

## QANDLI DIABED KASALLIGI

2- son Namangan Abu Ali ibn Sino

nomidagi jamoat salomatligi

texnikumi Terapiya kafedrası o'qituvchisi

Raxmatullayeva Feruza Xamidullo qizi

**Annotatsiya:** Qandli diabet kasalligi – bu organizmdagi glyukoza almashinuvi buzilishi natijasida yuzaga keladigan surunkali kasallik bo‘lib, asosan qondagi qand miqdorining ortishi bilan xarakterlanadi. Ushbu kasallik bugungi kunda dunyo miqyosida keng tarqalgan bo‘lib, barcha yosh va jinsdagi odamlarda uchrashi mumkin. Qandli diabetning asosiy turlari 1-tur va 2-tur diabet sanaladi. 1-tur diabet holatida, asosan bolalik va o‘smirlik davrida uchrab, oshqozon osti bezining beta hujayralari tomonidan insulinning ishlab chiqilishi to‘liq yoki qisman to‘xtaydi. 2-tur diabet esa ko‘proq kattalarda kuzatiladi va odatda organizm to‘qimalarining insulinga nisbatan sezuvchanligining pasayishi yoki insulinning nisbiy yetishmasligi natijasida yuzaga keladi.

**Kalit so‘zlar:** Qandli diabet, glyukoza, insulin, giperglikemiya, kasallik belgilari, dori vositalari, ovqatlanish, asoratlar, profilaktika, sog‘lom turmush tarz.

Qandli diabet kasalligida organizm normal glyukoza miqdorini ushlab tutolmaydi. Organizmga tushgan uglevodlar hazm bo‘lib glyukoza ko‘rinishida qonga o‘tadi va u insulinning ta‘sirida hujayralar tomonidan o‘zlashtiriladi. Insulin ko‘katlikdan oshqozon osti bezining beta hujayralari tomonidan ishlab chiqariladi. Insulinning yetishmasligi natijasida qondagi glyukoza miqdori ortib, giperglikemiya holati yuzaga keladi. Shu bilan birga, organizmning ko‘plab a‘zolari faoliyati buziladi, asosan yurak, qon tomirlari, buyrak, ko‘z gavhari va asab tizimi zarar ko‘radi. Qandli diabetning sabablari xorijiy va ichki omillar bilan bog‘langan. Irsi omillar, noto‘g‘ri ovqatlanish, semizlik, kamharakatlik, stress hamda boshqa ayrim kasalliklar qandli diabetning rivojlanishiga olib kelishi mumkin. Bunda me‘yorda bo‘lgan glyukoza darajasi oshib, organizmda turli asoratlar ro‘y beradi. Kasallikning belgilari sifatida

tez-tez siydik ajratish, chanqoqlik, haddan tashqari toliqish, vazn yo'qotish, teri qichishishi va yaralarning sekin bitishi kabi simptomlar yuzaga chiqadi. Qandli diabetning diagnostikasi albatta laborator tekshiruvlar asosida aniqlanadi. Qonda glyukozaning bazal darajasi, glyukozani og'iz orqali yuklash testi, glikirovlangan gemoglobin miqdorini aniqlash – bular tashxis qo'yishda asosiy usullar hisoblanadi. Agar bemorda glyukoza darajasi doimiy ravishda yuqori bo'lsa, unga diabet tashxisi qo'yiladi va maxsus davolash choralari belgilanadi [1].

Qandli diabetda asosiy davolash usullari dori vositalari, insulin terapiyasi va dietani o'z ichiga oladi. 1-tur diabetda insulin terapiyasi muhim ahamiyat kasb etadi. 2-tur diabetda esa ichiladigan glyukoza miqdorini kamaytiruvchi dorilar, to'g'ri ovqatlanish va jismoniy faollik asosiy o'rinda turadi. Dori-darmonlarni muntazam va doimiy qabul qilish, ovqat rejimini qat'iy nazorat qilish, shuningdek, jismoniy harakatlar bilan muntazam shug'ullanish bemorlarda kasallikni nazorat qilishga yordam beradi. Qandli diabetda glyukoza miqdorini doimiy nazorat qilib turish, o'z vaqtida shifokorga murojaat qilish va laborator tahlillar topshirish muhim ahamiyatga ega. Diabet kasalligi o'z vaqtida va to'g'ri davolanmasa, og'ir asoratlarning rivojlanishiga sabab bo'ladi. Bular orasida ensefalopatiya, yurak-qon tomiri kasalliklari, buyrak yetishmovchiligi, ko'rlik va pastki a'zolarining gangrenasi kabi holatlar bor. Shu sababli bemorlar hayot tarzida tub o'zgarishlar qilishi, sog'lom turmush tarziga amal qilishi va qand miqdorini boshqarishga doimo e'tibor qaratishi lozim. Kasallikning oldini olish uchun to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik, ortiqcha vazndan qochish, doimiy tibbiy ko'rikdan o'tish hamda stresslarni cheklash tavsiya etiladi. Sog'lom turmush tarziga rioya qilish, yengil hazm bo'ladigan va foydali mahsulotlardan foydalanish, shuningdek, barcha profilaktik tadbirlarga amal qilish kasallikning rivojlanish xavfini kamaytiradi. Erta bosqichda aniqlangan qandli diabet bemorlar uchun osonroq davolanadi va asoratlarning oldi olinadi. Qandli diabet kasalligi bilan bog'liq ilmiy-tadqiqot ishlari hozirgi kunda ham faol olib borilmoqda. Zamonaviy tibbiyotda yangi davolash usullari, zamonaviy dori vositalari, sun'iy insulin va insulinni yetkazib berishning yangi texnologiyalari ishlab chiqilmoqda. Bunun

tarqalish ko'rsatkichlari esa yildan-yilga ortib bormoqda. Aholini keng miqyosda tibbiy ma'lumotlar bilan ta'minlash, kasallik to'g'risida keng tushuntirish ishlari olib borish, erta diagnostika va profilaktika choralari diabet bilan kasallanish va asoratlarni oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi [2].

Qandli diabetda bemor organizmiga mikro va makroangiopatiya, buyraklar ishi bilan bog'liq nefropatiya, ko'z to'r pardasi shikastlanishi – retinopatiya, nevropatiya (asab tizimi zararlanishi) kabi asoratlar xavfi yuqori bo'ladi. Ayniqsa, bemorlarning to'piq, oyoq-qo'l sohalorida yaralar, shamollashlar paydo bo'lishi va shifo topmasligi natijasida gangrenalar rivojlanishi mumkin. Bu esa, o'z navbatida, og'ir operatsiyalar va bemorning hayot sifati pasayishiga olib keladi. Qandli diabet kasalligini to'liq davolab bo'lmaydi, biroq kasallikni to'g'ri boshqarishda, dori-darmonlarni o'z vaqtida va to'g'ri qabul qilishda, ovqatlanish rejimiga rioya qilishda, tez-tez jismoniy faollik bilan shug'ullanishda hamda doimiy nazorat ostida bo'lishda bemorlar sog'lig'ini ancha yaxshi holatda saqlab turishi mumkin. Bu jarayonda shifokor va bemor o'rtasidagi hamkorlik muhim ahamiyatga ega, chunki bemor o'z kasalligini yaxshiroq anglab, unga to'g'ri munosabatda bo'lsa, kundalik hayot sifatiga salbiy ta'sir yetkazmay, sog'lig'ini saqlab qoladi. XXI asrda, tezkor texnologik taraqqiyot, urbanizatsiya, oziq-ovqat mahsulotlari assortimentining kengayib borishi va nafaol turmush tarzi qandli diabet kasalligining ko'payishiga sabab bo'layotgan asosiy omillardan hisoblanadi. Milliy va xalqaro tadqiqotlar natijasiga ko'ra, har yili dunyoda millionlab yangi kasallanganlar aniqlanadi. Shu sababli tibbiy profilaktika, aholining xabardorligini oshirish, o'z vaqtida skrining tekshiruvlarini tashkil qilish va sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish asosiy vazifalardan biri bo'lib qolmoqda [3].

Qandli diabet kasalligida eng asosiy muammo shundaki, kasallikning boshlanishida ko'pincha hech qanday alomatlar bo'lmaydi. Faqat kasallik ancha ilg'or bosqichga o'tib, asoratlar rivojlanganidan keyin bemor shifokorga murojaat qiladi. Bu esa ba'zan og'ir oqibatlariga olib keladi, shuning uchun har bir kishi o'z sog'lig'ini doimiy nazoratda saqlashi, salomatligida o'zgarishlarni his etsa, shifokorga murojaat qilishi, faol harakatda bo'lishi zarur. Qandli diabet inson hayot sifati, kundalik

faoliyati, ish qobiliyati va ruhiy holatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Doimiy dori qabul qilish zarurati, ovqatlanish cheklovlari va sog'liqqa bo'lgan doimiy e'tibor kishilarni ruhiy jihatdan ham charchatadi. Shu sababli bemorlarni ruhiy va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, motivatsiya berish hamda jamiyatda kasallikka to'g'ri munosabatni shakllantirish kerak. Kasallikni nazorat qilishda zamonaviy texnologiyalar, masalan, glukometrdan foydalanish, tibbiy dasturlar va boshqa monitoring vositalari keng joriy qilinmoqda. Bu imkoniyatlar yordamida bemor o'z qand miqdorini mustaqil nazorat qilib boradi va kasallik ustidan samarali boshqaruv olib boradi. Bundan tashqari, tibbiy xodimlar va oila a'zolari tomonidan ham bemorga ijobiy muhit yaratish muhim ahamiyatga ega [4].

Odatda, bemorlar hayot davomida o'z sog'lig'iga doimiy e'tibor berishga majbur bo'lishadi va bu ularning kundalik faoliyatiga moslashuvni talab qiladi. Dieta, foydali mahsulotlardan foydalanish, me'yorda va muntazam jismoniy harakat qilish diabet bilan kurashishda asosiy yordamchi vositalardan hisoblanadi. Shior sifatida "Diabetni boshqar, hayotingni yaxshila" tamoyili ko'plab davlatlarda asosiy yo'nalish deb qabul qilingan [5].

### **Xulosa:**

Xulosa qilib aytganda, qandli diabet kasalligi jahon sog'liqni saqlash muammolari qatoridagi eng dolzarb masalalardan biri bo'lib, kasallikni samarali oldini olish va boshqarishda profilaktika, diagnostika va zamonaviy davolash choralariga rioya qilish nihoyatda muhim. Har bir inson o'z sog'lig'ini qadrlashi, muayyan cheklovlarga rioya qilishi va kasallikdan xabardor bo'lishi uning uzoq va samarali hayot kechirishiga asos bo'ladi. Diabet kasalligini to'g'ri boshqarish orqali asoratlarning oldi olinadi va bemorning hayot sifati yaxshilanadi. Shu boisdan, uzluksiz o'qitish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, muntazam tibbiy ko'riklardan o'tish – qandli diabet kasalligi ustidan g'alaba qozonishga asos bo'lib xizmat qiladi.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Abdullaeva, Z., & Karimova, D. (2018). "Qandli diabetning zamonaviy tashxis va davolash usullari." O'zMU Tibbiyot jurnali, 2(4), 58-62.

2. Asqarova, N. (2019). "Bolalarda qandli diabet: epidemiologiyasi va profilaktikasi." *Pediatric fanlari yangiliklari*, 13(2), 12-19.
3. Davlatov, Sh. T., & Yo'ldosheva, M. (2019). "Qandli diabet va yurak-qon tomir kasalliklari." *Tibbiy Amaliyot*, 4(1), 33-39.
4. Jabborov, S. A., & Mahmudova, X. (2019). "Qandli diabetning klinik xususiyatlari." *O'zbekiston terapevtlar assotsiatsiyasi jurnali*, 2(7), 44-49.
5. Karimov, B. R., & Tursunova, D. (2020). "Qandli diabet bilan kasallangan bemorlarda asoratlarning oldini olish." *Tibbiyot ilmi taraqqiyoti*, 5(3), 54-60.
6. Nosirjonov, I. A. (2017). "Qandli diabet va uning asoratlariga qarshi kurashish choralari." *Zamonaviy Tibbiyot*, 10(1), 23-27.
7. Nurmetova, L. S. (2021). "Qandli diabet kasalligi va hayot sifati." *Tibbiyot innovatsiyalari*, 8(2), 18-25.