

YURAK-QON TOMIR KASALLIKLARI PROFILAKTIKASI VA DAVOLASHINING ZAMONAVIY USULLARI

Maqola muallifi: **Jurayev Abror Xolmurod o'g'li** TDTUTF talabasi

Nurmamatov Nurbek Javlon o'g'li TDTUTF talabsi

Ilmiy rahbar: **Xoliqulova Madina Urolovna** TDTUTF Anatomiya va Klinik
anatomiya assistenti o'qituvchisi

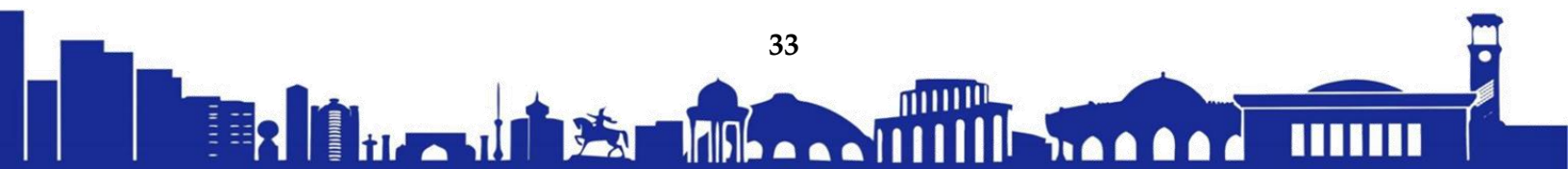
Annotatsiya. Ushbu maqolada yurak-qon tomir kasalliklarining asosiy turlari, xavf omillari va rivojlanish mexanizmlari yoritilgan. Zamonaviy diagnostika, davolash usullari hamda yurak kasalliklarini erta aniqlashning ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, arterial gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti va yurak yetishmovchiligida qo'llaniladigan zamonaviy davolash yondashuvlari ko'rib chiqilgan. Kasalliklarning oldini olishda sog'lom turmush tarzi, xavf omillarini nazorat qilish va yurak reabilitatsiyasining ahamiyati asoslangan.

Аннотация. В данной статье освещены основные виды сердечно-сосудистых заболеваний, факторы риска и механизмы их развития. Проанализированы современные методы диагностики и лечения, а также значение раннего выявления сердечных заболеваний. Рассмотрены современные подходы к лечению артериальной гипертензии, ишемической болезни сердца, инфаркта миокарда и сердечной недостаточности. Обосновано значение здорового образа жизни, контроля факторов риска и кардиологической реабилитации в профилактике заболеваний.

Abstract. This article discusses the main types of cardiovascular diseases, their risk factors, and mechanisms of development. Modern diagnostic and treatment methods, as well as the importance of early detection of cardiovascular diseases, are analyzed. Modern approaches to the treatment of arterial hypertension, ischemic heart disease, myocardial infarction, and heart failure are considered. The importance of a healthy lifestyle, risk factor control, and cardiac rehabilitation in the prevention of cardiovascular diseases is emphasized.

Kalit so`zi. yurak-qon tomir kasalliklari, arterial gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti, yurak yetishmovchiligi, diagnostika, zamonaviy davolash, profilaktika, klapn, diastola, sistola, qon bosim.

Mavzuning dolzarbligi: Yurak-qon tomir kasalliklari bugungi kunda jahon tibbiyotining eng muhim muammolaridan biri bo`lib qolmoqda. Yurak xuruji va insult birgalikda yurak-qon tomir kasalliklari bilan bog`liq o`limlarning taxminan 85 foizini tashkil etadi. Yurak-qon tomir kasalliklarining dolzarbligi nafaqat ularning yuqori o`lim ko`rsatkichlari, balki mehnat qobiliyatining pasayishi, nogironlik, hayot sifatining yomonlashuvi va uzoq muddatli davolanishga ehtiyoj tug`dirishi bilan ham bog`liq. Ayniqsa, arterial gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, miokard infarkti, yurak yetishmovchiligi va yurak ritmi buzilishlari keng tarqalgan kasalliklar qatoriga kiradi. Ushbu kasalliklarning rivojlanishida chekish, noto`g`ri ovqatlanish, jismoniy faollikning yetishmasligi, ortiqcha vazn va semirish, yuqori arterial bosim, qonda glyukoza va xolesterin miqdorining oshishi kabi omillar muhim ahamiyatga ega. Mazkur muammoning yana bir muhim jihati shundaki, yurak-qon tomir kasalliklarining katta qismi **oldini olish mumkin bo`lgan kasalliklar** hisoblanadi. Tamaki mahsulotlaridan voz kechish, sog`lom va muvozanatli ovqatlanish, tuz iste`molini kamaytirish, muntazam jismoniy faollik, tana vaznini nazorat qilish, arterial bosim, qondagi glyukoza va lipidlar miqdorini muntazam tekshirtirish kasallik xavfini kamaytirishga yordam beradi. So`nggi yillarda yurak-qon tomir kasalliklarini aniqlash va davolash imkoniyatlari ham sezilarli darajada kengaymoqda. Zamonaviy diagnostika usullari kasallikni erta bosqichda aniqlash, yurak faoliyatini batafsil baholash va individual davolash taktikasini tanlash imkonini bermoqda. Shu sababli yurak-qon tomir kasalliklarini faqat davolash emas, balki ularning **birlamchi va ikkilamchi profilaktikasi**, xavf omillarini erta aniqlash hamda aholining yurak salomatligi bo`yicha tibbiy savodxonligini oshirish ham zamonaviy tibbiyotning muhim vazifalaridan hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, **“Yurak-qon tomir kasalliklarining zamonaviy profilaktikasi va davolash usullari”** mavzusini o`rganish yurak kasalliklarining asosiy xavf omillarini aniqlash, zamonaviy diagnostika va davolash imkoniyatlarini tahlil qilish hamda kasalliklarning oldini olishga qaratilgan samarali choralarni yoritish jihatidan katta ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.



Mavzuning maqsadi: Ushbu maqolaning maqsadi — **yurak-qon tomir kasalliklarining asosiy turlari, kelib chiqishiga sabab bo‘luvchi xavf omillari, rivojlanish mexanizmlari hamda zamonaviy diagnostika va davolash usullarini o‘rganish**, shuningdek, mazkur kasalliklarning oldini olishda sog‘lom turmush tarzi, to‘g‘ri ovqatlanish, jismoniy faollik va xavf omillarini nazorat qilishning ahamiyatini yoritishdan iborat. Maqolada yurak-qon tomir kasalliklarini **erta aniqlash, o‘z vaqtida davolash va samarali profilaktika qilish** orqali ularning asoratlari hamda o‘lim xavfini kamaytirishning zamonaviy yondashuvlari tahlil qilinadi.

O‘rganish usuli: Ushbu maqolani tayyorlash jarayonida **ilmiy-tibbiy adabiyotlarni tahlil qilish, zamonaviy ilmiy maqolalarni o‘rganish, taqqoslash va umumlashtirish usullaridan** foydalanildi. Yurak-qon tomir kasalliklarining asosiy turlari, xavf omillari, rivojlanish mexanizmlari, diagnostikasi, zamonaviy davolash hamda profilaktika usullari bo‘yicha mavjud ilmiy ma’lumotlar tahlil qilindi. Yurak-qon tomir kasalliklarini o‘rganish bemorni dastlabki ko‘rikdan o‘tkazishdan boshlanib, zaruratga qarab laborator, elektrofiziologik, ultratovush, radiologik va invaziv tekshiruvlargacha davom etadigan bosqichma-bosqich jarayonni o‘z ichiga oladi. Zamonaviy tibbiyotda yurak kasalligini aniqlash uchun bitta tekshiruv natijasiga tayanilmaydi. Bemorning shikoyatlari, kasallik tarixi, oilaviy anamnezi, fizik ko‘rik natijalari va maxsus diagnostik tekshiruvlar birgalikda baholanadi. Birinchi bosqich — bemorni klinik tekshirish, **Ikkinchi bosqich — arterial bosim va yurak faoliyatini muntazam nazorat qilish**, Uchinchi bosqich — elektrokardiografiya (EKG), To‘rtinchi bosqich — exokardiografiya (ECHO-KG). Olingan ma’lumotlar asosida yurak-qon tomir kasalliklarini erta aniqlash, davolash va oldini olishning zamonaviy yondashuvlari umumlashtirildi. Yurak-qon tomir kasalliklari yurak va qon tomirlarining faoliyati hamda tuzilishiga ta’sir qiluvchi kasalliklar guruhidir. Ularga yurak ishemik kasalligi, arterial gipertoniya, miokard infarkti, yurak yetishmovchiligi, yurak ritmi buzilishlari, serebrovaskulyar kasalliklar, periferik arteriyalar kasalliklari hamda ayrim yurak klapanlari kasalliklari kiradi.

Natija: Hozirgi zamonaviy tibbiyotda yurak-qon tomir kasalliklarini davolash va oldini olish bo‘yicha sezilarli natijalarga erishilgan. Zamonaviy yondashuvlar kasallikni faqat rivojlanganidan keyin davolashga emas, balki **erta aniqlash, xavfni baholash, dori vositalari bilan nazorat qilish, invaziv muolajalar va rehabilitatsiya orqali asoratlarni**

kamaytirishga qaratilgan. Yurak-qon tomir kasalliklari hanuz dunyoda o‘limning yetakchi sabablaridan bo‘lsa-da, profilaktika va davolashning takomillashishi ayrim kasalliklarda yoshga standartlashtirilgan o‘lim ko‘rsatkichlarining pasayishiga olib kelgan. Masalan, yurak ishemik kasalligida 2000–2021-yillar oralig‘ida yoshga standartlashtirilgan o‘lim ko‘rsatkichi taxminan **15% ga kamaygan**, bu jarayonda profilaktika va davolashdagi yutuqlar muhim omil sifatida ko‘rsatiladi. **Arterial gipertoniya** bo‘yicha zamonaviy natijalar, avvalo, kasallikni erta aniqlash va uzoq muddat nazorat qilish imkoniyatlarining yaxshilanishi bilan bog‘liq. Qon bosimini muntazam o‘lchash, xavfni baholash, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish va zarurat bo‘lganda antihipertenziv preparatlarni qo‘llash yurak xuruji, insult va yurak yetishmovchiligi xavfini kamaytirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, 2024-yil ma‘lumotlariga ko‘ra, gipertoniya bilan yashayotgan 30–79 yoshdagi kattalarning atigi **23 foizida qon bosimi nazorat ostida** bo‘lgan. Bu natija zamonaviy davolash usullari mavjud bo‘lsa-da, ularni aholiga yetkazish va davolanishga rioya qilish hali ham muhim muammo ekanini ko‘rsatadi. **Yurak ishemik kasalligi va miokard infarktida** davolash imkoniyatlari ham sezilarli rivojlangan. O‘tkir miokard infarktida asosiy maqsad — yurak mushagiga qon oqimini imkon qadar tez tiklash. Hozirgi amaliyotda koronar angiografiya yordamida zararlangan tomir aniqlanadi va zarur hollarda **angioplastika hamda stentlash** amalga oshiriladi. Ayrim holatlarda trombni erituvchi preparatlar yoki koronar arteriyalarni shuntlash operatsiyasi qo‘llanadi. Keyingi bosqichda antitrombotsitar preparatlar, statinlar va boshqa dori vositalari hamda yurak rehabilitatsiyasi qo‘llanib, qayta yurak xuruji va boshqa asoratlarning oldini olishga harakat qilinadi. **Yurak yetishmovchiligini** davolashda ham zamonaviy yondashuvlar yangilanmoqda. 2026-yilda Yevropa Kardiologiya Jamiyati yurak yetishmovchiligi bo‘yicha yangi klinik qo‘llanmasini e‘lon qilib, kasallikni bosqichma-bosqich aniqlash, erta tashxis qo‘yish va davolashni imkon qadar erta boshlashga katta e‘tibor qaratgan. Zamonaviy yondashuv yurak yetishmovchiligining turli shakllarini yurakning chap qorincha chiqarish fraksiyasiga qarab farqlash va bemorga mos davolashni tanlash imkonini beradi. **Yurak kasalliklaridan keyingi rehabilitatsiya** ham amaliy natijalarni yaxshilayotgan yo‘nalishlardan biridir. 2025-yilda e‘lon qilingan 10 mingdan ortiq ishtirokchini qamrab olgan individual ma‘lumotlar meta-tahlilida koronar yurak kasalligi bo‘lgan bemorlarda jismoniy mashqlarga asoslangan yurak rehabilitatsiyasi **umumiy kasallanish va yurak-**

qon tomir sababli shifoxonaga yotqizilish xavfining kamayishi hamda hayot sifatining yaxshilanishi bilan bog‘liq bo‘lgan. Profilaktika sohasida esa asosiy natija — ko‘plab yurak-qon tomir kasalliklari xavfini **erta bosqichda boshqarish mumkinligidir**. Chekishni tashlash, qon bosimini nazorat qilish, xolesterin va qondagi glyukoza miqdorini boshqarish, jismoniy faollikni oshirish, tuz va to‘yingan yog‘larni cheklash hamda ortiqcha vaznni kamaytirish yurak-qon tomir xavfini pasaytirishga yordam beradi. WHO ma‘lumotlariga ko‘ra, gipertoniya, diabet va yuqori qon lipidlarini dori vositalari bilan davolash yurak xuruji va insultning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Xulosa: Yurak-qon tomir kasalliklari zamonaviy tibbiyotning eng muhim muammolaridan biri bo‘lib, ularning rivojlanishida arterial gipertoniya, ateroskleroz, qonda xolesterin miqdorining oshishi, qandli diabet, ortiqcha tana vazni, kamharakatlilik, noto‘g‘ri ovqatlanish, chekish va boshqa xavf omillari muhim ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ushbu kasalliklarni faqat rivojlanganidan keyin davolash emas, balki ularni erta aniqlash va xavf omillarini oldindan nazorat qilish yurak-qon tomir asoratlarini kamaytirishda katta ahamiyatga ega. Hozirgi vaqtda yurak-qon tomir kasalliklarini aniqlashda elektrokardiografiya, exokardiografiya, sutkalik arterial bosim monitoringi, Holter monitoringi, laborator tekshiruvlar, yurak tomirlarini KT-angiografiya orqali baholash, koronarografiya va boshqa zamonaviy diagnostika usullaridan foydalanilmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Axmedov N.K. **Odam anatomiyasi**. — Toshkent: O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi, 2005.
2. Ahmedov N.K. **Atlas: Odam anatomiyasi**. — Toshkent: Abu Ali ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti, 2006.
3. Sodiqov A.S., Qodirov E.B. **Odam anatomiyasi**. — Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2010.
4. Eshonqulov O.E., Abdullayev Sh.M. **Odam anatomiyasi va fiziologiyasi**. — Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2018.
5. Aripov U.A., Karimov Sh.I. **Ichki kasalliklar**. — Toshkent: Yangi asr avlodi, 2019.

