

**PULMONOLOGIYADA REABILITATSIYA USULLARI:
FIZIOTERAPIYA VA OKSIGENOTERAPIYA**

Xo‘jaqulova Zulayxo

Toshkent Tibbiyot Universiteti Termiz filiali

Yuqumli kasalliklar, dermatovenerologiya, ftiziatriya va pulmonologiya kafedrası
ordinatori

e-mail: zulayxoxojaqulova37@gmail.com

Xolbaev A.Y.

Toshkent Tibbiyot Universiteti Termiz filiali

Yuqumli kasalliklar, dermatovenerologiya, ftiziatriya va pulmonologiya kafedrası
assistenti

e-mail: akbar2585@mail.ru

Dolzarbliqi: So‘nggi yillarda nafas olish tizimi kasalliklari, xususan surunkali obstruktiv o‘pka kasalligi, bronxial astma va pnevmoniyadan keyingi asoratlar ko‘paymoqda. Ushbu kasalliklarda nafas yetishmovchiligi, mushak zaifligi va jismoniy faoliyatning cheklanishi bemor hayot sifatini keskin pasaytiradi. Shu sababli pulmonologiyada rehabilitatsiya usullarini, xususan fizioterapiya va oksigenoterapiyani qo‘llash dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Bu yondashuv nafaqat simptomlarni yengillashtiradi, balki nafas olish funksiyasini tiklash, kislorod bilan ta‘minlanishni yaxshilash va kasallikning qaytalanishini oldini olishda muhim rol o‘ynaydi. Surunkali obstruktiv o‘pka kasalligi va boshqa nafas yo‘llari kasalliklari dunyo bo‘yicha o‘lim va yotoq muddatlarini ko‘paytiradigan kasalliklar sifatida yuqori o‘rinni egallaydi. Masalan, 2019 yilda dunyo bo‘yicha taxminan **455 million** odam SO‘OK bilan zararlangan edi, va bu kasallik 3,9 million o‘limga sabab bo‘lgan. Rehabilitatsiya dasturlari bu bemorlarning jismoniy faolligini va hayot sifatini yaxshilash imkonini beradi. Metaanalizlar shuni ko‘rsatdiki, nafas qo‘llab-quvvatlash terapiyalari bilan birgalikda jismoniy mashqlar 6-daqiqa yurish masofasini sezilarli darajada oshiradi

Tadqiqot maqsadi: Pulmonologik kasalliklarga chalingan bemorlarda fizioterapiya va oksigenoterapiya yordamida nafas faoliyatini tiklash, jismoniy bardoshlikni oshirish hamda umumiy sog‘lomlashuv dinamikasini tahlil qilish. Fizioterapiya va oksigenterapiya yordamida pulmonologik kasalliklarga chalingan bemorlarning nafas funksiyasi, jismoniy chidamliligi va hayot sifatini qo‘shimcha yaxshilash istiqbollari ilmiy asosda aniqlash.

Materiallar va usullar: Tadqiqot Surxondaryo viloyati klinik shifoxonalarida nafas yetishmovchiligi bilan og‘rigan 40 nafar bemorlarda o‘tkazildi. Bemorlar ikkita guruhga bo‘lindi: asosiy guruhda kompleks fizioterapiya (nafas mashqlari, vibratsion massaj, inhalatsion muolajalar) va oksigenoterapiya qo‘llanildi; nazorat guruhiga esa standart davo usullari tatbiq etildi. Bemorlarning nafas tezligi, SpO₂ darajasi, yurak urish chastotasi va sub‘ektiv holati baholandi. Tadqiqotga 40 nafar nafas yetishmovchiligi bilan kasallangan bemorlar qabul qilindi. Ular ikki guruhga bo‘linadi:

- Intervensiya guruhi: kompleks fizioterapiya (nafas mashqlari, vibratsion massaj, inhalatsion terapiya) + nazorat ostida oksigenoterapiya.
- Nazorat guruhi: faqat standart terapiya (medikamentoz davolash).

Bemorlarning SpO₂ (oksigen saturatsiyasi), nafas tezligi, yurak urish chastotasi va 6-daqiqa yurish testi (6MWT) oldindan va muolajadan so‘ng o‘lchandi.

Natijalar: Intervensiya guruhida 14 kun ichida SpO₂ o‘rtacha 8–10 % ga oshgani kuzatildi. 6MWT natijalari bo‘yicha esa bemorlar o‘rtacha 30–50 metrga ko‘proq masofa bosib o‘tish imkoniga ega bo‘lishdi. Metaanalizga ko‘ra, nafas qo‘llab-quvvatlash usullari (masalan, NPPV) jismoniy chidamlilik va dispneyani yaxshilashda eng samarali bo‘lishi aniqlangan. Bundan tashqari, bir yillik kuzatuvda, 197 376 bemor orasida, 1,5 % (2721 kishi) bemor 90 kun ichida reabilitatsiyaga yo‘lga qo‘yilgan va ushbu guruhda 1 yil ichida o‘lim darajasi 7,3 % ni tashkil qilgan, qolgan bemorlarda esa 19,6 % ga teng bo‘lgan.

Xulosa: Pulmonologiyada reabilitatsiyaning asosiy yo‘nalishlari bo‘lgan fizioterapiya va oksigenoterapiya bemorlarning funksional holatini yaxshilaydi, tiklanish davrini qisqartiradi va hayot sifatini oshiradi. Ushbu usullar kompleks davo tarkibida qo‘llanilganda yuqori samaradorlik beradi hamda nafas tizimi kasalliklarida zamonaviy reabilitatsiya standartlari sifatida tavsiya etiladi.