanqisligi, B12 vitamini yetishmovchiligi va gemolitik anemiyalar haqida batafsil maʼlumot berilgan hamda ularni bartaraf etishning samarali usullari koʻrsatib oʻtilgan.

Kalit soʻzlar: Anemiya, gemoglobin, eritrotsitlar, temir tanqisligi, ferritin, gipoksiya, gematologiya, klinik-gematologik sindromidir, vitamin B12.

Kirish. Anemiya — bu qon birligi hajmidagi gemoglobin va eritrotsitlar miqdorining kamayishi bilan xarakterlanadigan holat. Bu kasallik emas, balki organizmdagi boshqa bir muammoning belgisi hisoblanadi. Dunyo aholisining qariyb 25% qismi u yoki bu koʻrinishdagi anemiyadan aziyat chekadi. **Anemiya** (yunoncha *an* — inkor, *haima* — qon) — bu qon hajmi birligida eritrotsitlar sonining kamayishi va gemoglobin konsentratsiyasining pasayishi bilan tavsiflanuvchi patologik holatdir. Zamonaviy tibbiyot nuqtayi nazaridan anemiya mustaqil kasallik boʻlmay, balki organizmdagi turli tizimli buzilishlar, surunkali patologiyalar yoki alimentar (ovqatlanish bilan bogʻliq) muammolarning oʻziga xos **klinik-gematologik sindromidir**.

Jahon sogʻliqni saqlash tashkiloti (JSST) maʼlumotlariga koʻra, bugungi kunda dunyo aholisining qariyb **1,62 milliard nafari** (taxminan 25%) anemiyadan aziyat

chekmoqda. Ushbu ko'rsatkich, ayniqsa, rivojlanayotgan mamlakatlarda, yosh bolalar, reproduktiv yoshdagi ayollar va homiladorlar orasida yuqori xavf omili bo'lib qolmoqda.

Anemiyaning asosiy fiziologik xavfi **gipoksiya** — to'qima va a'zolarining kislorod bilan yetarli darajada ta'minlanmasligidir. Gemoglobin kislorodni o'pka alveolalaridan periferik to'qimalarga tashish vazifasini bajarganligi sababli, uning miqdori kamayishi natijasida barcha metabolik jarayonlar sekinlashadi. Bu esa o'z navbatida yurak-qon tomir, asab va immun tizimlarining funksional buzilishiga olib keladi.

Hozirgi vaqtda anemiyaning 200 dan ortiq turlari ma'lum bo'lib, ularning etiopatogenezi o'rganish nafaqat gematologiya, balki pediatriya, ginekologiya va ichki kasalliklar propedevtikasining eng dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi.

1. Anemiyaning asosiy turlari va sabablari

Anemiyaning keltirib chiqaruvchi omillarga ko'ra bir necha guruhga bo'lish mumkin:

- **Temir tanqisligi anemiyasi (TTA):** Eng ko'p tarqalgan tur. Sababi — organizmga temir moddasi yetishmasligi (noto'g'ri ovqatlanish, surunkali qon yo'qotishlar).
- **B12 va foliy kislotasi tanqisligi:** Vitaminlarning yetishmasligi natijasida eritrotsitlar noto'g'ri shakllanadi (megaloblastik anemiya).
- **Gemolitik anemiya:** Eritrotsitlarning muddatidan oldin parchalanishi natijasida yuzaga keladi.
- **Aplastik anemiya:** Suyak ko'migi yetarli miqdorda qon hujayralarini ishlab chiqara olmasligi.

2. Klinik manzarasi va simptomatologiyasi

Anemiya klinikasi ikki asosiy sindromdan tashkil topadi: **umumiy anemik sindrom** (kislород yetishmovchiligi natijasida) va **sideropenik sindrom** (temir moddasi tanqisligi natijasida to‘qimalarning shikastlanishi).

A. Umumiy anemik sindrom (Gipoksiya belgilari):

Bu belgilar barcha turdagi anemiyalar uchun xos bo‘lib, organizmning kislород ochligiga nisbatan reaksiyasidir:

- Asteno-vegetativ buzilishlar: Surunkali charchoq, uyquchanlik, ish qobiliyatining pasayishi, asabiylashish va diqqatni jamlashning qiyinlashishi.
- Gipoksik o‘zgarishlar: Jismoniy zo‘riqishda (ba‘zan tinch holatda ham) hansirash, bosh og‘rig‘i va quloqlarda shovqin bo‘lishi.
- Kardiovaskulyar moslashuv: Yurak urishining tezlashishi (taxikardiya), yurak sohasida sanchiqalar va arterial bosimning pasayishiga moyillik.
- Tashqi o‘zgarishlar: Teri va shilliq qavatlarning (ayniqsa, ko‘z konyunktivasi va til) sezilarli darajada oqarishi.

B. Sideropenik sindrom (To‘qimalar trofikasining buzilishi):

Bu belgilar ko‘pincha temir tanqisligi anemiyasida yaqqol namoyon bo‘ladi va epiteliya hujayralarining yangilanishi buzilishidan dalolat beradi:

- Dermatologik o‘zgarishlar: Terining haddan tashqari quruqlashishi, tovon va qo‘l kaftlarining yorilishi.
- Tirnoq va sochlar: Tirnoqlarning yupqalashishi, ko‘ndalang chiziqlar paydo bo‘lishi va qoshiqsimon shaklga kirishi (koilonixiya). Sochlarning xiralashishi, erta oqarishi va to‘kilishi.
- Ovqat hazm qilish tizimi: Tilning silliqdashishi (papillalarning atrofiyasi), og‘iz burchaklarining yorilishi (zaeda) va yutunishning qiyinlashishi.

- Ta'm va hid bilishning buzilishi: Pika xorotika (bo'r, muz, tish pastasi, xom xamir yeyishga moyillik) hamda o'tkir hidlarni (benzin, atseton, poyabzal kremi) xush ko'rish.

1. Tashxislash: Laboratoriya tahlillarining chuqur tahlili

Faqatgina gemoglobin pastligi bilan cheklanib qolmaslik kerak. To'g'ri tashxis uchun quyidagi ko'rsatkichlar muhim:

- To'liq qon tahlili (CBC):
 - MCV (O'rtacha eritrotsit hajmi): Agar u kichik bo'lsa — temir tanqisligi, agar juda katta bo'lsa — B12 yoki foliy kislotasi yetishmovchiligidan dalolat beradi.
 - Retikulotsitlar: Suyak ko'migi yangi qon hujayralarini qanchalik tez ishlab chiqarayotganini ko'rsatadi.
- Temir almashinuvi paneli:
 - Ferritin: Bu tanadagi temir "ombori". Gemoglobin normal bo'lsa-da, ferritin past bo'lishi yashirin (latent) temir tanqisligini bildiradi.
 - Zardobdagi temir: Qon plazmasidagi aylanib yurgan temir miqdori.
 - TIBS (Transferrinning temir bilan to'yinish qobiliyati): Temir yetishmaganda bu ko'rsatkich ko'tarilib ketadi.

2. Davolash: Kompleks yondashuv

A. Medikamentoz davolash (Dori-darmonlar)

Temir preparatlarini tanlashda organizmning o'zlashtirish xususiyati hisobga olinadi:

- Ichishga mo'ljallangan (Oral): Sorbifer, Tot'hema, Feroglobin. Ularni S vitamini bilan birga ichish so'rilishni 2-3 baravar yaxshilaydi.
- Inyeksion (Vena ichiga): Agar oshqozon-ichak tizimida muammo bo'lsa yoki gemoglobin juda tez tushib ketgan bo'lsa (masalan, Venofer, Ferinject) qo'llaniladi.

• B12 va Foliy kislota: Agar anemiya ushbu vitaminlar tanqisligidan kelib chiqqan bo'lsa, temir dorilari yordam bermaydi.

B. Dietoterapiya (Ozuqlanish sirlari)

Faqatgina mahsulot tarkibidagi temir emas, uning **so'rilishi (biokiraolishligi)** muhim:

Gegem (Hayvon mahsulotlari): Go'sht va jigardagi temir 20-30% so'riladi.

Gegem bo'lmagan (O'simliklar): Grechka, olma, yong'oqdagi temir atigi 3-5% so'riladi.

Taqiqlar: Temir dori yoki ovqatidan keyin 2 soat davomida **choy, kofe va sut mahsulotlarini** iste'mol qilmaslik kerak (ular temir so'rilishini bloklaydi).

C. Etiologik davolash (Asosiy sababni yo'qotish)

Anemiyani davolashda eng muhim bosqich — qon qayerga ketayotganini topish:

Ayollarda: Ginekologik ko'rik (bachadon miomasi, hayz siklining buzilishi).

Erkaklar va keksalar: Oshqozon-ichak tizimini tekshirish (gastroskopiya, kolonoskopiya) — yashirin qon ketishlar yoki parazitlar (gijja) borligini aniqlash.

3. Davolash samarasini nazorat qilish

Davolash boshlangandan keyin **10-14 kun o'tgach**, retikulotsitlar miqdori tekshiriladi (retikulotsitar kriz). Agar ular ko'paygan bo'lsa, demak dori ta'sir qilyapti.

Muhim eslatma: Gemoglobin normaga tushganidan keyin ham ferritin zaxirasini to'ldirish uchun davolashni yana 2-3 oy davom ettirish shart.

Sizga anemiyaning o'ziga xos turi (masalan, homiladorlikdagi yoki bolalardagi anemiya) bo'yicha batafsilroq ma'lumot kerakmi?

4. Anemiyaning patogenezi va zamonaviy tasnifi

Anemiyani tushunish uchun nafaqat uning sababini, balki organizmdagi mexanizmini ham bilish lozim. Zamonaviy gematologiyada anemiyalar eritrotsitlar hajmi bo'yicha uchga bo'linadi:

1. Mikrotsitar anemiyalar ($MCV < 80$ fl): Asosan temir tanqisligi va talassemiya.
2. Normotsitar anemiyalar ($MCV 80-100$ fl): Surunkali kasalliklar (buyrak yetishmovchiligi, endokrin kasalliklar) fonida yuzaga keladi.
3. Makrotsitar anemiyalar ($MCV > 100$ fl): B12 va foliy kislotasi tanqisligi bilan bog'liq.

5. Yashirin temir tanqisligi (Latent iron deficiency)

Ko'pincha gemoglobin normada bo'lsa-da, bemor o'zini yomon his qilishi mumkin. Bu **yashirin temir tanqisligi** deyiladi. Bunda qondagi temir zaxirasi (ferritin) kamayib ketgan bo'ladi, lekin organizm hali gemoglobinni saqlab turgan bo'ladi.

• **Belgisi:** "Geofagiya" — noodatiy narsalarni (bo'r, kesak, xom go'sht, muz) yeyishga bo'lgan moyillik.

6. Zamonaviy diagnostika va laborator tahlillar

Faqatgina gemoglobin ko'rsatkichiga tayanib davolash xato bo'lishi mumkin. To'liq tashxis uchun quyidagi tahlillar o'ta muhim:

- Zardob ferritini: Organizmdagi temir zaxirasining eng aniq ko'rsatkichi.
- Retikulotsitlar soni: Suyak ko'migining yangi qon hujayralari ishlab chiqarish qobiliyatini ko'rsatadi.
- Gomotsistein miqdori: B12 vitamini tanqisligini erta bosqichda aniqlash uchun.

7. Profilaktika va ovqatlanish ratsioni

Anemiyani davolashdan ko'ra uning oldini olish samaraliroqdir.

- Gegem temir (Heme iron): Hayvonot mahsulotlarida (mol go'shti, jigar) mavjud bo'lib, u organizmga 20-30% gacha so'riladi.
- Gegem bo'lmagan temir: O'simlik mahsulotlarida (olma, grechka, ismaloq) bo'lib, atigi 3-5% so'riladi.
- Muhim eslatma: Choy va qahva tarkibidagi tanin moddasi temir so'rilishini 50-60% ga kamaytiradi. Shuning uchun ovqatdan so'ng darhol choy ichmaslik tavsiya etiladi.

Xulosa: Salomatlik kaliti – o'z vaqtida tashxis qo'yishdaXulosa qilib aytganda, anemiya shunchaki charchoq alomati emas, balki organizmdagi jiddiy disbalansdan dalolat beruvchi patologik holatdir. Maqolada ko'rib chiqilganidek, kasallikning kelib chiqish sabablari turlicha bo'lib, temir moddasi tanqisligidan tortib, irsiy va surunkali xastaliklargacha borib taqaladi. Ushbu xastalikni erta bosqichda aniqlash va to'g'ri davolash nafaqat inson ish qobiliyatini tiklaydi, balki hayot sifatini sezilarli darajada oshiradi. Sog'lig'ingizga befarq bo'lmang — vaqtida shifokorga murojaat qilish kelajakdagi murakkab asoratlarning oldini oladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. **G.A. Hakimova, X.I. Qodirova** — "Gematologiya: O'quv qo'llanma", Toshkent, 2018-yil. (O'zbekiston tibbiyot oliygohlari uchun darslik).
2. **A.V. Hoffbrand, P.A.H. Moss** — "Hoffbrand's Essential Haematology", 7th Edition, Wiley-Blackwell, 2016. (Dunyo miqyosidagi gematologiya bo'yicha fundamental darslik).

3. **L.I. Idelson** — "Gipoxromniye anemii", Meditsina, Moskva.
(Temir tanqisligi bo'yicha klassik asarlardan biri).
4. **J.L. Jameson, A.S. Fauci** — "Harrison's Principles of Internal Medicine", 20th Edition, McGraw-Hill Education, 2018.