

JIGAR SIRROZINI ERTA ANIQLASH VA ASORATLARNI OLDINI OLISHDA PROFILAKTIK CHORALAR

Sharifjonov Oybek Otabek o'g'li

Farg'ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti talabasi,

Annotatsiya: Jigar sirrozi – jigar to'qimasining surunkali zararlanishi bilan kechuvchi og'ir kasallik bo'lib, uning erta aniqlanishi va profilaktikasi davolashda muhim rol o'ynaydi. Tezida jigar sirrozining asosiy sabablari, klinik belgilari, tashxis va davolashda profilaktik usullari ko'rib chiqilgan. Profilaktik choralar sifatida virusli gepatitlarga qarshi emlash, sog'lom turmush tarziga amal qilish, shuningdek, jigar holatini baholashda laborator tekshiruvlar ahamiyati yoritiladi.

Kalit so'zlar: jigar sirrozi, virusli gepatit, fibroz, jigar transplantatsiyasi, jigar yetishmovchiligi, gepatoprotektorlar, aloe vera, zanjabil, qora yong'oq.

Kirish: Jigar sirrozi - bu jigar to'qimasining surunkali, progressiv yallig'lanishi va fibroz bilan kechuvchi kasallik bo'lib, normal parenxima to'qimasi biriktiruvchi to'qima bilan almashadi. Natijada jigar faoliyati izdan chiqadi. Bu kasallik ko'plab o'lim holatlarining sababi hisoblanadi.

Virusli gepatitlar (B, C) - jigar to'qimasini surunkali zararlab, fibrozga olib keladi. Spirtli ichimliklar - uzoq muddatli iste'mol jigar hujayralarining nekroziga sabab bo'ladi. Gepatit - immun tizimi jigar hujayralarini yot tanadek qabul qiladi. Dastlabki bosqichda toliqish, ishtaha yo'qolishi, ozib ketish kabi simptomlar bilan namoyon bo'ladi. Keyingi bosqichda terining sarg'ayishi, asit - qorin bo'shlig'ida suyuqlik to'planishi, jigar va taloqning kattalashuvi, palmar eritema, o'rgimchak angiomalari, erkaklarda ginekomastiya, ayollarda amenoreya.

Kasallikni erta aniqlash va asoratlarni oldini olishda profilaktik choralar muhim ahamiyatga ega. Virusli gepatit B ga qarshi emlash va gepatit C ni erta aniqlash. Spirtli ichimliklardan voz kechish, sog'lom turmush tarziga amal qilish. Jigar sirrozi sekin rivojlanadigan, ammo og'ir oqibatlarga olib keluvchi kasallik bo'lgani uchun uning erta bosqichlarida aniqlanishi juda muhim. Bu maqsadda

quyidagi laborator tekshiruvlar doimiy o'tkazilishi kerak. ALT - jigar hujayralari shikastlanganda qon tarkibida bu fermentning miqdori oshadi. Bu ko'rsatkich jigar ichidagi yallig'lanish yoki nekroz jarayonlarini erta bosqichda aniqlashga yordam beradi. AST - jigar bilan birga yurak va mushak to'qimalarida ham uchraydi. AST/ALT nisbati sirrozda o'zgaradi. Agar bu nisbat 1 dan yuqori bo'lsa, sirroz ehtimoli ortadi. Bilirubin - jigar hujayralari shikastlanganda bilirubin miqdori ortadi, bu esa terining sarg'ayishi kabi klinik belgilar bilan namoyon bo'ladi. INR - jigar qon ivish omillarini ishlab chiqaradi. INR ko'rsatkichi oshgan bo'lsa, bu jigar funksiyasi pasayganini bildiradi. Bu ko'rsatkich sirroz fonida qon ketish xavfini baholashda muhim. Xavf guruhidagi bemorlarni muntazam kuzatish va davriy tibbiy ko'rikdan o'tkazish, oxirgi bosqichda yagona yechim jigar transplantatsiyasi bo'lishi mumkin.

Jigar sirrozini davolashda tabiiy vositalar muhim qo'shimcha bo'lishi mumkin, ammo ularni faqat shifokor tavsiyasi bilan va asosiy davolashga yordam sifatida qo'llash kerak. Omega-3 yog' kislotalari, antioksidantlar va boshqa foydali moddalar bo'lgan qora yong'oqning yadro va qobig'ini maydalab, qahva yoki choy sifatida ichish mumkin. Zanjabil jigarni tozalashda yordam beradi, asitning kamayishiga yordam beradi va umumiy yallig'lanishni kamaytiradi. Jigarni tozalash va uning funktsiyalarini yaxshilashda Aloe Vera sharbati kuniga bir necha marta ichish mumkin.

Xulosa. Virusli gepatitlarga qarshi emlash, spirtli ichimliklardan voz kechish, sog'lom turmush tarziga amal qilish va laborator nazorat kasallik rivojlanishini sekinlashtiradi. Profilaktik chora sifatida tabiiy vositalar jigar faoliyatini qo'llab-quvvatlashda foydali bo'lib, ularni asosiy davolashga qo'shimcha sifatida ishlatish mumkin. Doimiy laborator nazorat - jigar sirrozining erta tashxisi, kasallik darajasini aniqlash, davolash samaradorligini baholash va asoratlarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Gadayev, A. G., Karimov, M. Sh., & Axmedov, X. S. (2021). *Ichki kasalliklar propedevtikasi*. Toshkent.

2. Biologically active products with anticoagulant and blood glucose regulating effects from Capparis spinosa cultivated in Uzbekistan. (2024). *Biochemical and Cellular Archives/Biochemical and Cellular Archives*, 24(S1). <https://doi.org/10.51470/bca.2024.24.1-s.3639>

3. Karabaev, M., & Qosimova, G. S. (2023). Logical - mathematical models of quantitative assessment of the integral level of individual physical health based on the adaptive potential of the body. *E3S Web of Conferences*, 452, 07004. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202345207004>

4. Soyibjonovna, Q. G. (2025). Jismoniy salomatlik darajasini baholash usullari va uni nazorat qilishning asosiy bosqichlari. *Models and Methods for Increasing the Efficiency of Innovative Research*, 4(41), 129-134.

<https://interoncof.com/index.php/germany/article/view/7493>

5. Карабаев, М., Косимова, Г. С., & Сидиков, А. А. (2023). Логико-математические модели количественной оценки интегрального уровня индивидуального физического здоровья на основе адаптационного потенциала организма. *Журнал клинической и профилактической медицины*, (1), 38-45.