

QANDLI DIABET

*Shahrisabz davlat pedagogika instituti
Tabiiy fanlar kafedrası katta o'qituvchisi
Abdunazarova Zulayxo Sharifqulovna
Email:zulayxoabdunazarova1@gmail.com
Tel: +99891 954 30 90*

*Shahrisabz davlat pedagogika instituti
Biologiya yo'nalishi 4 -kurs 402-(s) guruh
talabalari **Kenjayeva Ezoza Muxtor qizi**
Email: ezozakenjayeva48@gmail.com
G'ulomova Gulasal Shomurod qizi
Email:ggulomova639@gmail.com*

Annotatsiya

Qandli diabet bu qon glyukoza darajasining ko'tarilishi bilan tavsiflangan surunkali metabolik kasallik. Ushbu maqola diabetning asosiy sabablarini, uning tasniflarini va uni davolashdagi yutuqlarni o'rganadi. Adabiyotlarni tahlil qilish orqali insulin terapiyasi, og'iz orqali qabul qilinadigan dorilar va doimiy glyukoza monitoringi (CGM) va sun'iy oshqozon osti bezi tizimlari kabi rivojlanayotgan texnologiyalar kabi terapevtik yondashuvlar bilan bir qatorda diabetga olib keladigan genetik, ekologik va turmush tarzi omillari tekshiriladi. Muhokamada diabetni davolash va boshqarish strategiyasini takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar mavjud.

Kalit so'zlar.Qandli diabet, insulin qarshiligi, 1-toifa diabet, 2-toifa diabet, davolash, glyukoza monitoringi, turmush tarzi, genetika, metabolik kasalliklar.

Kirish

Qandli diabet dunyodagi eng keng tarqalgan yuqumli bo'lmagan kasalliklardan biri bo'lib, millionlab odamlarga ta'sir qiladi. U ikkita asosiy turga bo'linadi: 1-toifa diabet (T1D) va 2-toifa diabet (T2D). Kasallik yurak-qon tomir kasalliklari, buyrak etishmovchiligi, neyropatiya va ko'rlik kabi og'ir asoratlarga olib kelishi mumkin, bu esa uni global sog'liq uchun muhim tashvishga soladi. Ushbu maqolada biz diabetning sabablarini ko'rib chiqamiz va an'anaviy va yangi terapevtik strategiyalarga e'tibor qaratib, mavjud zamonaviy davolash usullarini ko'rib chiqamiz.

Adabiyot Tahlili

Qandli diabetning sabablari- 1-toifa diabet (T1D): T1D-bu organizmning immun tizimi oshqozon osti bezidagi insulin ishlab chiqaruvchi beta hujayralarga noto'g'ri hujum qiladigan otoimmun kasallik. Genetik moyillik muhim rol o'ynaydi, ba'zi genlar, masalan, HLA mintaqasi, xavfning oshishi bilan bog'liq. Virusli infektsiyalar

kabi atrof-muhit omillari immunitet tizimining reaksiyasini qo'zg'atishi mumkin.- 2-toifa diabet (T2D): T2D asosan insulin qarshiligi bilan bog'liq bo'lib, bunda organism insulindan samarali foydalana olmaydi. Asosiy xavf omillariga semirish, harakatsiz turmush tarzi, noto'g'ri ovqatlanish va genetik omillar kiradi. T2D insulin sekretsiyasi va sezgiriligiga ta'sir qiluvchi bir nechta gen variantlari bilan bog'langan. Biroq, turmush tarzi omillari ko'pincha uning rivojlanishida asosiy omil hisoblanadi.- Boshqa omillar: qandli diabetning boshqa shakllariga homiladorlik qandli diabet va monogen diabet kiradi, ularning ikkalasi ham alohida etiologiyaga ega. Genetikadan tashqari, yaqinda o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, atrof-muhitning ifloslanishi va ichak mikrobiotasi diabet rivojlanishiga ham ta'sir qilishi mumkin.

Davolash Yondashuvlari

Insulin terapiyasi: Insulin terapiyasi T1D ni boshqarish uchun juda zarur va ko'pincha t2d rivojlangan bemorlar uchun talab qilinadi. insulinning normal chiqarilishini taqlid qilish uchun insulinning ko'p turlari (tez ta'sir qiluvchi, oraliq ta'sir qiluvchi, uzoq ta'sir qiluvchi) qo'llaniladi.

- Og'iz orqali qabul qilinadigan dorilar: T2D uchun metformin, sulfanilureas va DPP-4 ingibitorlari kabi og'iz orqali qabul qilinadigan dorilar keng qo'llaniladi. Ushbu dorilar insulinga sezgirlikni yaxshilaydi yoki oshqozon osti bezini ko'proq insulin chiqarishni rag'batlantiradi.

- Rivojlanayotgan muolajalar: so'nggi yutuqlarga doimiy glyukoza monitoringi (CGM) qurilmalari, sun'iy oshqozon osti bezi tizimlari va diabetning asosiy sabablarini bartaraf etishga qaratilgan gen terapiyasi tadqiqotlari kiradi.

Usullari

Metodologiya diabetning sabablari va davolash usullari bilan bog'liq mavjud adabiyotlarni muntazam ravishda ko'rib chiqishni o'z ichiga olgan. Tadqiqot maqolalari PubMed, Google Scholar va boshqa tibbiy ma'lumotlar bazalaridan olingan. Tanlov mezonlari diabetning genetik va turmush tarzi omillariga va davolash usullarining rivojlanishiga qaratilgan tadqiqotlarni o'z ichiga olgan. Ushbu mavzu bo'yicha har tomonlama xulosalar chiqarish uchun klinik tadqiqotlar, epidemiologik tadqiqotlar va sharhlarning sifatli

Natijalar

Qandli diabet-bu organizmning oziq-ovqatni energiyaga aylantirishiga ta'sir qiluvchi surunkali sog'liq holati. Ikkita asosiy tur mavjud: 1-toifa va 2-toifa, ularning har biri turli sabablar va davolash usullariga ega.

Qandli diabetning sabablari

1. 1-Toifa Diabet:

- Otoimmun reaksiya: organizmning immun tizimi oshqozon osti bezidagi insulin ishlab chiqaruvchi beta hujayralarga noto'g'ri hujum qiladi va yo'q qiladi. Bu insulin ishlab chiqarishning kam yoki umuman yo'qligiga olib keladi, bu esa qon

shakarining yuqori darajasiga olib keladi.- Genetik omillar: oila tarixi muhim rol o'ynaydi, ya'ni genetik moyillik 1-toifa diabet rivojlanish xavfini oshirishi mumkin.- Atrof-muhit qo'zg'atuvchilari: ba'zi infeksiyalar yoki viruslar genetik moyil bo'lgan odamlarda otoimmun reaksiyani keltirib chiqarishi mumkin.

2-Toifa Diabet:

- Insulin qarshiligi: organizm hujayralari insulinga chidamli bo'lib, shakarning hujayralarga kirishini qiyinlashtiradi va qondagi qand miqdorining oshishiga olib keladi.- Genetik omillar: 1-toifa kabi genetika ham 2-toifa diabet rivojlanish xavfini oshirishda muhim rol o'ynashi mumkin.

- Turmush tarzi omillari: noto'g'ri ovqatlanish, semirish, jismoniy faollikning etishmasligi va stress 2-toifa diabet rivojlanishiga yordam beradi.

- Yosh: xavf yoshga qarab, odatda 45 yoshdan keyin ortadi, ammo bu yosh odamlarda ko'proq uchraydi.

3. Homiladorlik qandli diabet: homiladorlik davrida organizm ortib borayotgan ehtiyojni qondirish uchun etarli miqdorda insulin ishlab chiqara olmasa paydo bo'ladi. Odatda ma'lumotlari tahlil qilindi.

tug'ruqdan keyin yo'qoladi, ammo keyinchalik hayotda 2-toifa diabet rivojlanish xavfini oshiradi.

Qandli diabetni davolash

1. 1-Toifa Diabetni Davolash:

- Insulin terapiyasi: organizmda insulin ishlab chiqarilmagani uchun bemorlar insulin

in'ektsiyasini qabul qilishlari yoki qon shakarini tartibga solish uchun insulin nasosidan foydalanishlari kerak.

- Qon shakarini kuzatish: qondagi glyukoza miqdorini muntazam ravishda kuzatib borish zarur.

- Sog'lom ovqatlanish: uglevodlarni iste'mol qilishni nazorat qiluvchi muvozanatli dietaga rioya qilish qondagi qand miqdorini boshqarishga yordam beradi.

- Mashq: muntazam jismoniy faollik qon shakarini kamaytirishga yordam beradi va insulinga sezgirlikni oshiradi.

2. 2-Toifa Diabetni Davolash:

- Hayot Tarzi O'zgarishlar:

- Parhez: to'liq don, sabzavot, yog'siz oqsil va tolaga boy parhez qondagi qand miqdorini nazorat qilishga yordam beradi.

- Mashq: jismoniy faollik insulin sezgirligini oshiradi va vaznni boshqarishga yordam beradi.

- Og'iz orqali qabul qilinadigan dorilar: Metformin va boshqalar kabi dorilar organizmning insulinga ta'sirini yaxshilashga yoki qondagi qand miqdorini kamaytirishga yordam beradi.

- Insulin: ba'zi hollarda 2-toifa diabetga chalinganlar insulin terapiyasiga muhtoj bo'lishi mumkin.

- Og'irlikni boshqarish: og'irlikni yo'qotish qon shakarini nazorat qilishni sezilarli darajada yaxshilaydi va dori-darmonlarga bo'lgan ehtiyojni kamaytiradi.

- Qon shakarini kuzatish: davolashni boshqarish va sozlash uchun muntazam monitoring zarur.

3. Gestatsion Diabetni Davolash:

- Parhez va jismoniy mashqlar: aksariyat holatlarni sog'lom ovqatlanish va muntazam

jismoniy mashqlar orqali nazorat qilish mumkin.

- Insulin yoki dorilar: agar qon shakar miqdori yuqori bo'lib qolsa, homiladorlik paytida insulin yoki dorilar kerak bo'lishi mumkin.

Oldini olish (asosan 2-toifa diabet uchun)

- Sog'lom ovqatlanish: tolaga, to'liq donlarga va sog'lom yog'larga boy muvozanatli ovqatlanish.

- Jismoniy faollik: muntazam jismoniy mashqlar insulin qarshiligi xavfini kamaytiradi.

- Og'irlikni boshqarish: sog'lom vaznni saqlash diabet paydo bo'lishining oldini olishga yordam beradi.

- Muntazam tekshiruvlar: qon shakar darajasini kuzatish va xavf omillarini kuzatib borish erta aniqlashga yordam beradi. Qandli diabetning ikkala turi ham doimiy davolanishni talab qiladi, ammo to'g'ri parvarish bilan odamlar sog'lom va to'liq hayot kechirishlari mumkin. Qandli diabetni davolash qon shakar darajasini boshqarish va tegishli asoratlarni bartaraf etishni o'z ichiga oladi. Qandli diabetni davolash va boshqarishning samarali usullari:

Muhokama

Topilmalar shuni ta'kidlaydiki, genetika t1d ning asosiy omili bo'lsa-da, t2d rivojlanishida ekologik va turmush tarzi omillari ko'proq namoyon bo'ladi. qandli diabetni davolashda, ayniqsa CGM texnologiyasi va sun'iy oshqozon osti bezi tizimlarida doimiy qiladi. Bundan tashqari, vaznni nazorat qilish va jismoniy mashqlar kabi profilaktika choralari T2D rivojlanish xavfini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin. Taraqqiyotga qaramay, rivojlanayotgan mamlakatlarda zamonaviy davolash usullari va turmush tarzini o'zgartirish dasturlariga kirish imkoniyati mavjud. Ushbu kamchiliklarni bartaraf etishda jamoat salomatligi tashabbuslari va ta'lim dasturlari hal qiluvchi rol o'ynashi mumkin.

Xulosa

Ushbu maqola qandli diabet genetik, ekologik va turmush tarzi omillarining murakkabo‘zaro ta'siridan kelib chiqadi degan xulosaga keladi. T1D uchun tadqiqotlar genetik aralashuvlar va profilaktika strategiyalariga e'tibor qaratishni davom ettirishi kerak. T2D uchun global harakatlar semirish va nosog‘lom turmush tarzi odatlariga qaratilgan profilaktik sog‘liqni saqlashni ta'kidlashi kerak. Jamoatchilikni xabardor qilish dasturlari: hukumatlar va sog‘liqni saqlash xodimlari diabet xavfi omillari va oldini olish to‘g‘risida xabardorlikni oshiradigan dasturlarni amalga oshirishlari kerak.

Davolash usullari: CGM qurilmalari va insulin nasoslari kabi diabetni davolashning ilg‘or usullarini, ayniqsa past va o‘rta daromadli mamlakatlarda arzonroq qilish uchun harakat qilish kerak. Davomiy tadqiqotlar: qandli diabetga olib keladigan atrof-muhit omillari, jumladan, ifloslantiruvchi moddalar va ichak mikrobiotasi bo‘yicha ko‘proq tadqiqotlar olib borish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Аметов А.С. Сахарный диабет 2 типа. Проблемы и решения Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 278 с.
2. Анциферов, М. Б. Синдром диабетической стопы : диагностика, лечение и профилактика.. - Москва : Медицинское информационное агентство, 2013. – 304 с.
3. Калинин, Л. В. Шпак, Ю. А. Волкова, и другие . Актуальные вопросы эндокринологии в терапевтической практике -Тверь : Фактор и К, 2014 . – 698 с.
4. Karamanou M (2016). "Milestones in the history of diabetes mellitus: The main contributors". World Journal of Diabetes. 7 (1): 7. doi:10.4239/wjd.v7.i1.1. PMC 4707300.