

DISK CHURRASI XAFVLIMI?

Tuzuvchi: **Qayumova Sharifa Isaqjanovna**

Chortoq Abu Ali Ibn Sino nomidagi

Jamoat Salomatligi Texnikumi

Umumkasbiy fanlar kafedrası

Asab va ruxiy kasalliklar fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada disk churrasi, kelib chiqish sabablari, turlari, kasallikni dastlabki belgilaari, kasallikni oldini olish, kasallikdagi davo xaqida keng yoritilgan .

Kalit so'zlar: Disk churrasi, orqa miya, bo'yin, bel, dumg'aza , umurtqalararo disk

Disk churrasi - Umurtqalar orasidagi diskning oz joyidan siljishiga disk churrasi deb ataladi. Disk oz joyidan bir oz siljishiga u xech qanday og'riq bermaydi. Biroq uning siljishi davom etaversa buning oqibatida orqamiya va undan chiquvchi nervlar bosilib qoladivakuchli og'riq yuzaga keladi. Disk churrasi kopincha boyin va bel-dumg'aza umurtqalari soxasida paydo boladi.

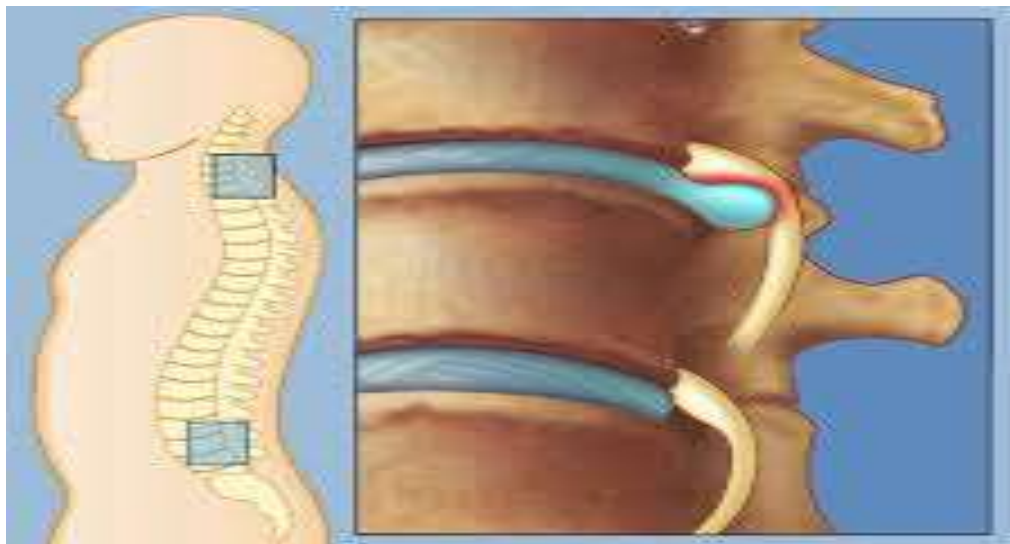
Umurtqalararo disk churrasi

Bel og'rig'i shifokorga murojaat qilish uchun eng ko'p uchraydigan sabablardan biri hisoblanadi. Ko'pgina hollarda beldagi og'riqlar hayot uchun xavfli kasallik tufayli kelib chiqmaydi, ammo bemorni tekshirish paytida bunday kasallikni istisno qilish muhimdir, chunki uning mavjudligi tez-tez shoshilinch yoki o'ziga xos davolanishni talab qiladi, uning kechikishi prognozni sezilarli darajada yomonlashtiradi.

Ayni paytda beldagi og'riqlar 3 ta asosiy guruhga ajratiladi:

1. Nospetsifik (skelet-mushak tizimi bilan bog'liq)
2. Spetsifik (shikastlanish, o'sma, infeksiya va boshqalar)
3. Kompression radikulopatiya natijasida yuzaga kelgan

Disk churrasi bilan bog‘liq og‘riqlar uchinchi guruhga kiradi va beldagi barcha og‘riqlarning 7% gacha tashkil qiladi. Shuni ta’kidlash kerakki, umurtqalararo disk churralari bel og‘rig‘idan shikoyat qilmaydigan 60-70% odamlarda aniqlanishi mumkin.



Umurtqalararo churra turlari.

.Bel-chanoq qismi churrasi , eng ko‘p uchraydigan turi 80%

.Bo‘yinqismi churrasi, kamroq uchraydi 19%

.Ko‘krak qismi

churrasi, kam 1% holda uchraydi.

Umurtqalararo churra belgilari :

Churrani joylashgan o‘rniga bog‘liq ;

1.Bel umurtqasi-beldagi og‘riq uni oyoqlariga va songa o‘tkazilishi, shuningdek oyoqlarini sezgirlicni yo‘qolishi bilan kechadi.

2.Bel umurtqasichurasi bosh, bo‘yin yoki yelkalardagi og‘riqlar, bosh aylanishi, qon bosim ko‘tarilishi, quloqlarni shang‘ilashi vaqo‘llarni uvishishi bilan namoyon bo‘ladi.

3. Ko'krak umurtqalari churasida yurak xos og'riqlar bo'lib, og'riq qoldiruvchilar tasir etmaydi.

Bel churrasining dastlabki belgilari

Umurtqa pog'onasi churrasining ilk bosqichini aniqlash oson emas, chunki belgilar ko'pincha oddiy mushak charchog'iga o'xshaydi. Shu sababli bel churrasini erta bosqichda davolash uchun bu alomatlarini bilish muhimdir.

1. Jismoniy yuklamadan so'ng bel yoki bo'yin og'rigi

Dastlab og'riq yengil bo'ladi va uzoq o'tirish yoki noqulay holatda ishlashdan keyin paydo bo'ladi. Vaqt o'tishi bilan og'riq kuchayadi va doimiy tus oladi. Bel qismi churrasida og'riq oyoqqa tarqaladi, bo'yin qismi churrasida esa yelka va qo'lga beriladi.

2. Umurtqa pog'onasida tortishish va noqulaylik hissi

Ko'pchilik bemorlar kechqurun orqa qismida charchoq, qotish yoki ichki tortishishni sezishadi. Bu umurtqa disklardagi degenerativ o'zgarishlar va churra shakllanishining dastlabki belgilaridan biridir.

3. Uyushish va achishish hissi

Qo'l yoki oyoq barmoqlarida sezuvchanlikning pasayishi, mushak tortishishi (kontrakturasi) yoki achishish hissi paydo bo'lsa, bu asab ildizlari siqilayotganidan darak beradi. Bunday holatda umurtqa pog'onasining MRT tekshiruvi zarur.

4. Qo'l yoki oyoqlarda holsizlik

Agar sizda oyoq yoki qo'l harakati sustlashsa, yurish o'zgarsa yoki buyumlarni ushlab turish qiyinlashsa — bu asab ildizlari siqilishidan bo'lishi mumkin.

5. Og‘riqning oyoq yoki qo‘lga berilishi

Bel churrasida og‘riq ko‘pincha son va oyoqqa (ishias) tarqaladi, bo‘yin churrasida esa qo‘lga beriladi. Bu belgi neyroxirurgga murojaat qilish zarurligini ko‘rsatadi.

Nega neyroxirurgga kechikmay murojaat qilish kerak

Dastlabki bosqichlarda bel churrasini dori vositalari, fizioterapiya va umurtqani tortish usuli bilan davolash mumkin. Ammo asab bosimi kuchayganda, eng samarali usul — bu umurtqa churrasini jarrohlik yo‘li bilan olib tashlashdir.

Zamonaviy umurtqa pog‘onasi operatsiyalari mikroinvaziv usulda amalga oshiriladi — mikro kirish orqali videokamera nazorati ostida. Bunga endoskopik churrani olib tashlash va mikrodiskektomiya kiradi.

Dastlabki belgilarda nima qilish kerak

Agar sizda orqa yoki oyoqlarda og‘riq, uyushish yoki holsizlik bo‘lsa — kechiktirmang, mutaxassisga murojaat qiling.

Tajribali neyroxirurg kasallik bosqichini aniqlab, mos davolash usulini tanlaydi va kerak bo‘lsa endoskopik yoki mikrojarrohlik churrani olib tashlashni tavsiya qiladi.

Disk churrasi qanday davolanadi?

Bugungi kunda kasallikni davolashda lazerli va endoskopik usullardan keng foydalanilmoqda. Biroq churra inson tanasidagi o‘simta hisoblangani, shuningdek, vaqtida chora ko‘rilmasa, salbiy oqibatlarga olib kelgani bois uni rejali jarrohlik yo‘li bilan tuzatish eng to‘g‘ri yo‘l hisoblanadi. Bunda bemor to‘liq tekshiruvlardan o‘tkaziladi. Tanadagi barcha a‘zolar faoliyati chuqur o‘rganilib, bemor shundan so‘nggina operatsiya qilinadi. To‘g‘ri, umurtqa churrasini dori-darmonlarsiz ham davolasa bo‘ladi. Jumladan, hozir suv muolajalari tibbiyotda keng qo‘llanilmoqda. Biroq bu muolajani shifokor tavsiyasi bilan olish lozim. Churraning paydo bo‘lgan muddati juda katta ahamiyat kasb etadi. Uch oygacha bo‘lgani yengil, uch oydan olti oygacha bo‘lgan churra esa surunkali

sanaladi. Bundan tashqari, hajmiga ham e'tibor qaratiladi. Agar u 9 millimetrdan kichik bo'lsa, jarrohlik aralashuvisiz davolash mumkin.

Bel churrasini qayerda davolash mumkin

Agar siz bel churrasini davolash joyini izlayotgan bo'lsangiz, Neurolife markaziga murojaat qiling. Bu yerda umurtqa kasalliklarini davolashning to'liq jarayoni — diagnostika (MRT, KT, neyrofiziologiya)dan tortib bel qismi operatsiyalarigacha amalga oshiriladi.

Markaz shifokorlari umurtqa neyroxirurgiyasi sohasida katta tajribaga ega bo'lib, bel churrasini endoskopik olib tashlash operatsiyalarini muvaffaqiyatli amalga oshiradilar.

Siz Neurolife markazida neyroxirurg qabuliga yozilib, tekshiruvdan o'tishingiz va shaxsiy davolash rejasini olishingiz mumkin. Erta murojaat qilish — sog'lom hayotga qaytishning kafolatidir.

Umurtqa churrasini davolashning zamonaviy usullari

Bugungi kunda minimal invaziv umurtqa jarrohligi yordamida atigi 1 sm kesik orqali churrani olib tashlash mumkin. Bel qismi churrasini olib tashlash endoskopik usulda bajariladi, bu esa mushak va to'qimalarga zararni kamaytiradi.

Bemorlar odatda operatsiyadan bir necha soat o'tib yura olishadi, to'liq sog'ayish esa bir necha hafta ichida sodir bo'ladi.

Bunday umurtqa pog'onasi operatsiyalari xavfsiz, samarali va asab bosimini tez bartaraf etish, harakatni tiklash hamda qaytalanishning oldini olishga qaratilgan.

Kasallik xuruj qilganda qanday yo'l tutish kerak?

Churra xuruj qilgan paytda ko'ngil aynishi, qayt qilish, churra joylashgan soha atrofi qo'l bilan paypaslanganida, qorinda to'lg'oqsimon og'riq kuzatilishi mumkin. Bunday paytda bemor og'riq qoldiruvchi dorilar qabul qilishi mutlaqo mumkin emas. Sababi o'zboshimchalik bilan davolanish keyinchalik salbiy oqibatlarga olib keladi. Eng to'g'ri

yo‘l esa shifokor ko‘rigidan o‘tish va tavsiya etilgan davo muolajalarini bajarishdir. Afsuski, bugungi kunda ko‘pchilik bemorlar yaqinlarining gap-so‘zlari, tavsiyalariga ishonib, umurtqa pog‘onasini bosish, uqalash va shunga o‘xshash amaliyotlar orqali davolanishga harakat qiladi. Bu esa shikastlangan umurtqani yanada qiynashi, kasallikning zo‘rayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Disk churrasining oldini olish uchun nima qilish lozim?

Eng avvalo, sog‘lom turmush tarziga rioya qilish kerak. Ayniqsa, yurganda bosh va belni tik tutish, piyoda ko‘p yurish, sport bilan shug‘ullanish zarur.

Qolaversa, bilamizki, bugungi kunda aksariyat odamlar kompyuter qarshisida o‘tirib ishlagani sababli ularda ayni shu kasallik ko‘p uchraydi. Shunday ekan ularga tavsiyamiz, kompyuter oldida stol suyanchig‘iga suyanib o‘tiring. Oyog‘ingiz esa yerga tegib tursin.

Bundan tashqari, suzish, uqalash muolajalari, ortopedik matrasda uxlash va chekishni tashlash ham kasallikning oldini olishda muhim sanaladi.

Foydaniladigan adabiyotlar :

- 1.Shodmanov – Asab va ruxiy kasalliklar
- 2.W.W.W.Google-internet saytlari