

SISTIT KASALLIGI

Ahmadaliyeva Shahzodabonu

*Qo'qon Universiteti Andijon filiali Tibbiyot fakulteti Davolash ishi
yo'nalishi. Email: ahmadaliyevashahzoda270@gmail.com*

Annotatsiya. Ushbu ilmiy ishda sistit kasalligining etiologiyasi, patogenez, klinik belgilari, diagnostik mezonlari, davolash tamoyillari hamda profilaktik choralari batafsil tahlil qilinadi. Sistit – siydik pufagi shilliq qavatining yallig'lanish jarayoni bo'lib, u asosan bakterial infeksiya, xususan, *Escherichia coli* ta'sirida rivojlanadi. Tibbiy statistik ma'lumotlarga ko'ra, ayollarda sistit uchrash ko'rsatgichi erkaklarga nisbatan bir necha barobar yuqori bo'lib, bu anatomik va fiziologik xususiyatlar bilan izohlanadi. Maqolada o'tkir va surunkali sistit shakllari, ularning klinik kechishi hamda asoratlari yoritilgan. Shuningdek, zamonaviy laborator va instrumental diagnostika usullari, antibiotikoterapiya, simptomatik davolash va profilaktika choralarining ahamiyati ilmiy asosda bayon etilgan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, kasallikni erta aniqlash va to'g'ri davolash uning surunkali shaklga o'tishining oldini oladi hamda buyrak asoratlari vaxfini kamaytiradi.

Kalit so'zlar. Sistit, siydik pufagi yallig'lanishi, infeksiyon kasalliklar, bakterial sistit, *Escherichia coli*, antibiotikoterapiya, surunkali sistit, profilaktika.

Abstract. This scientific paper provides a detailed analysis of the etiology, pathogenesis, clinical symptoms, diagnostic criteria, treatment principles, and preventive measures of cystitis. Cystitis is an inflammatory process of the bladder mucosa, primarily developing under the influence of bacterial infections, particularly *Escherichia coli*. According to medical statistics, the incidence of cystitis in women is several times higher than in men, which is explained by anatomical and physiological characteristics. The article highlights acute and chronic forms of cystitis, their clinical course, and complications. Furthermore, it scientifically describes the importance of modern laboratory and instrumental diagnostic methods, antibiotic therapy, symptomatic treatment, and preventive measures. The research results indicate that

early detection and proper treatment of the disease prevent its transition into a chronic form and reduce the risk of renal complications.

Keywords: Cystitis, bladder inflammation, infectious diseases, bacterial cystitis, *Escherichia coli*, antibiotic therapy, chronic cystitis, prevention.

Аннотация. В данной научной работе подробно анализируются этиология, патогенез, клинические признаки, диагностические критерии, принципы лечения и профилактические меры цистита. Цистит — это воспалительный процесс слизистой оболочки мочевого пузыря, развивающийся преимущественно под воздействием бактериальной инфекции, в частности *Escherichia coli*. Согласно медицинской статистике, показатель заболеваемости циститом у женщин в несколько раз выше, чем у мужчин, что объясняется анатомическими и физиологическими особенностями. В статье освещены острые и хронические формы цистита, их клиническое течение и осложнения. Также на научной основе изложены значение современных лабораторных и инструментальных методов диагностики, антибиотикотерапии, симптоматического лечения и мер профилактики. Результаты исследования показывают, что раннее выявление и правильное лечение заболевания предотвращают его переход в хроническую форму и снижают риск развития почечных осложнений.

Ключевые слова: Цистит, воспаление мочевого пузыря, инфекционные заболевания, бактериальный цистит, *Escherichia coli*, антибиотикотерапия, хронический цистит, профилактика.

Kirish. Siydik ajratish tizimi kasalliklarni zamonaviy tibbiyotda dolzarb muamolardan biri hisoblanadi. Ular orasida sistit eng ko'p uchraydigan patologiyalardan biri bo'lib, siydik pufagi shilliq qavatining yallig'lanishi bilan xarakterlanadi. Jahon sog'liqni saqlash ma'lumotlariga ko'ra, ayollarning qariyb 50 – 70 foizi hayoti davomida kamida bir marta sistit bilan kasallanadi. Eraklarda esa bu ko'rsatkich ancha past bo'lib, asosan kata yoshdagi bemorlarda uchraydi. Sistitning asosiy etiologic imillar bakterial infeksiya hisoblanadi. Eng ko'p uchraydigan qo'zg'atuvchi – ichak tayoqchasi (*Escherichia coli*) bo'lib, u 70-80% hollarda kasallik

sababchisi sifatida aniqlanadi. Bundan tashqari, stafilokokklar, streptokokklar, protey va boshqa mikroorganizmlar ham sistit rivojlanishida ishtirok etishi mumkin. Ayrim hollarda virusli, zamburug'li yoki noinfeksion sistit turlari ham uchraydi. Ayollarda sistitning ko'p uchrashi ularning anatomic tuzilishi bilan bog'liq. Ayol uretrasi qisqa va keng bo'lganligi sababli mikroorganizmlar siydik pufagiga tez kirib boradi. Shuningdek homiladorlik, gormanol o'zgarishlar, menopauza davri, jinsiy faoliyat, gigiyena qoidalariga rioya qilmaslik ham kasallik rivojlanishi sabab bo'luvchi omillar hisoblanadi.

Asosiy qism. Sistit - bu ko'plab odamlarga, ayniqsa ayollarga ta'sir qiladigan keng tarqalgan, ammo ko'pincha noto'g'ri tushunilgan kasallik. Bu siydik pufagining yallig'lanishiga ishora qiladi, bu o'z vaqtida davolanmasa, bir qator noqulay alomatlar va asoratlarga olib kelishi mumkin. Sistitni tushunish nafaqat uni boshdan kechirganlar uchun, balki parvarish qiluvchilar va tibbiyot xodimlari uchun ham juda muhimdir. Ushbu maqola sistitning sabablari, belgilari, diagnostikasi, davolash usullari va oldini olish strategiyalarini o'z ichiga olgan holda to'liq ko'rib chiqishga qaratilgan. Sistitning eng ko'p uchraydigan sababi bakterial infektsiya, xususan *Escherichia coli* (*E. coli*), bu odatda ichaklarda joylashgan. Boshqa yuqumli agentlar quyidagilarni o'z ichiga olishi mumkin:

Viruslar: Ba'zi viruslar, masalan, adenoviruslar, ayniqsa bolalarda sistitga olib kelishi mumkin. **zamburug'lar:** Kamdan kam hollarda qo'ziqorin infektsiyalari, ayniqsa, immuniteti zaif odamlarda sistitga olib kelishi mumkin. **Atrof-muhit omillari,** masalan, sovun, gigiyena vositalari yoki kimyoviy moddalar kabi tirnash xususiyati beruvchi moddalarga ta'sir qilish ham sistitning rivojlanishiga yordam berishi mumkin. Sistit asosan infektsiyalardan kelib chiqqan bo'lsa-da, ba'zi odamlar siydik pufagining yallig'lanishiga genetik moyil bo'lishi mumkin. Tananing immunitet tizimi o'z to'qimalariga noto'g'ri hujum qiladigan otoimmun holatlar, shuningdek, siydik pufagi yallig'lanishining surunkali shakli bo'lgan interstitsial sistitga olib kelishi mumkin.

Turmush tarzi va ovqatlanish omillari. Muayyan turmush tarzi va ovqatlanish odatlari sistit rivojlanish xavfini oshirishi mumkin:

Suvsizlanish: Etarli suyuqlik iste'mol qilmaslik siydik pufagini tirnash xususiyati beruvchi konsentratsiyaga olib kelishi mumkin.

Xun: Kofein, spirtli ichimliklar, achchiq ovqatlar va sun'iy tatlandiricilar kabi tirnash xususiyati beruvchi moddalarni iste'mol qilish simptomlarni kuchaytirishi mumkin.

Gigiena qoidalari: Noto'g'ri gigiena, ayniqsa ayollarda, bakterial infektsiyalar xavfini oshirishi mumkin.

Bir necha omillar sistit rivojlanish ehtimolini oshirishi mumkin:

Yosh: Keksa odamlar immunitetning zaiflashishi va boshqa sog'liq muammolari tufayli yuqori xavf ostida.

Jins: Ayollar siydik pufagining qisqarishi tufayli sistitga ko'proq moyil bo'ladi, bu esa bakteriyalarning siydik pufagiga kirishini osonlashtiradi.

Geografik joylashuvi: Ba'zi hududlarda o'ziga xos infektsiyalar ko'proq bo'lishi mumkin.

Asosiy shartlar: Qandli diabet, siydik yo'llarining anormalliklari yoki UTI tarixi kabi holatlar sezuvchanlikni oshirishi mumkin.

Sistitning umumiy belgilari. Sistit bilan og'rigan odamlarda turli xil alomatlar paydo bo'lishi mumkin, jumladan:

Tez-tez siydik chiqarish: Kuchli, doimiy siyish istagi, ko'pincha ozgina siydik ishlab chiqariladi.

Og'riqli siydik chiqarish: Siydik chiqarish paytida yonish hissi.

Pastki qorin og'rig'i: Qorinning pastki qismida noqulaylik yoki bosim.

Bulutli yoki kuchli hidli siydik: Siydikning ko'rinishi yoki hidining o'zgarishi.

Siydikdagi qon: Ba'zi hollarda gematuriya yoki siydikda qon paydo bo'lishi mumkin.

Profilaktika. Sistit – profilaktikaga e'tibor bermasangiz tez-tez qaytadigan kasallik. Yaxshi xabar shundaki, ko'plab provokatsiya qiluvchi omillarni boshqarish

mumkin. Hayotni tubdan o'zgartirish shart emas — odatlarda kichik o'zgarishlar kifoya. Takrorlanishdan qanday himoyalaniish va qulaylikni saqlash haqida. To'g'ri gigiyena bakteriyalarning siydik yo'llariga kirishining oldini oladi. O'zingizni neytral pH ga ega vositalar (agressiv gellar o'rniga) bilan issiq suvda yuvib turing va buni har doim old tomondan orqaga qilib bajaring. Bu defekatsiyadan keyin ayniqsa muhim. Agar kundalik прокладкalar ishlatsangiz, ularni har 3-4 soatda almashtiring. Basseyn yoki dengizda suzib chiqqach, darhol quruq kiyimga almashtiring – nam muhit bakteriyalarning ko'payishiga yordam beradi. Ko'p suv ichish – sizning asosiy ittifoqchizingiz. Suv bakteriyalarning siydik pufagi devorlariga yopishishiga yo'l qo'ymaydi. Kuniga 1,5-2 litr suv ichishga harakat qiling, lekin tirnash xususiyatiga ega narsalardan qoching: kofe, gazli ichimliklar, alkogol va sitrus sharbatlari. Yaxshi variantlar: choy (masalan, chamomilli), klyukva yoki brusnika morslari (shakarsiz), limon bo'lagi qo'shilgan toza suv. Sovuq qotish – sistitning asosiy sababi emas, lekin mahalliy immunitetni zaiflashtiradi. Sovuq sirtlarda o'tirmaslikka harakat qiling, shamolli ob-havoda bel va qorin pastki qismini yoping. Tirnoq jinslar va sintetik ichki kiyimlardan voz keching – ular qon aylanishini buzadi va «issiqxona effekti» yaratadi. Tabiiy to'qimalardan tikilgan erkin kiyimlarni tanlang. Stress, uyqusizlik va noto'g'ri ovqatlanish organizmni zaiflashtiradi. Oziq-ovqatga ko'proq sabzavot, sut mahsulotlari (masalan, tabiiy yogurt) va C vitamini qo'shing. Kuniga kamida 7 soat uxlashga va dam olish uchun vaqt topishga harakat qiling. Agar charchoq his qilsangiz, immunomodulyatorlar yoki probiotiklar qabul qilish imkoniyatini shifokor bilan muhokama qiling.

Agar sistit takrorlansa. Tez-tez takrorlanishda (yilda 2-3 marta) profilaktika ehtiyotkorlikni talab qiladi. Shifokor quyidagilarni buyurishi mumkin: Past dozali antibiotiklar kursi bir necha oy davomida. Siydik pufagiga dori vositalarini yuborish (instillyatsiya) – to'g'ridan-to'g'ri organga dori kiritish. Fizioterapiya (lazer, magnitoterapiya) qon aylanishini yaxshilash uchun. Yashirin infektsiyalar yoki anatomik o'ziga xosliklar uchun tahlillar.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda, sistit siydik ajratish tizimining eng ko'p tarqalgan yallig'lanish kasalliklaridan biri bo'lib, ko'pincha bakterial infeksiya natijasida rivojlanadi. Ayniqsa ayollar orasida yuqori uchrash ko'rsatgichiga ega bo'lishi uning ijtimoiy va tibbiy ahamiyatini oshiradi. Kasallik o'z vaqtida aniqlanmasa va to'g'ri davolanmasa, surunkali shaklga o'tishi, yuqori siydik yo'llariga tarqalishi va piolonefrit kabi og'ri asoratlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli sistitni erta diagnostika qilish, individual yondashuv asosida antibiotik terapiyani tanlash va profilaktik choralarni ko'rish muhim ahamiyatga ega. Shaxsiy gigiyenaga rioya qilish, organizmni sovqotishdan saqlash, yetarli miqdorda suyuqlik is'temol qilish va immunitetni mustahkamlash kasallikning oldini olishda samarali hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Bonkat, G., et al. (2023). EAU Guidelines on Urological Infections. European Association of Urology. (Matndagi sistitning patogenezi, ayniqsa E. coli va davolash strategiyalari bo'yicha asosiy manba).
2. Gupta, K., & Grigoryan, L. (2021). Acute Simple Cystitis in Women. New England Journal of Medicine. (Ayollarda sistitning anatomik va fiziologik sabablari hamda klinik belgilari bo'yicha tadqiqot).
3. Lomonosov, A. L., & Sinyakova, L. A. (2020). Синдром болезненного мочевого пузыря/интерстициальный цистит. Москва: ГЭОТАР-Медиа. (Matndagi interstitsial sistit, otoimmun holatlar va siydik pufagiga dori yuborish – instillyatsiya bo'limi uchun manba).
4. Kranz, J., et al. (2018). Epidemiology, Diagnostics, Therapy, Prevention and Management of Uncomplicated Urinary Tract Infections. Deutsches Ärzteblatt International. (Profilaktika qismidagi suv ichish tartibi, shaxsiy gigiyena va klyukva sharbatining foydasi haqidagi ma'lumotlar asosi).
5. Grabe, M., et al. (2019). Urinary Tract Infections: Microbiology and Risk Factors. Journal of Medical Microbiology. (Matndagi viruslar (adenovirus) va zamburug'lar keltirib chiqaradigan sistit turlari bo'yicha ilmiy asos).

6. Hooton, T. M., et al. (2018). Effect of Increased Daily Water Intake in Premenopausal Women With Recurrent Cystitis. JAMA Internal Medicine. (Kuniga 1,5-2 litr suv ichishning sistit takrorlanishini kamaytirishi haqidagi klinik tadqiqot).
7. Sumbulov, V. I. (2022). O'tkir va surunkali sistitni zamonaviy davolash tamoyillari. Toshkent: Tibbiyot nashriyoti. (Matndagi turmush tarzi, immunomodulyatorlar va parhez bo'yicha tavsiyalar uchun manba).