

## **QANDLI DIABET 2-TUR VA SEMIZLIKNING O'ZARO BOG'LIQLIK SABABLARINI O'RGANISH**

*Ergasheva Gulshan Toxirovna*

*Klinik fanlar kafedrasasi assistenti*

*Osiyo Xalqaro Universiteti, Bukhoro, O'zbekiston*

*E-mail: ergashevagulshantoxirovna@oxu.uz*

**Annotatsiya:** *Semizlik va qandli diabet 2-tur XXI asrning global muammosi bo'lib, uning tarqalishi dahshatli sur'atlarda o'sib bormoqda. JSST ma'lumotlariga ko'ra, so'nggi 40 yil ichida semizlik bilan kasallanganlar soni, 2016 yilda uch baravar ko'paydi va sayyoramizdagi yoshi katta aholining taxminan 13% ni tashkil qildi (11% erkaklar va 15% ayollar) va 39% yoshi kattalar esa ortiqcha vaznga ega (erkaklar 39% va ayollar 40%). Mutaxassislarning fikriga ko'ra 2030 yilga borib, dunyoda yoshi katta aholining 38% i ortiqcha vazn va 20% ida semizlik uchraydi. Qandli diabet 2-turining yuqori tarqalishi semizlik bilan bevosita bog'liq bo'lib, bemorlarning taxminan 90%i ortiqcha vaznli yoki semizlik bilan og'riqan bemorlar tashkil etadi*

**Kalit so'zlar:** *Semizlik, Qandli diabet 2-tur, glyukoza, insulin*

Qandli diabet 2-tur(QD2) surunkali kasalliklar ichida kasallikning keng tarqalganligi, makro va mikrovaskulyar asoratlar tufayli o'lim va nogironlikning yuqori darajasi tufayli dunyodagi eng ko'p tarqalgan kasalliklar guruhida o'rin egallab turibdi. Hozirgi vatqda qandli diabet 2-tur bilan og'riqan bemorlar soni o'sishda davom etmoqda. JSST ma'lumotlariga ko'ra hozirgi kunda dunyo bo'ylab 415 million kishi qandli diabet bilan kasallangan. Qandli diabet 2-turining yuqori tarqalishi semizlik bilan bevosita bog'liq bo'lib, bemorlarning taxminan 90%i ortiqcha vaznli yoki semizlik bilan og'riqan bemorlar tashkil etadi. Bu ikkinchi global epidemiya yani-semizlik qandli diabet 2-tur kasalligiga chalinishga katta hissa qo'shadi. Aholi orasida no'tog'ri ovqatlansish, kamharakatlilik, nosog'lom turmush tarzi, jismoniy va ruhiy zo'riqishlar tufayli semizlik kasalligi ortib bormoqda, buning natijasida o'rta yoshli va 45 yoshdan oshgan aholi orasida qandli diabet 2-tur kasalligiga chalinish ham ortmoqda. Qandli diabet 2-tur bilan kasallangan bemorlarda yurak-qon tomir kasalliklari xavfini ham oshiradi. Semizlik va qandli diabet 2-tur tashxis qo'yilgan paytdan boshlab uzoq muddatli davolashni talab qiladi. Tana vaznining 5-10% ga kamayishi glyukemik nazoratning yaxshilanishi bilan bir qatorda, ushbu kasallikning rivojlanishi uchun xavf omillarining kamayishi bilan bog'liq. QD 2-tur bilan chalingan bemorlar yurak-qon tomir kasalliklari bo'lgan bemorlarda - insulin qarshiligi, qon

bosimi, xolesterin va triglitseridlar, yallig'lanish belgilari va endotelial qon tomir zararlanishi bilan namoyon bo'ladi.

Vazn yo'qotish kasalik xavfini oldini olish uchun aniq afzalliklariga qaramay, QD 2-tur bilan og'riqan bemorlarda uzoq vaqt davomida klinik jihatdan sezilarli vazn yo'qotishga erishish juda qiyin. QD 2-tur bilan og'riqan bemorlarga bir qator sabablarga ko'ra qandli diabetga chalinmagan bemorlarga qaraganda vazn yo'qotish qiyinroq. Hozirgi vaqtda QD 2-tur bilan og'riqan bemorlarning ko'pchiligida insulina bo'lgan sezgirlik yo'qoladi va jigar kerakli miqdorda glyukoza ishlatmaydi, natijada giperinsulinemiya kelib chiqadi. Triglitseridlarni sintez qilish va saqlash, bir vaqtning o'zida lipoliz adipotsitlarda bostiriladi, buning natijasida yog' to'qimalarining massasining oshishiga olib keladi. Natijada semizlik bilan birga keladigan gormonal va metabolik kompensatsion o'zgarishlarga tana og'irligi oshishi kelib chiqadi. QD 2-tur bilan og'riqan bemorlarda vaznni nazorat qilish qiyinligining yana bir sababi glyukoza miqdorini kamaytiradigan bir qator dorilarni qo'llash natijasida tana vazn yo'qotish qiyinroq. QD 2-tur bilan og'riqan bemorlarni davolash uchun terapiyani tanlashda gipoglikemik ta'sir teng ravishda baholanishi kerak, yani dorilarning tana vazniga ta'siri bilan. Barcha gipoglikemik dorilarni nisbatan tartiblash mumkin, ularning vaznga ta'siri quyidagicha: tana vazni ortishiga sabab bo'luvchi dori guruhlari (insulinlar, tiazolidinedionlar), neytral sabab bo'luvchi dorilar guruhi (biguanidlar, DPP-4 ingibitirlari, a-glikosidaza ingibitorlari) va vazn yo'qotishni rag'batlantiradigan (glyukagonga o'xshash peptid agonistlari) 1-toifa (GLP-1), natriy-glyukoza kotransporter turi 2 ingibitorlari (NGLT-2) kabi fori vositalar semizlik va tana vazniga har xil sabab bo'ladi. Semizlikni oldini olish terapiyasining maqsadi bemorlarning salomatligi va hayot sifatini yaxshilashdir. Tana vaznining ortishi-semizlik va QD 2-tur bilan kasallangan bemorlarni davolashda dori vositalar tavsiya berishda faqat semizlikni hisobga olmaslik kerak balki boshqa omillarni komorbidlik, semizlikning asoratlari va boshqa kasalliklarni ham hisobga olgan holda bemorlarni davolash talab etiladi.

QD 2-tur bilan og'riqan bemorlarda tana vazni oshib ketishini davolash uchun dori-darmonlarni buyurishdan tashqari, bemorlarga past kaloriyali parhezga rioya qilish va turmush tarzini o'zgartirish, jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish haqida tavsiyalar berish lozim. Yuqorida aytib o'tilganidek, har qanday dietani cheklash individual bo'lishi kerak. Bugungi kunda ortiqcha tana vazniga ega bo'lgan bemorlarda diabet uchun parhez strategiyalari uchun bir nechta variant mavjud.

QD 2-tur bilan kasallangan bemorlarni qondagi qand miqdorini boshqarish va semirishni davolash bo'yicha ko'rsatmalarga quyidagilarni kiritish lozim: Qandli diabet va semizlikni intensiv turmush tarzini o'zgartirish dasturlari bilan davolashni boshlash zarurligi haqida tushuntirish kerak. Kompleks o'zgartirish dasturlari turmush tarzi nafaqat bemorlarni o'zgartirishga yordam beradi balki ovqatlanish tartibi va jismoniy

faollik darajasi aniqlanishi lozim. Gipoglikemik terapiyani tanlashda gipoglikemiya xavfi past bo'lgan va neytral dorilarga ustunlik berish kerak va tana vazniga oshishiga tasir qiluvchi dori preparatlarni cheklash lozim.

**Adabiyotlar:**

1. Галстян, Г. Р., Шестакова, Е. А., & Скляник, И. А. (2017). Ожирение и сахарный диабет 2 типа: поиск компромиссного терапевтического решения. *Сахарный диабет*, 20(4), 270-278.
2. Ожирение и избыточный вес [доступ от 6.02.2018]. Доступ по ссылке <http://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> [Who.int [Internet]. Obesity and overweight [cited 16 Feb 2018]. Available from: <http://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. (In Russ.)
3. Эргашева, Г. Т. (2023). Изучение Клинических Особенности Больных Сахарным Диабетом 2 Типа Среднего И Пожилого Возраста. *Central Asian Journal of Medical and Natural Science*, 4(6), 274-276.
4. Шокиров, Б. С., & Халимова, Ю. С. (2021). Пищеварительная функция кишечника после коррекции экспериментального дисбактериоза у крыс бифидобактериями. In *Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения: Материалы VI Международной научно-практической конференции молодых учёных и студентов, посвященной году науки и технологий, (Екатеринбург, 8-9 апреля 2021): в 3-х т..* Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации.
5. Saloxiddinovna, X. Y. (2023). ERITROTSITLAR PATOLOGIK SHAKLLARINING MORFOLOGIK O'ZGARISHLARI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 33(1), 167-172.
6. Toxirovna, E. G. (2023). O'RTA VA KEKSA YOSHLI BEMORLARDA 2-TUR QANDLI DIABET KECHISHINING KLINIKO-MORFOLOGIK XUSUSIYATLARI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 33(1), 164-166.
7. Saidova, L. B., & Ergashev, G. T. (2022). Improvement of rehabilitation and rehabilitation criteria for patients with type 2 diabetes
8. Ergasheva, G. T. (2022). QANDLI DIABET BILAN KASALLANGANLARDA REABILITATSIYA MEZONLARINI TAKOMILASHTIRISH. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 2(12), 335-337
9. Ergasheva, G. (2023). METHODS TO PREVENT SIDE EFFECTS OF DIABETES MELLITUS IN SICK PATIENTS WITH TYPE 2

- DIABETES. *International Bulletin of Medical Sciences and Clinical Research*, 3(10), 104-108
10. Salokhiddinova, X. Y. (2023). MORPHOLOGICAL CHANGES IN PATHOLOGICAL FORMS OF ERYTHROCYTES. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 20-24.
11. ГТ, Э., & Саидова, Л. Б. (2022). СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РЕАБИЛИТАЦИОННО-ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫХ КРИТЕРИЕВ БОЛЬНЫХ С СД-2 ТИПА. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 2(12), 206-209
12. Саидова Л.Б., Комилжонова О.О. Патологическое течение гипотиреоза в климактерическом период в йододефицитной зоне Узбекистана//International Conference Science and Education/Uluslararası konferans bilim ve eg'itim//2021-15may-49b.
13. Нарзулаева, У., Самиева, Г., Лапасова, З., & Таирова, С. (2021). Значение диеты в лечении артериальной гипертензии. *Журнал биомедицины и практики*, 1(3/2), 111-116.
14. Salokhiddinova, X. Y. (2023). Clinical Features of the Course of Vitamin D Deficiency in Women of Reproductive Age. *EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION*, 3(11), 28-31.
15. Khalimova, Y. S. BS Shokirov Morphological changes of internal organs in chronic alcoholism. *Middle European scientific bulletin*, 12-2021.
16. Shokirov, B. S. (2021). Halimova Yu. S. Antibiotic-induced rat gut microbiota dysbiosis and salmonella resistance Society and innovations.
17. Narzulaeva, U. R., & Bekkulova, M. A. (2023). Arterial gipertenziya etiologiyasida dislipidemiyaning xavf omili sifatidagi roli. *Science and Education*, 4(2), 415-419.
18. Obidovna, D. Z., & Sulaymonovich, D. S. (2022). Physical activity and its impact on human health and longevity. *Достижения науки и образования*, (2 (82)), 120-126.
19. Ataulayeva, M. (2023). COMMUNICATIVE COMPETENCE AS A FACTOR OF PERSONAL AND PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF A FUTURE SPECIALIST. *International Bulletin of Medical Sciences and Clinical Research*, 3(10), 109-114.
20. Ахмедова, М. (2020). НАРУШЕНИЯ ЭНДОТЕЛИАЛЬНОЙ ФУНКЦИИ ПРИ РАЗВИТИИ АФТОЗНОГО СТОМАТИТА. *Достижения науки и образования*, (18 (72)), 65-69
21. Халимова, Ю. С. (2021). MORPHOFUNCTIONAL ASPECTS OF THE HUMAN BODY IN THE ABUSE OF ENERGY DRINKS. *Новый день в медицине*, 5(37), 208-210.

22. Halimova, Y. S., Shokirov, B. S., & Khasanova, D. A. (2023). Reproduction and Viability of Female Rat Offspring When Exposed To Ethanol. *Procedia of Engineering and Medical Sciences*, 32-35.
23. Axmedova Malika Qilichovna. (2023). THE IMPACT OF SOCIOCULTURAL FACTORS ON THE PERVASIVENESS OF DENTAL CARIES AS A COMPLEX HEALTH CONDITION IN CONTEMPORARY SOCIETY. *INTERNATIONAL BULLETIN OF MEDICAL SCIENCES AND CLINICAL RESEARCH*, 3(9), 24–28.
24. Sh, M. N. (2023). CARIOUS INFLAMMATION OF MILK TEETH. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(10), 1-5.
25. Axmedova, M. (2023). USE OF COMPUTER TECHNOLOGY AT THE STAGES OF DIAGNOSIS AND PLANNING ORTHOPEDIC TREATMENT BASED ON ENDOSSEAL IMPLANTS. *International Bulletin of Medical Sciences and Clinical Research*, 3(11), 54-58.
26. Yomgirovna, R. G. (2023). SCIENTIFIC ASPECTS AND EFFICACY OF BENTONITE USE IN AGRICULTURE. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 116-120
27. Yomgirovna, R. G. (2023). AGROBIOLOGICAL PROPERTIES OF BENTONITE IN AGRICULTURE. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 3(9), 126-130
28. Халимова, Ю. С., & Шокиров, Б. С. (2021). Репродуктивность и жизнеспособность потомства самок крыс при различной длительности воздействия этанола. In *Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения: Материалы VI Международной научно-практической конференции молодых учёных и студентов, посвященной году науки и технологий, (Екатеринбург, 8-9 апреля 2021): в 3-х т.*. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации.
29. Salokhiddinova, H. Y. (2023). Morphological Features of the Human Body in Energy Drink Abuse. *EUROPEAN JOURNAL OF INNOVATION IN NONFORMAL EDUCATION*, 3(5), 51-53.
30. Atavullayeva Maxbuba Qobilovna. (2023). COMMUNICATIVE COMPETENCE AS A FACTOR OF TEACHER'S PROFESSIONAL COMPETENCY. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(09), 32–44. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue09-06>
31. Tuyg'unovna, S. S. (2023). CHEMICAL COMPOSITION OF MEDICINAL PLANTS AND CLASSIFICATION. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 33-35.

32. Tuyg'unovna, S. S. (2023). USEFUL PROPERTIES OF THE MEDICINAL PRODUCT AND USE IN MEDICINE. *Gospodarka i Innowacje.*, 40, 179-181.
33. Rakhmatova, D. B., & Zikrillaev, F. A. (2022). DETERMINE THE VALUE OF RISK FACTORS FOR MYOCARDIAL INFARCTION. *FAN, TA'LIM, MADANIYAT VA INNOVATSIYA*, 1(4), 23-28.
34. Rashidovna, O. G. (2023). PHYSIOLOGY OF THE ENDOCRINE GLANDS. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 1-6.
35. Obidovna, D. Z. (2022). Gender differentiation of masculine and feminine verbalization. *European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*, 2(05), 59-65.
36. Halimova, Y. S. (2023). Morphological Aspects of Rat Ovaries When Exposed to Caffeine Containing Drink. *BEST JOURNAL OF INNOVATION IN SCIENCE, RESEARCH AND DEVELOPMENT*, 2(6), 294-300.
37. Togaydullaeva, D. D. (2022). ARTERIAL GIPERTONIYA BOR BEMORLARDA KOMORBIDLIK UCHRASHI. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 2(11), 32-35.
38. Togaydullaeva, D. D. (2022). Erkaklarda yurak ishemik kasalligining kechishida metabolik sindrom komponentlarining ta'siri. *Fan, ta'lim, madaniyat va innovatsiya*, 1(4), 29-34.
39. Dilmurodovna, T. D. (2023). MORPHOLOGICAL ASPECTS OF THE THYROID GLAND IN VARIOUS FORMS OF ITS PATHOLOGY. *American Journal of Pediatric Medicine and Health Sciences (2993-2149)*, 1(8), 428-431.
40. Халимова, Ю. С. (2022). МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЯИЧНИКОВ КРЫС ПРИ ВОЗДЕЙСТВИИ КОФЕИН СОДЕРЖАЩИХ НАПИТОК. *Gospodarka i Innowacje.*, 23, 368-374.