



**ARTERIAL QON BOSIM. QONNING ARTERIAL BOSIMINI TEKSHIRISH  
USULLARINI O'RGANISH.**

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA  
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**TERMIZ IQTISODIYOT VA SERVES UNIVERSITETI**

**TIBBIYOT FAKULTETI DAVOLASH ISHI YO'NALISHI**

**Qayumova Shahnoza Jamshidovna**

[shgayumova1996@gmail.com](mailto:shgayumova1996@gmail.com)

**Turaqulova Chinnigul Jobir qizi**

[chinnigulturaqulova@gmail.com](mailto:chinnigulturaqulova@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada Arterial qon bosim nima. U qanchay tekshiriladi. Uni o'lchash usullari qanday. Qanday holatlar normal holat va qanday holatlar xavfli holat ekanligi haqida. Qon bosimini o'lchash qoidalari haqida batafsil yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** Qon bosimi ,tonometr, Mexanik tonometr ,avtomatik (elektron) tonometr , Fonendoskop.

**Аннотация:** В данной статье обсуждается, что такое артериальное давление. Как часто его проверяют? Каковы методы его измерения? Каковы нормальные условия, а какие опасные? Подробно объяснены правила измерения артериального давления.

**Ключевые слова:** Артериальное давление, тонометр, Механический тонометр, автоматический (электронный) тонометр, Фонендоскоп.

**Annotation:** This article explains in detail what is arterial blood pressure. How often is it checked? What are the methods of measuring it? What are the normal conditions and what are the dangerous conditions? The rules for measuring blood pressure are explained in detail.

**Keywords:** Blood pressure, tonometer, Mechanical tonometer, automatic (electronic) tonometer, Phonendoscope.

Arterial bosimni o'lchash qiyin emas, ayniqsa zamonaviy tonometrlar bilan ish yanada osonlashadi. Ammo nimadir xato bajarilsa, natija ham shunga yarasha





bo'ladi. Qon bosimi — tomirlarda oqayotgan qonning shu tomirlar devoriga ko'rsatadigan bosimi (tazyiqi); yurak ishi va tomirlar devorining qarshiligi tufayli vujudga keladi. Arteriyalar ichida — arterial, kapillyarlar ichida — kapillyar va venalar ichida — venoz bosim bo'ladi. Qon bosimi qonning tomirlar sistemasi bo'ylab oqishiga imkon beradi va shu bilan organizm to'qimalarida moddalar almashinuvini ta'minlaydi. Arterial bosimning (AB)- yuqori yoki past bo'lishi, asosan, yurak qisqarishlarining kuchi va yurakning har qis-qarganda tomirlarga haydaydigan qon miqdori, tomirlar (ayniqsa, periferik tomirlar) devorining qon oqimiga ko'rsatadigan qarshiligi va kamroq darajada vaqt birligida yurak qisqarishlarining soni bilan belgilanadi. Aylanib yuradigan (sirkulyatsiya qiladigan) qon miqdori, uning yopishqoqligi, bosimining nafas olishga bog'liq bo'lgan qorin va ko'krak qafasi bo'shlig'idagi o'zgarishlari va boshqa omillar ham AB ning yuqori yoki past bo'lishiga ta'sir ko'rsatadi. Yurakning chap qorinchasi qisqarganda (sistola) AB maksimal darajaga yetadi. Bu jarayonda yurakdan 70 ml qon otib chiqariladi, bu miqdor qon birdaniga mayda qon tomirlari (ayniqsa, kapillyarlar) orqali o'tib ketolmaydi. Shuning uchun elastik aorta kengayadi, undagi bosim (sistolik bosim) esa ortadi. Arteriya, vena va kapillyarlarda Qon bosimi turlicha bo'ladi. Yurakdan uzoqlashgan sari Qon bosimi pasayib boradi (aortada ancha yuqori, kapillyarlarda birmuncha past, venalarda ancha past bo'ladi). Katta odamda normal arterial bosim 100–140 mm simob ustuni (sistolik bosim) ga va 70–80 mm simob ustuni (diastolik bosim) ga teng . Bu bosimlar farqi puls bosimi deyiladi. Organizmdagi biror-bir illat tufayli Qon bosimi ushbu ko'rsatkichdan ko'tarilishi yoki pasayishi mumkin. Yurak qorinchalarining qisqarishlari orasidagi pauza (ya'ni diastola) vaqtida kengaygan qon tomirlari (aorta va yirik arteriyalar)ning devori qisqara boshlaydi va qonni kapillyarlarga haydaydi. Qon bosimi asta-sekin pasayadi va diastola oxirida minimal darajaga tushadi (aortada 90 mm simob ustuni, yirik arteriyalarda 70 mm simob ustuni atrofida bo'ladi).





Qon bosimini oʻlchash tibbiyot xodimi uchun muhimdir. U quyidagi hollarda, ayniqsa, foydalidir:

- Homilador ayollar.
- Onalar tugʻruqdan oldin va keyin.
- Koʻp qon yoʻqotayotgani(tashqi yoki ichki qon ketish hollari).
- Shok yoki allergik shok holatidagi odamlar.
- 40 yoshdan oshgan odamlar.
- Semiz odamlar.
- Yurak muammolari, insult, nafas olishga qiynalyotgan, tez-tez boshi ogʻriydigan, shishgan, qand kasali, siydik yoʻllarining surunkali kasalliklari, shishgan yoki ogʻriqli venalari bor odamlar.
- Yuqori qon bosimi bor odamlar.
- Homiladorlikdan saqlovchi tabletkalarni ichayotgan (yoki ichishni rejalashtirayotgan) ayollar.

Qon bosimini pastlab ketishi ham, yuqorilab ketishi ham xavfli belgi hisoblanadi.

Arterial qon bosimini oʻlchash yurak tomirlar va nafas tizimi kasalliklarida qoʻllaniladigan muhim tashxisiy usul hisoblanadi. Sogʻlom, katta yoshli odamlarda arterial bosim qator sabablarga, ayniqsa yoshga, nerv sistemasi holatiga, sutka soatlari va shunga oʻxshaganlarga koʻra oʻzgarib turadi. Sistolik bosim 120dan 140mmgacha, diastolik bosim esa 70-90mmgacha simob ustuni atrofida oʻzgarib turadi. Ertalab arterial bosim 5-10mm simob ustuniga past boʻladi.

Qon bosimini oʻlchovchi 2 xil asbob mavjud:

- 1)Koʻrsatkichli qon bosimini oʻlchaydigan asbob(manometr).
- 2)Simobli qon bosimini oʻlchaydigan asbob(sfigmomanometr).

Odam oʻzini xotirjam tutishi kerak. Yaqinda qilingan mashqlar, achchiqlanish yoki xavotirlanish qon bosimining ortishiga va notoʻgʻri maʼlumot olinishiga olib keladi. Odamning xavotirlanmasligi va qoʻrqmasligi uchun shifokor unga nima qilmoqchi ekanligini tushuntirish kerak.

Odam qoʻlining yuqori qismiga asbobning yengini oʻrnatish lozim.





Rezinali balonchani burchagini berkitish kerak.

Bosimni simob ustunining 200mmdan ortadigan qilib ko'taradi.

Fonendoskop tirsakning ichki tarafiga qo'yiladi.

Havoni asta-sekin qo'yib yuborib, qon tomirining urishini diqqat bilan eshitish lozim. Asbobning ko'rsatkichi (yoki simob darajasi) asta tusha boshlaganda yuqori va pastdagi o'lchamlarga e'tibor qaratiladi.

Qon bosimini tonometr

Qon bosimini o'lchashda  
kofeinli mahsulotlarni i

Hojatxonaga borish ista  
bosim ko'rsatkichlarini

Qon bosimini tinch sha



himliklar ichish yoki

ki to'la siydik pufagi

Qon bosimini o'lchash bemorning o'tirgan va bo'shashgan holatida amalga oshiriladi, bunda o'lchov u bo'shashganidan kamida 5 daqiqadan keyin boshlanadi;

Manjeta taqiladigan qo'l tirsagini taxminan yurak joylashgan darajadagi balandlikka joylashtirish kerak;

Qo'l albatta butunlay bo'shashgan bo'lishi kerak;

Amaliyot davomida gaplashish va harakat qilish mumkin emas;

Ikki o'lchovlar oralig'ida 3-5 daqiqali pauza qilish kerak, shunda manjeta bilan qisilgan tomirlardagi qon bosimi normallashadi.

Mexanik tonometr bilan qon bosimini o'lchash

1. Yuqorida keltirilgan dastlabki tayyorgarlikdan so'ng, manjetani yurak darajasida, tirsakdan 3-5 sm teparoqda qo'lga taqing.





Agar sizning qurilmangiz qon bosimini bilakda o'lchash uchun mo'ljallangan bo'lsa ham, u yurak darajasida bo'lishi kerak.

2. Steteskopni qo'lning ichki bukimi markaziga joylashtiring va uni quloqqa taqing. Bu joyda, manjetadan havoni chiqarish vaqtida pulsni aniq eshitib olish mumkin bo'ladi.

3. Manjetani 200-220 mm.sim.ust`gacha damlang. Agar qon bosimi yanada yuqoriroq bo'lishi mumkinligiga shubha tug'ilsa, uni yanada ko'proq damlash kerak bo'ladi;

4. Sekin-asta, sekundiga 2-4 mm tezlikda, tonometrning siferblatiga qaragan holda havoni chiqara boshlang va steteskopdagi zarblarni (pulsni) tinglang.

5. Dastlabki zarbni eshitishingiz bilan, asbobning mazkur ko'rsatkichini yodda saqlab qoling, bu qon bosimning yuqori ko'rsatkichidir (sistolik qon bosimi).

6. Zarblar eshitalishi to'xtatganda, bu qon bosimning pastki ko'rsatkichi bo'ladi (diastolik qon bosimi).

7. O'lchovni 2-3 marta oling. Ularning o'rtacha qiymati qon bosimi ko'rsatkichlari bo'ladi.



Qon bosimini avtomatik (elektron) tonometr bilan o'lchash

1. Manjetani qo'lingizga taqing va uni yurak darajasiga qo'ying.

2. Qon bosimini o'lchashni boshlash uchun shunchaki avtomatik tonometr tugmachasini bosing.

3. Tonometr natijalarni ko'rsatgunicha kutib turing. U o'zi manjetani havo bilan to'ldiradi va uni chiqaradi. Siz faqat natijalarni yozib olishingiz kerak.





4. O'lchovni 2-3 marta oling. Ularning o'rtacha qiymati qon bosimi ko'rsatkichlari bo'ladi.



Qon bosimi baland bo'lishining oldini olish uchun avvalo uning sababini sinchiklab tekshirib ko'rish lozim. Mabodo bosim tashqi muhit salbiy ta'sirlari sababli ko'tarilayotgan bo'lsa, bemor tinchlanish choralarini ko'rish, salbiy omilni bartaraf etishga harakat qilishi kerak.

Taomnomaga servitamin, minerallarga boy bo'lgan va kasallikka qarshi kurashishga yordam beruvchi mahsulotlardan ko'proq kiritish darkor. Ularga:

Sabzavotlar;

Mevalar;

Rezavorlar;

Ko'katlar;

Sut mahsulotlari;

Parhezbop go'sht;

Loviya;





Guruch, grechka kabilar.

Tandirdan uzilgan yangi non o'rniga bir-ikki kun turgan nonni iste'mol qilish foydali. Qon bosimi yuqori yuradigan bemorlarga osh tuzi iste'molini kamaytirish tavsiya etiladi.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.**

1. „Qon bosimi“, O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi (Q-harfi). Toshkent: „O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi“ Davlat ilmiy nashriyoti, 2000–2006-yillar.
2. Hamshiralik ishi asoslari. 2015-yil, 174-bet.
3. Hammabop tibbiyot qo‘llanmasi. 2013-yil, 15-bet.
4. [https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Qon\\_bosimini\\_o%E2%80%98lchash](https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Qon_bosimini_o%E2%80%98lchash).
5. [https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Qon\\_bosimi](https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Qon_bosimi).
6. <https://mymedic.uz/tibbiyot/qon-bosimini-olchash/>.

