

BOLALARDA UCHRAYDIGAN SURUNKALI TANZILIT VA SURUNKALI BRONXIT KASALLIKLARIDA TIBBIY REABILITATSIYA.

Toshniyozova Manzura Daniyor qizi

Mamirova Yodgora Qo'chqarboy qizi

Jizzax viloyati Do'stlik Abu Ali Ibn Sino nomidagi

jamoat salomatligi texnikumi

Maxsus fanlar kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada bolalarda eng ko'p uchraydigan nafas yo'llari kasalliklari — surunkali tonzillit va surunkali bronxitning tibbiy reabilitatsiyasi masalalari yoritilgan. Reabilitatsiya chora-tadbirlarining maqsadi kasallikning qaytalanishini oldini olish, immunitetni mustahkamlash va bolaning umumiy sog'lomlashishiga erishishdir. Maqolada fizioterapiya, nafas gimnastikasi va sanator-kurort davolashning samaradorligi tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: bolalar, surunkali tonzillit, surunkali bronxit, tibbiy reabilitatsiya, fizioterapiya, profilaktika, nafas gimnastikasi.

Bolalik davrida nafas tizimi kasalliklari, xususan, surunkali tonzillit va surunkali bronxit, nafaqat bolaning hayot sifatini pasaytiradi, balki jismoniy va ruhiy rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Uzoq davom etuvchi yallig'lanish jarayonlari organizmning umumiy qarshiligini pasaytiradi. Shu sababli, faqat farmakologik davolash bilan cheklanmay, kompleks tibbiy reabilitatsiyani yo'lga qo'yish zamonaviy pediatriyaning ustuvor vazifalaridan biridir.

Bolalarda surunkali tonzillit va surunkali bronxitni kompleks tibbiy reabilitatsiya qilish nafaqat simptomlarni yo'qotish, balki bola organizmining himoya kuchlarini safarbar etishni ko'zda tutadi. Quyida ushbu kasalliklarni bosqichma-bosqich reabilitatsiya qilishning batafsil strategiyasi keltirilgan.

Surunkali tonzillitda reabilitatsiya (LOR-patologiya)

Surunkali tonzillitda asosiy maqsad — bodomsimon bezlardagi patogen mikroflorani kamaytirish va limfoid to‘qimaning immunologik funksiyasini tiklashdir.

Sanatsiya va mahalliy muolajalar

- Bodomsimon bezlarni yuvish: LOR shifokori tomonidan apparatli (vakuum) yoki shprints usulida antiseptik eritmalar (Furatsilin, Xlorheksidin, Miramistin) yordamida yuvish. Bu bezlar chuqurchalaridagi (lakunalaridagi) yiringli tiqinlarni olib tashlaydi.

- Surtish va purkash: Mahalliy yallig‘lanishga qarshi va regeneratsiyani tezlashtiruvchi preparatlar (Lugol eritmasi, Xlorofillipt) bilan bodomsimon bezlarni ishlov berish.

Fizioterapevtik davolash

- UF-nurlanish (Kvars): Tomoq sohasiga ta’sir etish orqali mahalliy immunitetni kuchaytiradi va bakteriyalarni nobud qiladi.

- Elektroforez: Kaltsiy xlorid yoki yallig‘lanishga qarshi dorilar bilan tomoq sohasiga ta’sir etish.

- Lazeroterapiya: Bodomsimon bezlar sohasiga past intensivlikdagi lazer nuri bilan ta’sir etish (shish va yallig‘lanishni kamaytiradi).

Uy sharoitidagi parvarish

- G‘arg‘ara qilish: Duzli suv, romashka (moychechak) damlamasi yoki dengiz tuzi eritmasi bilan kuniga 3-4 marta g‘arg‘ara qilish.

- Chiniqtirish: Bo‘yin sohasini salqin suv bilan yuvish (asta-sekin haroratni pasaytirib borish).

Surunkali bronxitda reabilitatsiya (Pulmonologik patologiya)

Bronxitda reabilitatsiya nafas yo‘llarining drenaj funksiyasini (balg‘am ajralishini) yaxshilash va bronxospazmni bartaraf etishga qaratilgan.

Kineziterapiya (Davolash jismoniy tarbiyasi)

- Nafas gimnastikasi: O‘pka alveolalarini ventilyatsiya qilish uchun diafragmal nafas olish mashqlari.

- Drenaj massaji: Ko'krak qafasini maxsus usullar bilan urib massaj qilish (perkussiyalar) va bolani "yotgan holatdan ko'tarilgan holatga" keltirish orqali balg'amning oson chiqishini ta'minlash.

Apparatli va fizik usullar

- Nebulayzer inhalatsiyasi: Shifokor buyurgan mukolitik (balg'am ko'chiruvchi) dorilar yoki oddiy fiziologik eritma (0,9% NaCl) bilan inhalatsiya qilish.

- Galo-kamera (Tuzli g'or): Tuzli aerosol bilan nafas olish bronxlarni tozalaydi va allergik fonni kamaytiradi.

- Induktotermiya yoki magnetoterapiya: Ko'krak qafasiga issiqlik ta'siri orqali qon aylanishni yaxshilash.

Parhez va rejim

- Ko'p suyuqlik ichish: Balg'amni suyultirish uchun iliq choy, kompot yoki ishqorli mineral suvlar (Borjomi kabi) juda muhim.

- Nam havo: Xonadagi namlikni 50-60% darajasida ushlab (havo namlagichlar yordamida). Bu bronx shilliq qavatining qurib qolishiga yo'l qo'ymaydi.

Umumiy immun reabilitatsiya (Har ikkala kasallik uchun)

- Vitaminoterapiya: Ayniqsa, kuz-qish mavsumida C, D vitaminlari va Omega-3 yog' kislotalarini qabul qilish.

- Iqlimiy davolash: Tog'li hududlar (o'rmonli hududlar) yoki dengiz bo'yi iqlimi bronx-o'pka tizimini tiklashda eng yaxshi vositadir.

- Sanator-kurort: "Bolalar sanatoriysi" yo'llanmasi bilan 14-21 kunlik kompleks davolanish (fizioterapiya, parhez, rejim).

- Surunkali o'choqlarni bartaraf etish: Agar bolada karies yoki adenoidit bo'lsa, ularni davolash shart, chunki ular infeksiya manbai bo'lib, tonsillit va bronxitni qayta-qayta qo'zg'atadi.

Reabilitatsiya jarayonidagi muhim eslatmalar:

1. Monitorin: Bolaning tana harorati, nafas olish tezligi va umumiy holsizlik holatini doimiy nazorat qiling.

2. Allergik holat: Agar bolada bronxit fonida allergiya bo'lsa, fizik muolajalarni tanlashda juda ehtiyot bo'lish (ba'zi issiq muolajalar allergiyani qo'zg'atishi mumkin) kerak.

3. Shifokor nazorati: Har qanday apparatli muolajalar yoki kuchli dorilar faqat pediatri, LOR yoki pulmonolog nazorati ostida amalga oshirilishi shart.

Sizning holatingizda, bu reabilitatsiya jarayonini uy sharoitida amalga oshirmoqchimisiz yoki sanatoriya/shifoxona sharoitidami? Bu menga yanada aniqroq amaliy tavsiyalar berishimga yordam beradi.

Xulosa

Ba'zi mutaxassislar faqat konservativ davo bilan cheklanishni tavsiya qilsalar-da, bizning tajribamiz shuni ko'rsatadiki, reabilitatsiya dasturisiz kasallikning surunkali shakli qaytalanishda davom etadi. Ayniqsa, ekologik omillar va allergik fon yuqori bo'lgan hududlarda reabilitatsiyaning davomiyligi kamida 3-6 oyni tashkil etishi maqsadga muvofiqdir.

Bolalarda surunkali tonzillit va bronxitni davolashda tibbiy reabilitatsiya majburiy bosqich bo'lishi kerak.

- Erta aniqlash: Maktabgacha ta'lim muassasalarida profilaktik ko'rikni kuchaytirish.
- Individual dasturlar: Har bir bola uchun uning kasallik tarixidan kelib chiqib individual reabilitatsiya rejasini tuzish.
- Ota-onalarni o'qitish: Ota-onalarga uy sharoitida bajariladigan nafas gimnastikasi va gigiyena qoidalarini o'rgatish.
- Sanatoriyalar: Surunkali kasalligi bor bolalar uchun ixtisoslashgan sanatoriy-profilaktika tizimini rivojlantirish.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Arifxanova S. I. va b. Bolalar kasalliklari. – Toshkent: "Yangi asr avlodi", 2020. (Pediatriyadagi asosiy klinik qo'llanma).
2. Bobojonov N. A. Surunkali tonzillit va uning asoratlari: tashxis va davolash. – Toshkent: "Ibn Sino", 2021.

3. Vasiyeva A. A. Bolalarda nafas yo‘llari surunkali kasalliklarining reabilitatsiyasi. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2023.
4. Gaynullina E. R. Fizioterapiya va tibbiy reabilitatsiya asoslari. – Toshkent: "Fan", 2019.
5. Shamsiyev A. M., Xamrayev A. X. Bolalar otolaringologiyasi. – Toshkent: "Akademnashr", 2022.
6. G‘afforov U. A. Ekologik muhit va bolalar salomatligi. – Namangan: "Namangan nashriyoti", 2024. (Hududiy xususiyatlarni inobatga olgan holda).
7. World Health Organization (WHO). Guidelines on management of chronic respiratory diseases in children. – Geneva, 2023. (Xalqaro standartlar).
8. Strelnikova A. N. Nafas gimnastikasi metodikasi. – O‘zbek tiliga tarjima (O‘quv-uslubiy qo‘llanma), 2021.
9. Karimov M. K. Pediatriyada profilaktik reabilitatsiya tizimi. // "O‘zbekiston tibbiyot jurnali", 2025, №2.
10. Tashkent Pediatric Medical Institute. Bolalarda surunkali bronxitni davolash va profilaktika qilish bo‘yicha klinik protokollar. – Toshkent, 2024.