

## YURAKNING ISHEMIK KASALLIGI HAMDA UNI DAVOLASH

*T.M.Kuchkarova*

*Farg'ona davlat universiteti 1-kurs magistranti,*

*M.I.Akbarova*

*Farg'ona davlat universiteti 1-kurs magistranti*

*M.T.Botirov*

*Tibbiyot fanlari doktori, dotsent*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada yurak-qon tomir kasalliklaridan biri bo'lgan yurakning ishemik kasalligi, uni oldini olish, davolash haqida ma'lumotlar berilgan.

**Kalit so'zlar:** Yurak ishemiyasi, yurak, qon, infarkt, taxikardiya, miokard.

Yurakning ishemik kasalligi yoki yurak ishemiyasi — bu miokardni (yurakning mushak qatlami) qon bilan ta'minlanishining surunkali yoki o'tkir buzilishi. Bunday hol yurakni kislorod bilan yetarli darajada ta'minlanmasligidan kelib chiqadi. Bu arteriya qoni yurak mushagiga koronar tomirlarning shikastlanishi sababli cheklangan miqdorda berilganda yuz beradi. Yurak ishemik kasalligining o'tkir shakli — miokard infarkti, surunkali shakli — stenokardiya. Yurak-qon tomir kasalliklari ko'plab rivojlangan mamlakatlarda, o'lim sabablarining achinarli ro'yxatida yetakchi o'rinni egallab turmoqda. So'nggi yillarda ushbu sababdan o'limning kamayishi tendentsiyasi kuzatilmoqda. 2015 yildan beri yurak-qon tomir kasalliklaridan o'lim darajasi barcha o'limlarning yarmidan kamini tashkil etdi va kamayishda davom etmoqda. Shunga qaramay, bu ko'rsatkich hali ham Yevropa mamlakatlaridagi ko'rsatkichdan yuqori. Qon aylanish tizimining kasalliklari dunyoning barcha rivojlangan mamlakatlarida o'limning asosiy sababi bo'lishiga qaramay, Yevropa Ittifoqida yurak-qon tomir kasalliklaridan o'lim darajasi Rossiyaga qaraganda sezilarli darajada past, Yevropada 2015 yilda bu ko'rsatkich 36,7% ni tashkil etgan. Qon aylanish tizimi kasalliklari orasida yurak-qon tomir kasalliklaridan o'limning yarmidan ko'prog'iga sabab bo'lgan yurak ishemik kasalligi ajralib turadi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, 2018 yilda yurak ishemiyasi qon aylanish tizimi kasalliklari sabab bo'lgan o'limlarning 53 foizini keltirib chiqargan — bu umumiy o'limlar sonining 24 foizini tashkil qildi (3 foiz hollarda o'lim miokard infarktidan kelib chiqqan). Qon tomirlari torayishining eng keng tarqalgan sababi bu qon tomirlari devorlariga yog' birikmasi tufayli hosil bo'lgan aterosklerotik blyashkalarining paydo bo'lishidir. Shuning uchun, xavf guruhiga qon tomirlarida xolesterin to'planishi uchun ko'plab sharoatlarga ega bo'lgan insonlar kiradi: chekuvchilar, spirtli ichimliklarni suiste'mol qiluvchilar, diabet va semirish bilan og'riganlar, giperlipidemiyaga genetik moyilligi bo'lganlar. Ishemiya kasalligi yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanishi uchun aniq omillari bo'lmagan odamlarda

ham kasallik o'zini namoyon qilishi mumkin. Shuning uchun koronar arteriya kasalligining belgilari haqida bilish muhim. Qon aylanishining buzilishi qanchalik tez aniqlansa, muvaffaqiyatli davolanish ehtimoli shuncha yuqori bo'ladi. Shu bilan birga, yurak ishemiya kasalligining rivojlanishi ko'pincha sekin tarzda o'tadi va dastlabki bosqichlarda deyarli alomatsiz bo'ladi (kamdan-kam odam yurak sohasidagi og'riqlarga va ozgina nafas qisilishiga e'tibor beradi). Dastlabki bosqichda kasallikni aniqlash uchun kardiolog va terapevt tomonidan muntazam ravishda profilaktik tekshiruvdan o'tish kerak.

Yurak ishemiya kasalligining turlari.

Davolash ishemik kasallik turiga bog'liq. Tashxis qo'yish paytida aniqlash kerak bo'lgan yurak ishemiya kasalligining bir nechta shakllari mavjud.

Ishemik kasallikning klinik shakllari:

To'satdan koronar o'lim.

Miokard infarkti tufayli emas, balki miokardning elektr beqarorligi tufayli yuzaga kelgan birlamchi yurak to'xtashi. Lekin, bunday holat har doim ham o'linga olib kelmaydi, ba'zida muvaffaqiyatli reanimatsiya choralari ko'rish mumkin.

Stenokardiya.

Stenokardiya o'z navbatida, bir nechta kichik turlarga bo'linadi: barqaror va beqaror stenokardiya (yangi boshlangan, infarktning dastlabki bosqichidagi yoki progressiv), vazoplastik va koronar sindrom X.

Miokard infarkti.

Yurak xuruji jarayonida qon ta'minoti yetarli emasligi yoki yo'qligi sababli yurak to'qimalarining nekrozi paydo bo'ladi. Yurak to'xtashiga olib kelishi mumkin.

Postinfarktli kardioskleroz.

Yurak mushagining nekrotik tolalari biriktiruvchi to'qima bilan almashtirilganda, miokard infarkti natijasida rivojlanadi. Shu bilan birga, to'qima qisqarish qobiliyatiga ega emas, bu esa surunkali yurak yetishmovchiligiga olib keladi.

Yurak ritmining buzilishi.

Qon tomirlari torayishi va to'liqlik ravishda qon o'tishi tufayli paydo bo'ladi. Bu holat stenokardiya rivojlanishini va hatto miokard infarktini rivojini ko'rsatadigan ishemik yurak kasalligining bir shakli.

Yurak yetishmovchiligi yoki qon aylanish yetishmovchiligi.

Kasallik nomi o'zi uchun gapiradi — bu shakl koronar arteriyalar yetarli darajada kislorodli qon olmasligini ko'rsatadi. Agar yurak ishemiya kasalligidan shubha bo'lsa, shifokor qon bosimi monitoringi, qon va siydik tahlilini tayinlaydi. Stress testi ham o'tkazilishi mumkin. Elektrokardiogramma (EKG) stenokardiyaning (va uni yurakdagi boshqa shunga o'xshash og'riqlardan ajratishga), aritmiya va miokard infarktini aniqlashga yordam beradi. Natija to'liqlik bo'lishi uchun bemorga dam olish paytida ham, yuk bilan ham, Xolter nazorati ostida ham (kun davomida yurakning elektr faoliyatini

kuzatib borish) EKG buyurilishi mumkin. Ekokardiograf yoki yurakning ultratovush tekshiruvi yurak mushagi holatini, klapanlarning ishlashini vizual ravishda baholash va yurak xuruji joylarini ko'rish imkonini beradi. Koronar arteriya kasalligini aniqlashning eng informatsion va zamonaviy tashxis usuli koronar angiografiya deb hisoblanadi. Bunda zond yordamida yurak tomirlariga kontrastli vosita yuboriladi va rentgen tekshiruvi o'tkaziladi. Shunday qilib, tomirlar torayishi, torayish darajasi va xolesterin blyashkalarinig joylashishi haqida ma'lumot olinadi.

Diagnostika usullarining butun majmuasi bemorning ahvolini yaxshilash uchun jarrohlik aralashuvga muhtojligini aniqlash, dori-darmon buyurish va terapiyani tayinlash uchun mo'ljallangan. Afsuski, yurak ishemiya kasalligi hali to'liq davolanmaydi. Ammo davolash, bemorning sog'lig'ini sezilarli darajada yaxshilash imkoniyatini beradi.

Yurak ishemiyasi kasalligini davolash: asosiy yondashuvlar va usullar.

Hozirgi vaqtda yurak ishemiya kasalligini davolashning bir necha usullari mavjud. Odatda shifokor tashxisga asoslanib, bitta emas, balki terapevtik tadbirlarning to'plamini buyuradi.

Yurak ishemiya kasalliklarini davolashda asosiy yondashuvlar:

Yurak ishemiyasida jismoniy faoliyatni cheklash.

Nafas qisilishi, ko'krak qafasidagi og'riqlar, bir so'z bilan aytganda, stenokardiya, yurak ritmining buzilishi va yurak xurujining dastlabki belgilari aniqlanganda, bemorga jismoniy mashqlar (faol va kuchli sport turlari) dan bosh tortish tavsiya etiladi. Zinadan ko'tarilish paytida va yurish tezligini o'rtacha darajada ushlab turish va umumiy holatini kuzatish kerak. Shu bilan birga, yurak ishemiyasi kasalliklarining og'irligi kichik bo'lsa, intensiv bo'lmagan yuklar jismoniy harakatlar tomirlarini kuchaytirishga yordam beradi: suzish, velosipedda yurish, tinch yurish.

Yurak ishemiyasida parhez.

Yuqorida aytib o'tganimizdek, Yurak ishemiyasi koronar tomirlarda yog'li blyashkalar hosil bo'lishi tufayli yuzaga keladi va nosog'lom ovqatlanish tarzi tanadagi xolesterinni to'plashda muhim rol o'ynaydi: fast fudlar, alkogol va yog'li ovqatlarga bo'lgan ehtiros. Shu sababli, ovqatlanishni yaxshilash yurak ishemik kasalligiga qarshi kurashishning to'laqonli usuli deb hisoblanishi mumkin: bemor o'z ovqatlanishini qat'iy nazorat qilishi, zararli yog'larni o'z ichiga olmaydigan qon tomirlarining kengayishi va mustahkamlanishiga hissa qo'shadigan ovqatlarni iste'mol qilishi kerak. Ratsionga tolaga va oqsillarga boy oziq-ovqat mahsulotlaridan tashqari, asal, yong'oq, anor, baqlajon, sitrus mevalar, laminariya (dengiz karami) qo'shish kerak.

Yurak ishemiyasini dorilarsiz davolash.

Yurak ishemiya kasalligini davolashning ko'plab qo'shimcha usullari mavjud. Masalan: zarba to'liqini terapiya va gidroterapiya, massaj, xalq tabobati. Biroq, bu usullardan foydalanish har doim shifokor bilan kelishilgan bo'lishi kerak.

**Xulosa:**

Har kim biladiki, har qanday kasallikni davolashdan ko'ra uni oldini olish osonroq. Shuning uchun qon tomirlari va tomirlarning sog'lig'ini saqlash uchun profilaktika choralari e'tiborsiz qoldirmaslik kerak. Avvalo, odam yurak tomirlari kasalligi uchun aniq bo'lgan xavf omillarini yo'q qilishi kerak: chekishni tashlash, spirtli ichimliklar iste'molini minimal darajagacha kamaytirish, yog'li ovqatlar va xolesterin miqdori yuqori bo'lgan ovqatlardan voz kechish. Shuningdek, jismoniy faoliyatga e'tibor berish kerak (ayniqsa, kardio mashg'ulotlari — yurish, velosiped, raqs, suzish). Bu nafaqat vazni kamaytirishga, balki qon tomirlari devorlarini mustahkamlashga ham yordam beradi. Har olti oyda shakar va xolesterin miqdorini nazorat qilish uchun qon tekshiruvidan o'tishingiz kerak.

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

- 1.Odam va uning salomatligi darsligi B. AMINOV, T. TILAVOV, O. MAVLONOV Toshkent-2014.[1]
- 2.Biologiya. 9-sinf (2010, A.Zikiriyayev, A.To'xtayev, I.Azimov, N.Sonin).[2]
- 3.www.liblary.uz[3]
- 4.www.ziyonet.uz[4]
- 5.www.avitsenna.uz[5]