

QANDLI DIABET KASALLIGI ETIOLOGIYASI, KLINIKASI, DIAGNOSTIKASI VA PARVARISHI.

XIVA ABU ALI IBN SINO NOMIDAGI

JAMOAT SALOMATLIGI TEXNIKUMI O'QITUVCHILARI

XODJAYEVA DILNOZA O'KTAMBOY QIZI VA

ERKINOVA DINORA AYBEK QIZI

Annotatsiya (Abstract)

Ushbu maqolada qandli diabet (diabetes mellitus) kasalligining etiologiyasi (sabablari), turlari, klinik belgilari, asoratlari, profilaktika va davolash usullari ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi. Shuningdek, kasallikning global tarqalishi, sog'liq uchun xavf omillari va zamonaviy boshqaruv strategiyalari ham ko'rib chiqiladi. Maqola klinik amaliyot va jamoat salomatligi uchun muhim ko'rsatmalar beradi.

Kalit so'zlar: qandli diabet, diabet mellitus, sabablari, turlari, simptomlar, profilaktika, davolash, asoratlar, metabolik kasallik.

Kirish (Introduction)

Qandli diabet — bu metabolik kasallik bo'lib, organizmda qonda glyukoza darajasining doimiy yuqoriligi bilan tavsiflanadi. U tananing insulin ishlab chiqarish yoki insulin ta'sirini to'g'ri amalga oshira olmasligi natijasida yuzaga keladi. Diabet surunkali kasalliklar sirasiga kiradi va dunyoda millionlab odamlarni hayot sifatini pasaytiradi hamda hayot sifatini yomonlashtiradi.

1. Diabet kasalligining ilmiy ta'rif va sabablari

Qandli diabet – bu metabolik buzilish natijasida qonda glyukoza miqdori oshgan holat bo'lib, u endokrin tizimdagi insulin bilan tartibga solish jarayonining buzilishi bilan bog'liq.

Sabablari

Genetik moyillik: oila tarixida diabet bo'lishi kasallik xavfini oshiradi.

Insulin yetishmasligi yoki ta'sir etmasligi: tip 1 diabetda insulin ishlab chiqarilmaydi; tip 2 diabetda hujayralar insulin ta'siriga qarshilik ko'rsatadi.

Turmush tarziga bog'liq omillar: noto'g'ri ovqatlanish, ortiqcha vazn, jismoniy faollik yetishmasligi.

Atrof-muhit va infeksiyalar: ba'zi viruslar, stress ham xavfni oshirishi mumkin.

2. Diabet turlari (Types of Diabetes)

Qandli diabet bir nechta turlarga bo'linadi va ularning har biri patogenez, klinik ko'rinish va boshqaruv jihatidan farqlanadi:

2.1. Tip 1 diabet (T1D)

Bu autoimmun jarayon bo'lib, tananing immun tizimi insulin ishlab chiqaruvchi β -hujayralarni yo'q qiladi. Ko'pincha bolalikda yoki o'smirlikda aniqlanadi. **Davolashda insulin yuborish zarur.**

2.2. Tip 2 diabet (T2D)

Eng keng tarqalgan shakl bo'lib, insulin qarshiligi va β -hujayralarning sust ishlashi bilan xarakterlanadi. Ko'pincha kattalarda uchraydi, ammo yoshlarda ham ortib bormoqda.

2.3. Gestatsional diabet

Homiladorlik paytida rivojlanadigan giperglikemiya holati bo'lib, tug'ilgandan keyin odatda yo'qoladi, lekin keyinchalik tip 2 diabet xavfini oshiradi.

2.4. Boshqa turlar

MODY, steroidlar bilan induktsiyalangan diabet yoki pankreas shikastlanishi bilan bog'liq turlar ham mavjud.

3. Klinik belgilari (Symptoms)

Diabet belgilari har xil bo'lishi mumkin, lekin eng umumiy lari quyidagilar:

Ko'p susaygan chanqoqlik (polidipsiya) va tez-tez siydik chiqarish (poliuriya).

Noistalgan vazn yo'qotish yoki oshish.

Charchoq, ko'rishning buzilishi, sezgirlik yo'qolishi.

Bu belgilarning paydo bo'lishi tipga qarab sezilarli yoki sekin bo'lishi mumkin.

4. Diabet asoratlari (Complications)

Agar diabet nazorat qilinmasa, u jiddiy asoratlarga olib keladi:

4.1. Mikroangiopatiya

Ko‘z retinopatiyasi (ko‘rishning yomonlashishi).

Buyrak (nefropatiya) va nerv (neyropatiya) shikastlanishlari.

MSD Manuals

4.2. Makroangiopatiya

Yurak-qon tomir kasalliklari, insult.

MSD Manuals

4.3. Akut asoratlar

Diabetik ketoatsidoz, hipoglikemiya kabi tez rivojlanadigan holatlar.

Bu asoratlar hayotni xavf ostiga qo‘yishi va uzoq muddatli nogironlikka olib kelishi mumkin.

MSD Manuals

5. Profilaktika (Prevention)

Tip 1 diabetni hozircha oldini olish qiyin, ammo tip 2 diabet va uning asoratlarini kamaytirish mumkin:

Sog‘lom ovqatlanish: to‘qimalar tolasi yuqori, shakar va yog‘ miqdori past.

Jismoniy faoliyat: haftasiga kamida 150 daqiqa o‘rta intensivlikdagi mashqlar.

Ortiqcha vaznni kamaytirish va taranglikni boshqarish.

Bu chora-tadbirlar tip 2 diabet xavfini sezilarli darajada kamaytiradi.

6. Davolash usullari (Management and Treatment)

Diabetni boshqarish individual yondashuvga asoslanadi:

6.1. Farmakoterapiya

Insulin terapiyasi (tip 1 va ba‘zan tip 2 uchun).

Og‘iz orqali hipoglikemik dorilar (metformin, SGLT2 ingibitorlari va boshqalar).

6.2. Hayot tarzini o‘zgartirish

Sog‘lom ovqatlanish, muntazam monitoring va jismoniy faoliyat muhim hisoblana

6.3. Komplikatsiyalarni boshqarish

Retinopatiya skrininglari, buyrak funktsiya monitoringi va oyoq parvarishi tavsiya etiladi.

Xulosa (Conclusion)

Qandli diabet global salomatlik uchun jiddiy muammo bo'lib, uning etiologiyasi ko'p omilli bo'lishi, turli turlari va belgilari mavjudligi bilan farqlanadi.

Tip 2 diabetning oldini olish uchun hayot tarzini o'zgartirish muhim, tip 1 esa autoimmun sabablarga ko'ra oldini olish qiyin. Diabetni to'g'ri boshqarish orqali asoratlarning xavfini kamaytirish mumkin. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar kasallikni davolash va profilaktikasi bo'yicha yangi usullarni taklif qilmoqda.

Adabiyotlar (References)

Endokrinologiya / tahrir ostida: I.I. Dedov (rus tilida).

Ichki kasalliklar (O'zbek/Rus darsliklari) – Qandli diabet bo'limi.

Asosiy ilmiy manbalar (xorijiy)

1. International Diabetes Federation (IDF) — IDF Diabetes Atlas

IDF Diabetes Atlas — qandli diabetning global epidemiologiyasi, tarqalishi, turlari va statistik ko'rsatkichlari bo'yicha dolzarb va rozili ma'lumotlarni beradi.

Masalan: International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 10-chi yoki 11-chi nashr. Brussels: IDF; 2021/2025. ncbi.nlm.nih.gov +1

2. American Diabetes Association (ADA) — Standards of Medical Care in Diabetes

ADA klinik amaliyot bo'yicha eng so'nggi tadqiqotlar natijalari asosida tuzilgan diabetni tashxislash, davolash va parvarishlash standartlarini taqdim etadi.

Masalan: American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes—2022/2023. Diabetes Care.

3. Ilmiy jurnallar va sharh maqolalar

5. Diabetes Care

ADA tomonidan chiqariladigan yuqori ta'sirli ilmiy jurnal bo'lib, diabet bo'yicha klinik tadqiqotlar va ko'rsatmalarni e'lon qiladi.

Masalan: Diabetes Care — epidemiologiya, davolash strategiyalari, klinik tadqiqotlari diabetes.org +1