

УДК 616.379-008.64-06:614.253.5

2-ТИП ҚАНДЛИ ДИАБЕТДА КЕЧ АСОРАТЛАРНИ БАРТАРАФ ЭТИШ ВА ОЛДИНИ ОЛИШДА ОИЛА ҲАМШИРАСИ ФАОЛИЯТИНИНГ ЎРНИ

Рахимова Х.М.¹, Хусанова Н.К.²

¹Самарқанд давлат тиббиёт университети

Самарқанд, Ўзбекистон.

² Абу Али ибн Сино номидаги

Пахтачи жамоат саломатлиги техникуми

Пахтачи тумани, Ўзбекистон.

Аннотация: 2-тип қандли диабет (ҚД2) – кенг тарқалган сурункали ноинфекцион касаллик бўлиб, у юрак-қон томир, буйрак, кўз ва асаб тизимида боғлиқ кеч асоратлар билан хавфлидир. Касалликни самарали назорат қилиш ва асоратларнинг олдини олишда бирламчи тиббий-санитария бўғинида фаолият юритувчи оила ҳамшираси муҳим ўрин тутди. Ушбу мақолада ҚД2да кеч асоратларни бартараф этиш ва профилактика қилишда оила ҳамшираси фаолиятининг ташкилий, профилактик, таълимий ва мониторинг йўналишлари таҳлил қилинди. Шунингдек, беморларни диспансер кузатувга олиш, гликемик назоратни таъминлаш, соғлом турмуш тарзини шакллантириш ва асоратларни эрта аниқлашда ҳамширанинг роли ёритилди.

Калит сўзлар: 2-тип қандли диабет, кеч асоратлар, профилактика, оила ҳамшираси, диспансеризация, гликемик назорат, соғлом турмуш тарзи.

Кириш: 2-тип қандли диабет дунё миқёсида ноинфекцион касалликлар ичида етакчи ўринлардан бирини эгаллайди. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти (ЖССТ) маълумотларига кўра, диабет билан касалланганлар сони йилдан-йилга ортиб бормоқда ва уларнинг катта қисми ҚД2 хиссасига тўғри келади. Касалликнинг

хавфли жиҳати шундаки, у узоқ вақт симптомсиз кечиши ва кеч босқичларда оғир асоратлар билан намоён бўлиши мумкин.

ҚД2да микроангиопатия (диабетик нефропатия, ретинопатия, нейропатия) ҳамда макроангиопатия (юрак ишемик касаллиги, инсульт) каби асоратлар беморларнинг меҳнат қobiliяти ва ҳаёт сифатига жиддий таъсир кўрсатади. Шу боис бирламчи бўғинда профилактика тадбирларини кучайтириш долзарб масаладир.

Мавзунинг долзарблиги: ҚД 2-типининг кенг тарқалиши ва асоратлар билан боғлиқ ногиронлик ҳолатларининг ортиши соғлиқни сақлаш тизими олдиға янги вазифалар қўяди. Замонавий ёндашувларға кўра, диабетни бошқаришда кўп тармоқли жамоа (врач, ҳамшира, эндокринолог, диетолог) фаолияти муҳим аҳамиятға эға.

Бирламчи тиббий ёрдам тизимида оила ҳамшираси бемор билан доимий мулоқотда бўлади, унинг ҳолатини кузатади, маслаҳат беради ва таълим ишларини олиб боради. Шу боис ҚД2 асоратларини олдини олишда ҳамширанинг профилактик фаолиятини илмий асослаш ва амалиётға жорий этиш муҳимдир.

Мақсад: 2-тип қандли диабетда кеч асоратларни бартараф этиш ва олдини олишда оила ҳамшираси фаолиятининг аҳамиятини илмий жиҳатдан асослаш.

Вазифалар:

1. ҚД2да кеч асоратларнинг турлари ва ривожланиш омилларини таҳлил қилиш.
2. Оила ҳамшираси фаолиятининг профилактик йўналишларини ўрганиш.
3. Беморларни диспансер кузатувға олиш ва мониторинг қилиш усулларини баҳолаш.
4. Амалий тавсиялар ишлаб чиқиш.

Тадқиқот ва текшириш усуллари: Мазкур тадқиқот таҳлилий, тавсифий ва кузатув (обсервацион) усулларда олиб борилди. Илмий ишни амалға ошириш жараёнида замонавий илмий адабиётлар, миллий клиник протоколлар ҳамда халқаро

тавсиялар таҳлил қилинди. Жумладан, Халқаро диабет федерацияси (International Diabetes Federation) маълумотлари асосида қандли диабетнинг дунё ва минтақавий миқёсда тарқалиши, унинг кеч асоратлари ҳамда хавф омиллари бўйича статистик кўрсаткичлар ўрганилди ва қиёсий таҳлил қилинди. Тадқиқот амалий қисми Пахтачи жамоат саломатлиги техникуми ўқитувчилари ва талабалари иштирокида ташкил этилди. Тадқиқот жараёни икки босқичда олиб борилди:

1-босқич. Назарий таҳлил ва сўровнома ўтказиш

Техникум ўқитувчилари ва “Ҳамширалик иши” йўналиши талабалари ўртасида 2-тип қандли диабетнинг хавф омиллари, кеч асоратлари ва профилактика чоралари бўйича билим даражасини аниқлаш мақсадида махсус ишлаб чиқилган сўровнома ўтказилди.

Сўровнома қуйидаги йўналишларни қамраб олди:

- ҚД2нинг этиологияси ва патогенези ҳақида билимлар;
- Микро- ва макроангиопатия асоратлари ҳақида тушунча;
- Гликемик назорат усуллари;
- Соғлом турмуш тарзининг аҳамияти;
- Оила ҳамшираси фаолиятининг профилактик роли.

Олинган натижалар фоизларда ҳисобланди ва таҳлилий жиҳатдан баҳоланди.

2-босқич. Амалий кузатув ва мониторинг

Бирламчи тиббий-санитария муассасаларида ҚД2 билан диспансер рўйхатда турган беморлар мисолида амалий кузатув ишлари олиб борилди. Тадқиқот жараёнига техникум ўқитувчилари раҳбарлигида талабалар жалб этилди.

Кузатув жараёнида қуйидаги клиник ва лаборатор кўрсаткичлар баҳоланди:

- Қонда глюкоза даражаси (оч қоринга ва постпрандиал);
- Гликирланган гемоглобин (HbA1c);
- Артериал қон босими;
- Тана вазни индекси (ТВИ);
- Липид профили (холестерин, ТГ, ЛПНП, ЛПВП);
- Сийдикда микроальбуминурия;

- Буйрак функцияси (креатинин, СКФ).

Талабалар беморлар билан суҳбат ўтказиш, глюкометрдан фойдаланишни ўргатиш, артериал босимни ўлчаш ва профилактик маслаҳат бериш жараёнларида иштирок этдилар.

Маълумотларни қайта ишлаш: Олинган натижалар статистик усуллар ёрдамида қайта ишланди, ўртача қиймат (M), стандарт оғиш ($\pm m$) ва фоиз кўрсаткичлари ҳисобланди. Қиёсий таҳлил орқали профилактик таълим тадбирларидан кейин беморларда гликемик назорат кўрсаткичларининг яхшиланиши баҳоланди.

Тадқиқот жараёнида тиббий этика қоидаларига риоя қилинди, иштирокчилардан ихтиёрий розилик олинди.

Ушбу ёндашув оила ҳамшираси фаолиятини ўқув жараёни билан интеграция қилиш, талабаларда амалий кўникмаларни шакллантириш ҳамда ҚД2 асоратларини эрта аниқлаш ва олдини олиш самарадорлигини ошириш имконини берди.

Муҳокама: ҚД2 асоратларининг олдини олишда оила ҳамшираси фаолияти самарадорлиги амалий жиҳатдан Пахтачи жамоат саломатлиги техникуми ўқитувчилари ва талабалари иштирокида ўтказилган кузатув ишлари мисолида таҳлил қилинди. Тадқиқот жараёнида техникумнинг “Ҳамширалик иши” йўналиши талабалари ўқитувчилар раҳбарлигида бирламчи тиббий-санитария муассасаларида диспансер рўйхатда турган ҚД2 беморлари билан иш олиб бордилар.

1. Таълим ва маслаҳат бериш

Техникум ўқитувчилари томонидан “Диабет мактаби” кўринишида ўқув-семинар машғулотлари ташкил этилди. Талабалар беморларга тўғри овқатланиш тамойиллари, гликемик индекс тушунчаси, кундалик жисмоний фаоллик меъёрлари ва дори воситаларини мунтазам қабул қилиш тартиби ҳақида тушунтириш ишларини амалга оширдилар.

Амалий машғулотларда беморларга ўз-ўзини назорат қилиш кундалигини юритиш, овқатланиш рационини режалаштириш ва гипогликемия ҳолатида биринчи ёрдам чораларини кўриш бўйича кўникмалар шакллантирилди. Натижада

беморларнинг касаллик ҳақидаги хабардорлик даражаси ошди ва даволашга риоя қилиш кўрсаткичлари яхшиланди.

2. Гликемик назорат

Талабалар ўқитувчилар назорати остида беморларга глюкометрдан тўғри фойдаланишни ўргатдилар, қонда глюкоза даражасини ўлчаш ва натижаларни махсус журналга қайд этишни йўлга қўйдилар.

Гликирланган гемоглобин (HbA1c) кўрсаткичларини таҳлил қилиш орқали узок муддатли гликемик назорат баҳоланди. Таълим тадбирларидан кейин айрим беморларда HbA1c кўрсаткичларининг пасайиши кузатилди, бу эса ҳамшира иштирокидаги профилактик ишларнинг самарадорлигини тасдиқлайди.

3. Эрта аниқлаш

Талабалар клиник амалиёт жараёнида нефропатияни барвақт аниқлаш мақсадида сийдикда микроальбуминурия текширувига йўналтириш, артериал босимни мунтазам ўлчаш ва буйрак функциясини назорат қилишда иштирок этдилар.

Шунингдек, ретинопатияни аниқлаш учун беморларни офтальмолог кўригига йўналтириш, нейропатия белгилари (оёқларда сезувчанлик пасайиши, увишиш)ни баҳолаш ишлари амалга оширилди. Бу ёндашув асоратларни эрта босқичда аниқлаш ва уларнинг оғирлашувини олдини олиш имконини берди.

4. Соғлом турмуш тарзини шакллантириш

Техникум талабалари томонидан аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилишга қаратилган профилактик акциялар ташкил этилди. Жумладан, тамаки чекишнинг зарари, ортиқча вазн ва гиподинамиянинг диабет асоратларига таъсири ҳақида маърузалар ўтказилди.

Беморларга индивидуал овқатланиш режалари бўйича тавсиялар берилди ва ҳафтасига камида 150 дақиқа ўртача жисмоний фаоллик зарурлиги тушунтирилди.

5. Диспансеризация ва мониторинг

Оила ҳамшираси раҳбарлигида талабалар беморларни рўйхатга олиш, уларнинг амбулатор карталарини таҳлил қилиш ва даврий текширувлар жадвалини тузиш ишларида иштирок этдилар.

Мониторинг жараёнида қонда глюкоза даражаси, артериал босим, тана вазни индекси, липид профили ва буйрак функцияси кўрсаткичлари баҳоланди. Профилактик таълим тадбирларидан кейин айрим беморларда артериал босим ва тана вазни индексида ижобий ўзгаришлар кузатилди.

Умумий таҳлил: Олиб борилган кузатувлар шуни кўрсатадики, Пахтачи жамоат саломатлиги техникуми ўқитувчилари ва талабалари иштирокида амалга оширилган комплекс профилактик тадбирлар ҚД2 беморларида гликемик назоратни яхшилаш, асоратларни эрта аниқлаш ва уларнинг ривожланиш хавфини камайтиришга хизмат қилди.

Шу билан бирга, мазкур амалиёт талабаларда клиник фикрлаш, мулоқот кўникмалари ва профилактик тиббиётга оид амалий тажрибани шакллантиришда муҳим аҳамият касб этди.

Хулоса: 2-тип қандли диабетда кеч асоратларнинг олдини олиш ва бартараф этишда оила ҳамшираси муҳим ўрин тутди. Унинг таълимий, профилактик ва мониторинг фаолияти беморларнинг ҳаёт сифати ва давомийлигини оширишга хизмат қилади. Бирламчи тиббий-санитария бўғинида ҳамшираларнинг малакасини ошириш ва диабет мактабларини кенг жорий этиш асоратларни камайтиришга ёрдам беради.

Тавсиялар:

1. Бирламчи бўғинда диабет мактабларини ташкил этиш.
2. Оила ҳамширалари учун малака ошириш курсларини мунтазам ўтказиш.
3. ҚД2 билан оғриган беморларнинг электрон реестрини юритиш.
4. Гликемик назорат ва скрининг тадбирларини кучайтириш.
5. Аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш.

Фойдаланилган адабиётлар

1. World Health Organization. Global report on diabetes. Geneva.
2. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas.
3. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes.
4. Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги. Қандли диабетни ташхислаш ва даволаш бўйича клиник протоколлар.
5. Бирламчи тиббий ёрдамда қандли диабетни бошқариш бўйича услубий қўлланмалар
6. Рахимова Х. М., Юлдашова Н. Э. Анализ качества медицинской помощи пациентам с эндокринной патологией в условиях семейной поликлинике //Фундаментал ва клиник тиббиёт ахборотномаси. – с. 48.
7. Сулайманова Н. Э., Рахимова Х. М. Оценка качества предоставляемых медицинских услуг по профилактике осложнений сердечно-сосудистых заболеваний //Journal of cardiorespiratory research. – 2022. – Т. 3. – №. 3. – С. 100-103.
8. Сулайманова Н. Э., Рахимова Х. М. Аҳоли уртасида ПЕН протоколлари асосида 2 турдаги қандли диабетни назорат қилиш сифатини яхшилаш //Проблемы биологии и медицины. – 2022. – Т. 4. – №. 137. – С. 160-163.
9. Сурункали юрак етишмовчилиги бўлган беморларни оилавий поликлиника шароитида олиб бориш. Х.М.Рахимова, М.Х.Валиева. Фундаментал ва клиник тиббиёт ахборотномаси журнали. 11 (5), 33-40 б.