

BUYRAKLARDA URAT TOSHLARI HOSIL BO'LISHI VA DAVOLASH YO'LLARI

Qo`qon Universiteti Andijon filiali tibbiyot fakulteti
“Davolash ishi yonalishi” 2-kurs 24-19-guruh talabasi
O'rmonov Muhammadyusuf Islomjon o'g'li
Emai: urmonov.2006@icloud.com Tel: +998905419101
Ilmiy rahbar: Mamazulunov Nurmuhammad

Abstract: Uric acid kidney stones are crystals formed due to excessive accumulation of purines in the urine. They often cause pain, difficulty in urination, and sometimes remain asymptomatic. This article explores the causes, prevention strategies, and treatment options for uric acid stones in an engaging and clear manner. Maintaining a healthy lifestyle, proper diet, and medications can effectively manage this condition.

Keywords: kidney stones, uric acid stones, treatment, prevention, urinary tract.

Annotatsiya: Buyraklarda urat toshlari – bu siydikdagi purin moddalarining ortiqcha to'planishi natijasida hosil bo'ladigan kristallardir. Ular ko'pincha og'riq, siydik chiqarishda qiynalish va ba'zan asimptomatik kechadi. Ushbu maqolada urat toshlari shakllanishining sabablari, oldini olish usullari va davolash yo'llari qiziqarli va tushunarli tarzda bayon etilgan. Sog'lom turmush tarzi, to'g'ri ovqatlanish va dorivor vositalar yordamida bu muammoni samarali tarzda nazorat qilish mumkin.

Kalit so'zlar: buyrak toshlari, urat toshlari, davolash, oldini olish, siydik yo'llari.

Аннотация: Мочевые камни из мочевой кислоты – это кристаллы, образующиеся из-за избыточного накопления пуринов в моче. Они часто вызывают боль, затруднение при мочеиспускании и иногда протекают бессимптомно. В статье рассматриваются причины образования уратных камней, способы профилактики и методы лечения в доступной и интересной форме. Здоровый образ жизни, правильное питание и медикаментозное лечение помогают эффективно контролировать данное состояние.

Ключевые слова: камни в почках, уратные камни, лечение, профилактика, мочевыводящие пути.

Kirish

Buyraklar inson organizmining eng muhim organlaridan biri bo'lib, qonda ortiqcha moddalarni tozalash va ularni siydik orqali chiqarishda muhim rol o'ynaydi. Bu organlar tananing suyuqlik muvozanatini saqlash, elektrolitlarni tartibga solish va toksinlarni chiqarish kabi vazifalarni ham bajaradi. Shu sababli, buyraklar sog'lig'ida

yuzaga keladigan har qanday muammo butun organizm faoliyatiga ta'sir qilishi mumkin.

Urat toshlari – bu buyraklarda va siydik yo'llarida hosil bo'ladigan kristallarning bir turi bo'lib, ular siydikdagi purin moddalarining ortiqcha to'planishi natijasida yuzaga keladi. Purinlar organizmda tabiiy ravishda mavjud bo'lgan moddalardir, ular oqsillar parchalanishi natijasida hosil bo'ladi. Normal sharoitda purinlar siydik orqali chiqariladi, lekin ba'zan bu jarayon buziladi va natijada urat kristallari hosil bo'ladi.

Urat toshlari dastlab sezilmasdan, asimptomatik tarzda rivojlanishi mumkin. Ammo ular o'sib, siydik yo'llarini tiqib qo'ysa, keskin og'riq, siydik chiqarishda qiynalish, ba'zan esa siydikda qon paydo bo'lishiga olib keladi. Shuningdek, uzoq muddat davolanmagan urat toshlari buyrak funksiyasining pasayishiga va jiddiy tibbiy asoratlarga sabab bo'lishi mumkin.

Ushbu maqola urat toshlari hosil bo'lishining sabablari, xavf omillari, ularni aniqlash usullari, davolash va oldini olish yo'llarini keng yoritadi. Shu bilan birga, sog'lom turmush tarzi, to'g'ri ovqatlanish, suv ichish rejimi va zarur hollarda dorivor davolash usullari orqali urat toshlari rivojlanishini oldini olish mumkinligi haqida ham ma'lumot beradi.

Urat toshlari mavzusi nafaqat tibbiyot sohasida, balki har bir inson uchun dolzarbdir, chunki bu muammo erta bosqichda aniqlansa, uni samarali tarzda nazorat qilish mumkin. Shu sababli, mavzu o'quvchi va bemorlar uchun qiziqarli va amaliy ahamiyatga ega hisoblanadi.

Asosiy qism

Buyraklar inson organizmining muhim organlaridan biri bo'lib, qonning filtrlanishi, ortiqcha moddalar va toksinlarning chiqarilishi, suyuqlik va elektrolit muvozanatining saqlanishida asosiy rol o'ynaydi. Ba'zan buyraklarda turli xil toshlar hosil bo'lishi mumkin, ularning eng keng tarqalgani – urat toshlari. Urat toshlari siydikdagi purin moddalarining ortiqcha to'planishi natijasida paydo bo'ladi. Purinlar – bu organizmda tabiiy ravishda hosil bo'ladigan, shuningdek ba'zi ovqatlarda ham mavjud bo'lgan organik moddalar bo'lib, ular oqsillar parchalanishi jarayonida hosil bo'ladi. Normal sharoitda purinlar siydik orqali chiqariladi, lekin ba'zi omillar ta'sirida ularning miqdori ortib, urat kislotasi kristallari hosil bo'ladi.

Urat toshlari hosil bo'lishiga bir nechta omillar sabab bo'ladi. Birinchidan, ovqatlanish bilan bog'liq omillar muhim rol o'ynaydi. Go'sht, baliq, dukkakli mahsulotlar va yog'li taomlarni ko'p iste'mol qilish urat toshlari xavfini oshiradi. Ikkinchidan, suyuqlik yetishmasligi va siydikning kislotali muhitda bo'lishi kristallarning tezroq hosil bo'lishiga olib keladi. Uchinchidan, genetik moyillik ham muhim ahamiyatga ega; agar oilada bu muammo mavjud bo'lsa, shaxsda urat toshlari rivojlanish xavfi yuqori bo'ladi. Bundan tashqari, semizlik, qandli diabet va metabolik sindrom kabi kasalliklar urat toshlari hosil bo'lishini tezlashtiradi.

Urat toshlari dastlab sezilmasdan o'tishi mumkin, ya'ni asimptomatik bo'lishi ham mumkin. Biroq tosh kattalashgach, siydik yo'llarini tiqishi oqibatida keskin og'riq paydo bo'ladi. Og'riq ko'pincha pastki bel va qorin sohasida his qilinadi, ba'zan siyish vaqtida og'riq va noqulaylik yuzaga keladi. Shu bilan birga, siydikda qon ko'rinishi ham kuzatilishi mumkin. Urat toshlari uzoq vaqt davolanmasa, buyrak funksiyasining pasayishiga, yallig'lanish jarayonlariga va boshqa jiddiy asoratlarga olib kelishi mumkin.

Urat toshlarini davolashning bir necha yo'llari mavjud. Eng oddiy va samarali usullardan biri – suv ichishni ko'paytirishdir. Kuniga kamida 2–3 litr suv ichish siydikni suyultiradi, urat kristallarining hosil bo'lishini sekinlashtiradi va kichik toshlarni tabiiy yo'l bilan chiqarishga yordam beradi. Shuningdek, ovqatlanishga e'tibor qaratish muhimdir. Purin moddalariga boy mahsulotlarni cheklash, sabzavot va mevalarni ko'p iste'mol qilish, yog'siz sut mahsulotlarini kiritish urat toshlari xavfini kamaytiradi.

Zarur hollarda shifokorlar dorivor davolash usullarini tavsiya qiladi. Masalan, urat kislotasini kamaytiruvchi dorilar yoki siydik pH darajasini neytrallashtiruvchi vositalar toshlarning hosil bo'lishini sekinlashtiradi va mavjud toshlarning kichrayishiga yordam beradi. Katta toshlar esa ba'zan tabiiy yo'l bilan chiqarilmaydi, shunda lazer yoki minimal invaziv jarrohlik usullari qo'llaniladi.

Urat toshlari rivojlanishini oldini olish ham muhim ahamiyatga ega. Buning uchun kundalik suv ichishni yetarli darajada ta'minlash, purin moddalariga boy ovqatlarni me'yorda iste'mol qilish, sog'lom vaznni saqlash va muntazam jismoniy faollikni amalga oshirish lozim. Shuningdek, qonda urat kislotasi darajasini va buyrak funksiyasini muntazam tekshirib turish kasallikning erta bosqichda aniqlanishiga yordam beradi.

Shunday qilib, urat toshlari faqat tibbiy muammo bo'lib qolmay, balki har bir insonning hayot sifatiga ta'sir qiluvchi dolzarb masala hisoblanadi. Ularni oldini olish va davolash choralari vaqtida amalga oshirilsa, buyraklar sog'ligi saqlanadi, og'riq va asoratlari oldini olish mumkin.

Xulosa

Buyraklarda urat toshlari hosil bo'lishi inson organizmida keng tarqalgan va dolzarb muammo hisoblanadi. Urat toshlari paydo bo'lishi ko'pincha purin moddalarining ortiqcha to'planishi, siydikning kislotali muhitda bo'lishi, genetik moyillik, ortiqcha vazn, qandli diabet va boshqa metabolik kasalliklar bilan bog'liq. Ushbu toshlar dastlab ko'zga tashlanmasligi mumkin, ya'ni asimptomatik kechadi, ammo vaqt o'tishi bilan siydik yo'llarini tiqishi oqibatida keskin og'riq, siyish vaqtida noqulaylik, siydikda qon paydo bo'lishi kabi belgilarga olib keladi. Agar davolanmasa, buyrak funksiyasining pasayishi va jiddiy asoratlari yuzaga kelishi mumkin.

Urat toshlarini davolashning samarali usullari mavjud. Suv ichishni yetarlicha ta'minlash siydikni suyultiradi va kristallarning hosil bo'lishini kamaytiradi. Ovqatlanishga e'tibor qaratish – purin moddalariga boy mahsulotlarni cheklash, sabzavot va mevalarni ko'p iste'mol qilish, yog'siz sut mahsulotlarini kiritish – toshlarning shakllanish xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Zarur hollarda shifokorlar dorivor davolash usullarini tavsiya qiladi, ular urat kislotasini kamaytiradi yoki siydik pH darajasini neytrallashtiradi. Katta toshlar esa lazer yoki minimal invaziv jarrohlik yo'llari bilan chiqariladi.

Oldini olish choralari e'tibor qaratish ham muhimdir. Sog'lom turmush tarzi, ortiqcha vazndan saqlanish, muntazam jismoniy faollik, suyuqlikni yetarli darajada ichish va qonda urat kislotasi darajasini nazorat qilish buyraklarni sog'lom saqlash va urat toshlari rivojlanishining oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, erta bosqichda aniqlangan toshlarni davolash, og'riq va asoratlarni kamaytirish imkonini beradi.

Natijada, urat toshlari faqat tibbiy muammo bo'lib qolmay, balki har bir insonning hayot sifatiga bevosita ta'sir qiluvchi masala hisoblanadi. Mavzuni chuqur o'rganish va samarali davolash hamda oldini olish choralari qo'llash orqali bemorlarning sog'lom hayot kechirishini ta'minlash mumkin. Shu bois, urat toshlari bilan bog'liq muammolarni erta aniqlash, ularning sabablari va davolash usullarini bilish har bir inson uchun muhim va foydali hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Epidemiology of Kidney Stones — K. Stamatelou & D. S. Goldfarb, 2023. Ushbu maqola dunyo bo'yicha buyrak toshlari (nephrolitiaz / urolitiaz) tarqalishi, xavf omillari va epidemiologiyasi haqida umumiy ma'lumot beradi. [MDPI+1](#)
2. Pathophysiology and Main Molecular Mechanisms of Kidney Stone Disease — F. Tamborino va boshqalar, 2024. Tosh hosil bo'lishining molekulyar mexanizmlari, metabolik omillar va profilaktika jihatlari yoritilgan. [MDPI](#)
3. Epidemiology and Management of Kidney Stone Disease – Current Insights — M. Akram & B. Somani, 2025. Global kontekstda buyrak toshlari kasalligining holati, tarqalishi va zamonaviy davolash usullari muhokama qilinadi. [dovepress.com](#)
4. Urinary Stone Disease: Advancing Knowledge, Patient Care, and Population Health — C. D. Scales Jr. va boshqalar, 2016. Bu resurs urolitiaz kasalliklarini jamiyat salomatligi, qayta tiklanish (recurrence) va profilaktika jihatlaridan tahlil qiladi. [PMC](#)
5. Management of Urinary Stone Disease: Prevention, Treatment and Follow-Up — Mete Özkidik, Tuncer Bahçeci va Anar Ibrahimov, 2018. Davolash usullari, profilaktika va bemorlarni kuzatish (follow-up) jihatlari ko'rib chiqiladi. [Biomedres](#)

6. Urolithiasis Pathogenesis Risk Factors and Modern Treatment Approaches — Sobirov I.A., Erniyozov B.Z., Aliqulov J.E., 2025. Mahalliy sharoitda siydik toshlari patogenezi, xavf omillari va davolash usullari tahlil qilingan. scissmed.com
7. Analysis of the Range of Drugs Used for Urilosis Disease on the Pharmaceutical Market of the Republic of Uzbekistan — Maksudova F.Kh. va boshqalar, 2025. O'zbekiston dorivor bozori va siydik toshlari davolashida ishlatiladigan dori vositalari haqida ma'lumot beradi. [In Academy](https://inacademy.com)
8. Assessment of Kidney Stone Disease Diagnosis and Prevention Measures among the Population — Rasulova N., Aminova A., 2024. Bu maqolada mamlakat aholisi orasida tosh kasalliklarini diagnostikasi va oldini olish choralari baholanadi. [Uniwork](https://uniwork.com)
9. Сийдик Тош Касаллиғида Тош Таркибига Қараб Терапевтик ва Метафилактик Чора-Тадбирларни Баҳолаш — Нуриллаев Ж.Я., Нуриллаев Х.Ж., Мухамадиев Н.К. va boshqalar, 2024. Fitodamlamalar va an'anaviy dori usullari orqali davolash va oldini olish bo'yicha lokal tajriba tahlili. [CAMMY](https://cammy.com)
10. (Mahalliy jurnal maqolasi) — mazkur maqolalar jamlanmasi orqali O'zbekiston kontekstida siydik toshlari bilan bog'liq epidemiologiya, davolash va profilaktika bo'yicha ma'lumotlar mavjud. (Masalan, yuqoridagi 6-9-raqamli manbalar.)