



QANDLI DIABET KASALLIGI VA UNI OLDINI OLISH

Togayeva Gulnora Siddiqovna - ilmiy rahbar

Jasur Jamolboev Jalolovich

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Hilola Normurodova Shuxrat qizi

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Murodov Shaxzod Ulug'bek o'g'li

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Annotatsiya: Ushbu maqolada biz qandli diabetning ko'p qirrali tabiatini, shu jumladan uning turlari va inson va jamiyatga ta'sirini o'rganishni maqsad qilganmiz. Bundan tashqari, biz ushbu keng tarqalgan salomatlik holati haqidagi tushunchamizni kuchaytirish va qandli diabet bilan kasallangan insonlarning hayotini yaxshilashdan iborat bo'lgan samarali boshqaruv strategiyalarini, profilaktika choralarini, texnologik yutuqlarni va psixo-ijtimoiy yordamni o'rganamiz.

Kalit so'zlar: qandli diabet, glyukoza, insulin, yurak-qon tomir kasalliklari, qon.

Qandli diabet - bu qondagi glyukoza (shakar) miqdorining yuqoriligi bilan tavsiflangan keng tarqalgan surunkali kasallik. Ushbu metabolik kasallik organizmning yetarli miqdorda insulin ishlab chiqara olmasligi (1-toifa diabet) yoki insulinning organizm tomonidan samarasiz ishlatilishi (2-toifa diabet) natijasida yuzaga keladi. Bundan tashqari, homiladorlik diabeti ba'zi homilador ayollarda uchraydi va monogen diabet kabi kamroq tarqalgan boshqa turlari mavjud. Qandli diabetning ta'siri chuqur bo'lib, odamlarning sog'lig'i ta'sir qiladi va sog'liqni saqlash tizimlari va butun jamiyatga katta yuk bo'ladi. Qandli diabet bilan og'rikan odamlarda turli xil asoratlar, jumladan neyropatiya, retinopatiya, yurak-qon tomir kasalliklari va buyraklar bilan bog'liq muammolar paydo bo'lish xavfi yuqori. Ijtimoiy ta'sir sog'liqni saqlash uchun katta xarajatlarni, mahsuldorlikni pasaytirishni va sog'liqni saqlash bilan bog'liq kengroq muammolarni o'z ichiga oladi.

Qandli diabet – bu metabolik jarayonlarning noto'g'ri ishlashi bo'lib, u insulin darajasining pasayishi va qonda shakar miqdorining oshishi tufayli yuzaga keladi. Kasallik surunkali bo'lib, ko'pincha kuchayib borish xavfi mavjud. Qandli diabet tufayli kelib chiqqan holatlar o'limga olib kelishi mumkin (bu giperglikemik va gipoglikemik koma). Statistik ma'lumotlarga ko'ra, qandli diabet kasalligi



metabolizm buzilishi tufayli yuzaga keladigan ikkinchi eng keng tarqalgan kasallikdir (semizlik birinchi o'rinda). Dunyo miqyosida diabet aholining o'ndan birida tashxis qilinadi. Kasallik belgilersiz kechishi mumkinligini hisobga olgan holda, olimlar aslida diabet bilan og'rigan bemorlarning ulushi ancha yuqori deb taxmin qilishadi.

Insulinning ahamiyati - Qandli diabet insulin yetishmovchiligi tufayli yuzaga keladi. Oqsil, uglevod va yog` almashinuvidagi buzilishlar bu kasallikka xosdir. Uglevodlar almashinuvida ishtirok etadigan insulin jigarda glikogenning parchalanishi, sintezi va ishlatilishini ta'minlaydi, shuningdek, uglevod birikmalarining parchalanishini oldini oladi. Oqsil almashinuvi jarayonida insulin oqsil va nuklein kislotalarni sintez qila boshlaydi, birinchisining parchalanishiga yo'l qo'ymaydi. Insulinning yog 'almashinuviga ta'siri shundaki, u glyukoza ning gepatositlarga kirish tezligini oshiradi, energiya hujayra jarayonlarini ishga tushiradi, yog'larning parchalanishini sekinlashtiradi va yog' kislotalari sintezini yaxshilaydi. Agar insulin yetarli bo'lmasa, natriy hujayralarga kira olmaydi.

Kasallikning shakllari Qandli diabetning og'irligi jihatidan yengil, o'rtacha va og'ir bo`lishi mumkin. Ushbu kasallikning to'rtta asosiy klinik shakli mavjud:

1-tip qandli diabet (insulinga bog'liq). 35 yoshgacha bo'lgan odamlarda va yosh bolalarda uchraydi. Insulinning tabiiy ishlab chiqarilishi butunlay to'xtaydi, shuning uchun uni doimiy ravishda inyeksiya orqali yuborib turiladi.

2-tip qandli diabet (insulinga bog'liq bo'lmagan). U qirq va ellik yoshdan oshgan odamlarda uchraydi, uning paydo bo'lishining sababi to'qimalarning insulinga anormal sezgirligidir. Bunday diabetda shakarning o`zlashtirilishi qiyin kechadi, insulinni inyeksiya orqali yuborish talab qilinmaydi.

Simptomatik (ikkilamchi) qandli diabet. Boshqa kasallik tufayli paydo bo'ladi (masalan, oshqozon osti bezi kasalliklari). Shuningdek, dori-darmonlarni uzoq muddat qo'llash, genetik patologiyalar tufayli ham yuzaga kelishi mumkin.

Bolalik davrida noto'g'ri ovqatlanish tufayli yuzaga kelgan qandli diabet. Ko'pincha tropik mintaqalarda yashaydigan odamlarda uchraydi.

Bundan tashqari, ayollarda homiladorlik davrida yuzaga kelovchi gestasion qandli diabetni ajratish mumkin. Qondagi glyukoza miqdori darajasiga qarab quyidagicha tasniflanadi:

Kompensatsion qandli diabet - bemor sog'lig'idan shikoyat qilmaydi, och qoringa qondagi shakar darajasi 4 mmol/l dan oshmaydi, kun davomida esa 9 mmol/l dan oshmaydi.



Subkompensatsion qandli diabet - alomatlar paydo bo'lmaydi va qonda shakar darajasi 8 dan 11 mmol/l gacha bo'ladi.

Dekompensatsion qandli diabet - bemor sog'lig'ining yomonligidan shikoyat qiladi, kasallik belgilari aniqlanadi, qondagi glyukoza darajasi 11 mmol/l dan yuqori.

Qandli diabetni davolash:

Qon glyukoza monitoringi, dori-darmonlarga rioya qilish va turmush tarzini o'zgartirishning ahamiyati.

Qandli diabetni davolashda dietaga oid fikrlar va ovqatlanishning roli.

Qandli diabetga chalinganlar uchun jismoniy faollik va mashqlar bo'yicha tavsiyalar.

Profilaktik strategiyalar va jamoat salomatligiga aralashuvlar:

Kasallikni erta aniqlash va aralashuvni targ'ib qilish uchun ta'lim va xabardorlik kampaniyalari.

Sog'lom turmush tarzini tanlash va diabetning oldini olishga qaratilgan jamoatchilik dasturlari.

Qandli diabet bilan kasallanish xavfi bo'lgan yoki yashayotgan shaxslar uchun arzon tibbiy yordam, dori-darmonlar va yordam olish imkoniyati.

Texnologik yutuqlar va tadqiqotlar:

Qandli diabetni boshqarish vositalari, jumladan, glyukoza monitoringi asboblari va insulin yetkazib berish tizimlaridagi innovatsiyalar.

Regenerativ tibbiyot, genetik omillar va shaxsiylashtirilgan davolash yondashuvlari bo'yicha doimiy tadqiqotlar.

Texnologiya va ilmiy yutuqlarning diabetni davolashning kelajagiga potentsial ta'siri.

Psixosotsial yordam va hayot sifati:

Qandli diabet bilan yashashning hissiy va ruhiy salomatlik jihatlarini ko'rib chiqish.

Insonlar va oilalar uchun qo'llab-quvvatlovchi hamjamiyat va resurslarni rivojlantirish.

Qandli diabetni davolashda jismoniy, hissiy va ijtimoiy farovonlikni o'z ichiga olgan yaxlit yondashuvni targ'ib qilish.

Xulosa: Qandli diabet murakkab va keng qamrovli muammodir, ammo keng qamrovli tushunish, faol boshqarish va jamoatchilikka yo'naltirilgan profilaktika harakatlari orqali uning ta'sirini kamaytirish mumkin. Tibbiyot xodimlari, sog'liqni saqlash tashabbuslari va individual imkoniyatlarni o'z ichiga olgan multidisipliner yondashuvni ta'kidlab, biz qandli diabetni samarali boshqariladigan va uning



tarqalishini oldini olish strategiyalari va parvarishlash sohasidagi yutuqlar orqali kamaytiriladigan dunyoga intilamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. www.ziyonet.uz
2. Dedov I.I., Shestakova M.V., Milenkaya T.M. Qandli diabet: retinopatiya, nefropatiya. M.: Tibbiyot. 2011. 176 b.
3. Elsukova O.S., Nikitina E.A., Zhuravleva O.L. 2-toifa qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda komorbid patologiyani o'rganish // Inson va tibbiyot - Qozog'iston. 2015 yil. 12-son (58). 126-129-betlar.
4. Metreveli D.S., Sulxanishvili M.Z., Margvelashvili M.Z. 2-toifa qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda retinopatiyaning tarqalishi Endokrinologiya muammolari. 2016. V.52, 4-son. b.6-8.