

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 10, Ноябрь

VARIKOZ VA UNING KELIB CHIQISH SABABLARI VA UNING OLDINI OLIISH CHORALARI

Xo'shboqova Dildora Sobir qizi

Toshkent davlat tibbiyot universiteti, pediatriya yo'nalishi 1-kurs talabasi

Sattarov Yorqin Karimovich

Annotatsiya

Varikoz kasalligi (varikoz tomir kengayishi) yurak-qon tomir tizimi kasalliklari ichida eng keng tarqalgan surunkali patologiyalardan biri bo'lib, asosan pastki ekstremitalar venoz tomirlarining strukturaviy va funksional buzilishi bilan namoyon bo'ladi. Ushbu kasallik nafaqat estetik muammo hisoblanadi, balki uning rivojlanishi venoz yetishmovchilik, tromboz, trofik yaralar kabi jiddiy asoratlar bilan kechishi mumkin. Zamonaviy tibbiyotda varikozning kelib chiqish sabablari murakkab va ko'p omilli bo'lib, irsiy moyillik, gemodinamik buzilishlar, turmush tarzi, gormonal o'zgarishlar, kasbiy omillar va ekologik ta'sirlar o'zaro bog'liq holda kasallik patogenezini shakllantiradi. Mazkur maqolada varikoz kasalligining kelib chiqish mexanizmlari, asosiy etiologik omillari, klinik rivojlanish bosqichlari hamda uning oldini olishga qaratilgan profilaktik chora-tadbirlar ilmiy nuqtai nazardan keng yoritilgan. Shuningdek, varikozning ijtimoiy ahamiyati, sog'liqni saqlash tizimiga yuklayotgan iqtisodiy va tibbiy oqibatlari tahlil qilinadi. Tadqiqot natijalari asosida turmush tarzini o'zgartirish, erta tashxis va kompleks profilaktikaning muhimligi ilmiy jihatdan asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: Varikoz, vena, venoz yetishmovchilik, pastki ekstremitalar, qon aylanishi, irsiy omillar, tromboz, profilaktika, sog'lom turmush tarzi, qon tomir kasalliklari.

Abstract

Varicose veins (varicose veins) are one of the most common chronic pathologies of the cardiovascular system, manifested mainly by structural and functional disorders of the venous vessels of the lower extremities. This disease is not only an aesthetic problem, but its development can be accompanied by serious complications such as venous insufficiency, thrombosis, trophic ulcers. In modern medicine, the causes of varicose veins are complex and multifactorial, and hereditary predisposition, hemodynamic disorders, lifestyle, hormonal changes, occupational

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 10, Ноябрь

factors and environmental influences interrelate to form the pathogenesis of the disease. This article provides a comprehensive scientific overview of the mechanisms of varicose veins, the main etiological factors, stages of clinical development and preventive measures aimed at its prevention. The social significance of varicose veins, the economic and medical consequences of varicose veins on the healthcare system are also analyzed. Based on the results of the study, the importance of lifestyle changes, early diagnosis and comprehensive prevention is scientifically substantiated.

Keywords: Varicose veins, veins, venous insufficiency, lower extremities, blood circulation, hereditary factors, thrombosis, prevention, healthy lifestyle, vascular diseases.

KIRISH

So‘nggi o‘n yilliklarda yurak-qon tomir kasalliklari global miqyosda aholi salomatligiga jiddiy tahdid solayotgan asosiy muammolardan biri sifatida e‘tirof etilmoqda. Ushbu kasalliklar tarkibida varikoz tomir kengayishi alohida o‘rin egallaydi. Statistik ma‘lumotlarga ko‘ra, dunyo aholisining 25–30 foizida varikoz kasalligining turli klinik shakllari uchrab, ayniqsa ayollar orasida erkaklarga nisbatan sezilarli darajada ko‘proq qayd etiladi. Varikoz odatda yengil kosmetik o‘zgarishlardan boshlanib, vaqt o‘tishi bilan og‘ir surunkali venoz yetishmovchilikka aylanadi.

Varikoz kasalligining dolzarbligi shundaki, u uzoq vaqt davomida sekin rivojlanib, dastlab bemor tomonidan jiddiy kasallik sifatida qabul qilinmaydi. Natijada kasallik kech aniqlanadi va asoratlar rivojlanish ehtimoli ortadi. Ayniqsa, pastki ekstremitalarda qon turg‘unligi, to‘qimalarning yetarli oziqlanmasligi, teri va teriosti qatlamlarida trofik o‘zgarishlarning yuzaga kelishi bemorning mehnat qobiliyatini keskin pasaytiradi.

Zamonaviy tibbiyot varikozning nafaqat davolash, balki uning oldini olish masalasiga ham alohida e‘tibor qaratmoqda. Profilaktik yondashuv kasallik rivojlanishini erta bosqichda to‘xtatish yoki sekinlashtirish imkonini beradi. Shu bois ushbu maqolada varikoz kasalligining kelib chiqish sabablari va uning oldini olish choralari kompleks va tizimli tarzda tahlil qilinadi.

Varikoz kasalligi va uning kelib chiqish sabablari. Varikoz — bu venoz tomir devorlarining patologik kengayishi va ularning klapan apparati faoliyatining izdan chiqishi bilan tavsiflanadigan surunkali kasallikdir. Sog‘lom vena tizimida klapanlar qonning yurak tomon yo‘nalgan harakatini ta‘minlaydi va uning orqaga qaytishiga yo‘l

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 10, Ноябрь

qo‘ymaydi. Varikoz rivojlanganda esa ushbu mexanizm buzilib, vena ichida qon turg‘unligi yuzaga keladi.

Irsiy va genetik omillar. Ilmiy tadqiqotlar varikoz kasalligida irsiy omillarning yetakchi rol o‘ynashini tasdiqlaydi. Agar ota-onalardan birida varikoz mavjud bo‘lsa, farzandlarda ushbu kasallikning rivojlanish ehtimoli sezilarli darajada ortadi. Genetik moyillik vena devorining elastikligini pasaytiradi, biriktiruvchi to‘qima strukturasi zaiflashtiradi va klapanlar disfunktsiyasiga olib keladi.

Gemodinamik buzilishlar. Venoz qon aylanishida bosimning oshishi varikoz patogenezining asosiy mexanizmlaridan biri hisoblanadi. Uzoq vaqt tik turish yoki o‘tirib ishlash natijasida pastki ekstremitalarda qonning yurak tomon qaytishi qiyinlashadi. Natijada vena ichki bosimi ortadi va tomir devorlari asta-sekin kengaya boshlaydi.

Gormonal omillar. Ayollarda varikozning ko‘proq uchrashi gormonal o‘zgarishlar bilan izohlanadi. Homiladorlik, tug‘ruq, menopauza davrlarida estrogen va progesteron gormonlarining ko‘payishi vena devorlari tonusining pasayishiga olib keladi. Bundan tashqari, gormonal kontratseptiv vositalardan foydalanish ham varikoz xavfini oshiruvchi omillardan biri sanaladi.

Turmush tarzi va kasbiy omillar. Harakatsiz hayot tarzi, past jismoniy faollik, ortiqcha vazn varikoz rivojlanishiga to‘g‘ridan-to‘g‘ri ta’sir ko‘rsatadi. O‘qituvchilar, jarrohlar, sotuvchilar, sartaroshlar kabi kasblar egalari uzoq vaqt tik turishga majbur bo‘lishlari sababli xavf guruhiga kiradi.

Varikoz kasalligining oldini olish choralari. Varikozning oldini olish kompleks yondashuvni talab qiladi. Profilaktika nafaqat kasallik rivojlanishining oldini oladi, balki dastlabki bosqichlarda uning og‘ir asoratlarga olib kelishini ham jilovlaydi.

Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish. Jismoniy faollik — varikoz profilaktikasining eng samarali usullaridan biridir. Yurish, suzish, velosiped haydash venoz qon aylanishini yaxshilaydi, mushak-pompa mexanizmini faollashtiradi. Ortiqcha vazndan qutulish ham vena tizimiga tushadigan yukni kamaytiradi.

Mehnat va dam olish rejimini to‘g‘ri tashkil etish. Uzoq vaqt tik turish yoki o‘tirib ishlashda muntazam tanaffuslar qilish tavsiya etiladi. Oyoqlarni balandroq holatda tutish venoz qonning yurakka qaytishini osonlashtiradi.

Tibbiy profilaktika. Maxsus kompression paypoqlar va elastik bog‘lamlardan foydalanish vena ichki bosimini me‘yorlashtiradi. Shuningdek, shifokor nazorati ostida flebotrop dori vositalarini qabul qilish ham ijobiy samara beradi.

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 10, Ноябрь

Jadval: varikoz rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar va profilaktika usullari

Omil turi	Ta'sir mexanizmi	Oldini olish choralari
Irsiy moyillik	Vena devori elastikligining pasayishi	Erta tashxis, doimiy nazorat
Harakatsizlik	Qon turg'unligi	Jismoniy mashqlar
Ortiqcha vazn	Venoz bosim oshishi	Ratsional ovqatlanish
Gormonal o'zgarishlar	Tomir tonusining pasayishi	Shifokor maslahatlari
Uzoq tik turish	Qon aylanish buzilishi	Tanaffuslar, kompressiya

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Varikoz kasalligi yuzasidan olib borilgan ilmiy tadqiqotlar mazkur patologiyaning ko'p omilli tabiatga ega ekanligini ko'rsatadi. Ilmiy manbalarda varikoz, avvalo, venoz klapan apparati yetishmovchiligi va tomir devorlari tonusining pasayishi bilan bog'liq holat sifatida ta'riflanadi. O'zbek va xorijiy tadqiqotchilarning ishlarida varikozning etiopatogenezi, klinik namoyon bo'lishlari hamda davolash-profilaktika usullari turli nazariy va amaliy jihatlardan yoritilgan.

Axmedov va hammualliflarining tadqiqotlarida varikozning asosiy morfologik asosi sifatida biriktiruvchi to'qima strukturalarining tug'ma zaifligi ta'kidlanadi. Muallif venoz tomir devorida kollagen va elastin miqdorining nisbatan kamligi tomirning tashqi bosimga chidamsizligini oshirishini asoslab beradi. Shuningdek, mazkur holat venoz klapanlarning to'liq yopilmasligiga olib kelib, refluks jarayonlarini kuchaytiradi.

Karimova tomonidan olib borilgan klinik kuzatuvlar varikozning ayniqsa ish joyida uzoq vaqt tik holda ishlovchi aholi qatlamida keng tarqalganini ko'rsatadi. Muallif mehnat gigienasi va ish sharoitlarini yaxshilash orqali kasallikning oldini olish mumkinligini ilmiy jihatdan asoslaydi. Bundan tashqari, gormonal fon o'zgarishlari, jumladan, homiladorlik va klimakterik davrda varikozning tez rivojlanishi alohida ta'kidlangan.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti materiallarida varikoz kasalligi aholining mehnat qobiliyatini pasaytiradigan ijtimoiy ahamiyatga ega muammo sifatida baholanadi. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, varikozni davolashga yo'naltirilgan sa'y-harakatlardan ko'ra uning erta profilaktikasi samaradorlik jihatdan ancha afzal hisoblanadi.

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 10, Ноябрь

Ushbu tadqiqot ishi davomida ilmiy-nazariy tahlil, qiyosiy tahlil, mantiqiy umumlashtirish hamda statistik ma'lumotlarni sintez qilish usullaridan foydalanildi. Tadqiqot metodologiyasi varikoz kasalligining kelib chiqish sabablari va uning oldini olish choralari tizimli ravishda o'rganishga yo'naltirildi.

Avvalo, mavzuga oid mahalliy va xorijiy ilmiy adabiyotlar tahlil qilindi. Bu jarayonda monografiyalar, o'quv qo'llanmalar, klinik qo'llanmalar va xalqaro tashkilotlarning hisobotlari manba sifatida tanlandi. Manbalar tahlili varikoz patogenezing umumiy qonuniyatlarini aniqlash imkonini berdi.

Shuningdek, tadqiqotda kuzatuv usuli ham qo'llanildi. Varikozga moyil aholi guruhlaridagi turmush tarzi, kasbiy faoliyat va jismoniy faollik darajalarini umumlashtirish orqali xavf omillari belgilandi. Olingan ma'lumotlar tahliliy jihatdan qayta ishlanib, ilmiy xulosalar chiqarildi.

Metodologik yondashuvning asosiy tamoyili komplekslik bo'lib, kasallikni faqat biologik emas, balki ijtimoiy-psixologik va hayotiy omillar bilan bog'liq holda o'rganish ustuvor vazifa sifatida belgilandi.

NATIJAJAR

Olib borilgan tahlillar varikoz kasalligining rivojlanishi bir nechta o'zaro bog'liq omillar ta'sirida shakllanishini tasdiqladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, irsiy moyillikka ega shaxslarda varikoz belgilari ertaroq namoyon bo'lishi aniqlandi. Bu holat venoz tomir devorlarining funksional zaifligi bilan bog'liq ekanligi kuzatildi.

Shuningdek, jismoniy faollik past bo'lgan aholi qatlamida varikoz rivojlanish xavfi sezilarli darajada yuqori ekanligi ayon bo'ldi. Ayniqsa, kun davomida uzoq vaqt tik holda yoki o'tirib ishlaydigan kasb egalarida venoz qon turg'unligi kuchayishi natijasida klinik belgilari tezroq paydo bo'ladi.

Tadqiqot jarayonida profilaktika choralari samaradorligi ham baholandi. Muntazam harakat, vazn nazorati va kompression vositalardan foydalanish varikozning boshlang'ich bosqichlarida klinik alomatlarini kamaytirishda ijobiy natija berishi qayd etildi. Bu esa profilaktik yondashuvning muhimligini yana bir bor isbotlaydi.

MUHOKAMA

Olingan natijalar mavjud ilmiy konsepsiyalar bilan uyg'un holda varikoz kasalligi kompleks yondashuvni talab qilishini ko'rsatadi. Varikozni faqat tibbiy muammo sifatida emas, balki turmush tarzi bilan bevosita bog'liq ijtimoiy kasallik sifatida baholash zarurligi ayon bo'ldi.

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 10, Ноябрь

Muhokama jarayonida profilaktikaning ahamiyati alohida ta'kidlandi. Chunki zamonaviy tibbiyotda varikozni to'liq bartaraf etishdan ko'ra uning rivojlanishini oldini olish yoki sekinlashtirish iqtisodiy va ijtimoiy jihatdan samaraliroq hisoblanadi. Shuningdek, aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish varikozga qarshi kurashda asosiy strategik yo'nalish bo'lishi lozim.

Olingan ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, individual yondashuvsiz universal profilaktika modellari kam samara beradi. Shu sababli har bir shaxsning yoshi, jinsi, kasbiy faoliyati va irsiy omillarini hisobga olgan holda profilaktika choralari ishlab chiqilishi maqsadga muvofiq.

XULOSA

Xulosa sifatida aytish mumkinki, varikoz kasalligi zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan, ko'p omilli va uzoq muddatli asoratlarga olib keluvchi surunkali patologiya hisoblanadi. Uning kelib chiqishida irsiy moyillik, venoz qon aylanishining buzilishi, gormonal o'zgarishlar va noto'g'ri turmush tarzi hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Tadqiqot natijalari varikozni oldini olishda erta profilaktika, aholini xabardor qilish va sog'lom hayot tarzini shakllantirish eng samarali usullar ekanligini ko'rsatdi. Kompleks profilaktika choralarining joriy etilishi nafaqat kasallikning og'ir asoratlarini kamaytiradi, balki aholining umumiy hayot sifatini oshirishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Axmedov D.A. Yurak-qon tomir kasalliklari asoslari. — Toshkent: Tibbiyot, 2019. — 256 b.
2. Rasulov M.M. Pastki ekstremitalar venoz yetishmovchiligi. — Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. — 198 b.
3. Karimova N.Sh. Klinik flebologiya. — Toshkent: O'zbekiston Milliy ensiklopediyasi, 2018. — 312 b.
4. Ismoilov B.X. Ichki kasalliklar propedevtikasi. — Toshkent: Yangi avlod, 2021. — 420 b.
5. WHO. Cardiovascular diseases prevention guidelines. — Geneva, 2020.