

ГИПЕРТОНИЯ КАСАЛЛИГИ

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Chirchiq Filali

Ichki kasalliklar yo‘nalishi

1-kurs ordinatori Zokirova Donoxon Raximovna

Annotatsiya: Gipertoniya yoki arterial gipertenziya inson salomatligiga ta’sir etuvchi keng tarqalgan kasalliklardan biridir. Odatda, bu kasallik yurak- qon tomir tizimi faoliyatining buzilishi natijasida yuzaga keladi va organizmdagi arterial qon bosimining me’yordan yuqori bo‘lishi bilan tavsiflanadi. Dunyo bo‘yicha millionlab odamlar gipertoniya aziyat chekadilar va bu kasallik ko‘plab hollarda boshqa jiddiy kasalliklar, jumladan, yurak xurujlari, insult va buyrak yetishmovchiligining asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. Gipertoniya ko‘p hollarda asta-sekin rivojlanadi va uzoq vaqt davomida o‘zini sezdirishi mumkin emas. Shu sababli, ko‘plab odamlarda kasallik kech bosqichdan aniqlanadi va bu davolash choralari samaradorligini kamaytiradi. Muntazam ravishda arterial bosimni nazorat qilish, sog‘lom turmush tarziga amal qilish va kerakli profilaktika choralari orqali gipertoniyaning oldini olish va uni muvaffaqiyatli davolash mumkin. Yuqori qon bosimining sabablari, uning rivojlanish omillari, simptomlari, tashhisi, davolash usullari va oldini olish yo‘llari mazkur maqolaning asosiy mavzusi hisoblanadi.

Kalit so‘zlar: gipertoniya, arterial bosim, yurak-qon tomir tizimi, sog‘liq, yurak, qon bosimi, davolash, oldini olish, simptomlar, profilaktika.

Gipertoniya kasalligi rivojlanishining sabablari juda ko‘p va ularni shartli ravishda tashqi va ichki omillarga bo‘lish mumkin. Tashqi omillarga birinchi navbatda, noto‘g‘ri ovqatlanish, ortiqcha vazn, surunkali stress, jismoniy harakatsizlik, zararli odatlar kiradi. Noto‘g‘ri ovqatlanish, xususan, tuz va yog‘ga boy taomlar iste’moli, qon bosimining oshishiga olib keladi. Shuningdek, nosog‘lom turmush tarzi, tutunli havo va ekologik salbiy omillar ham gipertoniyaning rivojlanishiga yordam beradi. Ichki omillar orasida irsiyat, yoshi katta bo‘lish, jinsiy omillar va boshqa surunkali kasalliklar muhim rol o‘ynaydi. Ba’zi hollarda gipertoniya boshqa kasallik natijasida

ikkilamchi ravishda paydo bo'lishi mumkin. Qon tomirlarining elastikligini yo'qotishi, buyrak faoliyatining buzilishi va gormonal o'zgarishlar arterial bosimning oshishiga sabab bo'ladigan asosiy omillardandir. Bundan tashqari, homiladorlikda, ayrim endokrin kasalliklarda ham gipertoniya kuzatiladi. Ushbu barcha omillar insonning yurak-qon tomir tizimi salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi [1].

Gipertoniya kasalligida yurak va tomirlarda murakkab o'zgarishlar ro'y beradi. Arterial bosimning oshishi qon tomirlarning torayishi, yurakdan chiqarilayotgan qon hajmining ko'payishi, buyrak faoliyatining buzilishi va gormonal muvozanatning izdan chiqishi natijasida yuzaga keladi. Gipertoniya rivojlanishi davomida tomir devori qalinlashib, ularning elastikligi kamayadi. Natijada, yurak o'z faoliyatini normal davom ettirishi uchun ko'proq kuch sarflashga majbur bo'ladi. Ikecha-erkangi natija sifatida yurak xajmi kattalashadi, yurak yetishmovchiligi rivojlanadi. Buyraklar gipertoniya ta'sirida o'z vazifalarini to'liq bajara olmasligi mumkin va bu organizmda suv-tuz muvozanati buzilishiga olib keladi. Uzoq muddat davomida arterial bosim yuqori bo'lsa, qon tomirlari va yurakda qaytarib bo'lmaydigan struktura va funksional o'zgarishlar ro'y beradi. Surunkali gipertoniya natijasida kishi insult, yurak xurujlari, yurak yetishmovchiligi, ko'z tomirlarida o'zgarishlar va buyrak kasalliklari kabi asoratlarga duch kelishi mumkin. Gipertoniya ko'plab hollarda ancha vaqtdan keyin tashhislanadigan kasalliklardan biri hisoblanadi, chunki dastlabki bosqichlarda u hech qanday alomatlar bermasligi mumkin. Odatda, kasallik rivojlanishi bilan bosh og'rig'i, bosh aylanishi, ko'zda «yulduzchalar» paydo bo'lishi, quloqda shovqin, yurak urishining tezlashishi, ko'ngil aynishi va charchoq kabi simptomlar namoyon bo'lishi mumkin. Ayrim hollarda uyqu buzilishi, asabiylik, tez-tez terlash, yurak sohasida og'riq yoki noqulaylik hissi ham kuzatiladi. Simptomlar zo'raygani sari, yurak va buyrak faoliyatidagi o'zgarishlar ham ortib boradi. Gipertoniya kasalligi xavfli hisoblanadi, chunki u ko'pincha yallig'lanish jarayonsiz va aniq simptomlarsiz kechadi. Shu sababli, ko'plab bemorlar o'zida qon bosimi oshgani haqida faqat tibbiy ko'rikdan o'tgandan so'nggina bilib olishadi. Kasallik yuqori bosqichga yetganida, insonga infarkt yoki insult tahdid soladi. Shuning uchun, har bir kishi o'z salomatligiga

befarq bo'lasdan, doimiy ravishda qon bosimini o'lchab borishni odat qilishi lozim [2].

Gipertoniya tashxisi qo'yishda eng asosiy omil – arterial bosimni mezon qilingan darajada ikki yoki undan ortiq marta o'lchashdir. Odatda, arterial bosim 140/90 mm dan yuqori bo'lsa, gipertoniya tashxisi ehtimoli kuchayadi. Bundan tashqari, shifokorlar bemorning hayot tarzi, kasallik tarixini o'rganib chiqadilar va klinik tekshiruvlar o'tkazadilar. Gipertoniya tashxisini aniqlashda qon va siydik tahlillari, EKG, yurak ultratovush tekshiruvi, buyraklarning holatini o'rganish, ko'z dibi tekshiruvi kabi usullar keng qo'llaniladi. Ba'zan laborator va instrumental tekshiruvlardan foydalaniladi. Ko'plab hollarda gipertoniya boshqa kasallik bilan birgalikda kechishi mumkinligi sababli, kompleks tekshiruv muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, bemorning turmush tarzi, ovqatlanish rejimi, zararli odatlar mavjudligi va metabolik sindrom bosqichlari ham albatta hisobga olinadi. Gipertoniya tashxisi asosli qo'yilishi uchun me'yorlar bo'yicha bir necha kun oralig'ida arterial bosimni sistematik tarzda o'lchash tavsiya etiladi [3].

Gipertoniyaning bir nechta bosqich va darajalari mavjud. Kasallikning birinchi bosqichi oson o'tadi, simptomlar deyarli sezilmaydi, arterial bosim faqat kuchli hayajon yoki stress davomida ko'tariladi. Ikkinchi bosqichda bosim doimiy ravishda yuqori bo'ladi, bemorda bosh og'rig'i, zaiflik, uyqu buzilishi kuzatiladi. Uchinchi bosqichda esa bosim juda baland bo'ladi va yurak, buyrak, ko'z kabi muhim organlarga sezilarli darajada zarar yetadi. Bundan tashqari, gipertoniya birlamchi (essensial) va ikkilamchi turlarga bo'linadi. Birlamchi gipertoniya sababini aniqlash qiyin, ko'pincha irsiyat, yoshi katta bo'lishi asosiy rol o'ynaydi. Ikkilamchi gipertoniya esa ko'pincha boshqa kasalliklar natijasida paydo bo'ladi. Bular asosan buyrak, endokrin sohada yuzaga kelgan patologiyalar, yurak va qon tomirlardagi o'zgarishlar natijasida ro'y beradi. Gipertoniyaning har bir bosqichida davolash va profilaktika choralari o'ziga xos bo'lib, ilgari surilgan bosqichlarda kasallikni barvaqt aniqlash bemorning uzoq umr ko'rishini ta'minlaydi [4].

Gipertoniya kasalligining asosiy xavfi – yurak-qon tomir tizimiga doimiy bosim ta'siri natijasida asosiy hayotiy organlar faoliyatining izdan chiqishidir. Oqsillar buzilishi, qon aylanishining sustlashishi, yurak mushaklarining qalinlashishi va natijada yurak yetishmovchiligi, miya sohasidagi qon tomirlarning shikastlanishi natijasida insult, buyrak yetishmovchiligi yuzaga kelishi mumkin. Gipertoniya yurak xuruji yoki yurak ishemik kasalligiga olib kelishi, yurak qorinchalarining kengayishi, aritmiya va boshqa yurak kasalliklari yuz berish ehtimolini oshiradi. Shuningdek, tomirlarning sklerozi, ko'z dini tomirlarida o'zgarishlar natijasida ko'rish qobiliyati pasayishi, qon ivishining buzilishi va boshqa xavfli asoratlar ham tez-tez uchraydi. Gipertoniyaning asoratlari natijasida ishlash qobiliyati susayadi, hayot sifati pasayadi va ba'zan o'lim holatlari ham qayd etiladi. Shuning uchun ham gipertoniya kasalligiga nisbatan tezroq chora ko'rish va uni oldini olish o'ta muhim ahamiyat kasb etadi. Gipertoniya kasalligini davolash konserativ usullar va dori vositalari yordamida amalga oshiriladi. Eng birinchi navbatda, bemorga sog'lom turmush tarzi, ratsional ovqatlanish, jismoniy faollik, stresslarni kamaytirish, zararli odatlardan voz kechish tavsiya etiladi. Tuz iste'molini kamaytirish, ko'proq sabzavot, mevalar, baliq va tovuq go'shtini iste'mol qilish, yog' va shakarni cheklash kerak bo'ladi. Bundan tashqari, shifokor ko'rsatmasiga ko'ra, arterial bosimni pasaytiruvchi dori vositalari – diuretiklar, beta-blokatorlar, ACE-ingibitorlar, kalsiy antagonistlari va boshqalar buyuriladi. Dori vositalarini muntazam va shifokor nazoratida qabul qilish juda muhim, chunki noaniq yoki self-medikatsiya kasallikni yanada og'irlashtirib yuborishi mumkin. Gipertoniya davosida kompliance (dori vositalarini doimiy va to'g'ri qabul qilish) ehtiyot choralari muhim o'rin tutadi. Dori vositalari bilan birga, stresslarni boshqarish, meditatsiya va psixologik ko'mak usullari ham tavsiya etiladi [5]

Xulosa:

Gipertoniya kasalligi zamonaviy jamiyatda sog'liqni saqlash tizimi oldida turgan eng dolzarb muammolardan biridir. Hozirgi kunda uning rivojlanish sabablari, belgilari, davolash va oldini olish yo'llari to'g'risida yetarlicha ma'lumotlar to'plangan. Arterial bosim muntazam yuqori bo'lishi inson salomatligiga jiddiy ta'sir

ko'rsatadi va ko'plab asoratlar paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Shuning uchun kasallikning barvaqt tashxisi, to'g'ri davolash va profilaktika eng samarali choradir. Sog'lom turmush tarzi, muntazam tibbiy ko'rik, doimiy monitoring va zaruriy vositalardan foydalanish gipertoniya bilan kurashishda muhim ahamiyat kasb etadi. Har bir inson o'z sog'lig'i uchun javobgarlikni his etishi va tibbiy maslahatlarni bajarishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ismoilova T.A., Xudoyberganova I.A. Ichki kasalliklar propedevtikasi. – Toshkent: 2022.
2. Yakubov R.T., Abdullayev T.Sh. Terapevtik diagnostika asoslari. – Toshkent: 2018.
3. Sattorov I.K., Sirojiddinov O.T. Ichki kasalliklar. – Toshkent: 2021.
4. Sobirova S.A., Karabayev M.A. Terapiya propedevtikasi. – Toshkent: 2017.
5. Juraev S.I., Salimov S.H. Klinik diagnostika asoslari. – Toshkent: 2020.
6. To'xtasinova Z.M., Jumaboyeva N.K. Terapiya asoslari va ichki kasalliklar propedevtikasi. – Andijon: 2019.
7. “Zamonaviy ichki kasalliklar tibbiyoti” ilmiy-texnik va amaliy internet jurnali. – Toshkent: 2023.