



POSTKOVID SINDROM: ASORATLARI VA ULARNI DAVOLASH USULLARI

Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti

davolash ishi 3 - kurs talabasi

Rahmatullayeva Zebiniso

Annotatsiya; Ushbu maqolada COVID-19 infeksiyasidan so'ng rivojlanadigan postkovid sindromning klinik ko'rinishlari, asosiy asoratlari hamda ularni davolash va rehabilitatsiya qilishning zamonaviy usullari tahlil qilingan. Postkovid sindrom markaziy asab tizimi, nafas olish organlari, yurak-qon tomir tizimi, buyrak va endokrin tizimlarga ta'sir qilishi aniqlangan. Shuningdek, maqolada fizioterapevtik davolash, psixologik rehabilitatsiya va dori vositalari bilan qo'llab-quvvatlovchi terapiya muhimligi yoritilgan.

Kalit so'zlar: postkovid sindrom, COVID-19, rehabilitatsiya, asoratlar, immun tizimi, psixonevrologik buzilishlar.

COVID-19 pandemiyasi nafaqat o'tkir virusli infeksiya sifatida, balki uning uzoq muddatli oqibatlari bilan ham tibbiyot tizimi oldiga yangi muammolarni qo'ydi. Infeksiyadan tuzalgan bemorlarning 60–70 foizida turli tizimlarga oid shikoyatlar davom etishi “postkovid sindrom” deb ataladi. Ushbu holat organizmning uzoq muddatli yallig'lanish, immun javob va nevrologik disfunktsiyalarga bog'liq bo'lgan kechikkan reaksiya sifatida izohlanadi.

Postkovid sindromning patogenezida quyidagi omillar muhim o'rin tutadi: Surunkali yallig'lanish holati (sitokin bo'roni natijasi); Virusning to'liq yo'qolmasdan to'qimalarda saqlanib qolishi; Immun tizimining o'z to'qimalariga qarshi reaksiya berishi (autoimmun jarayonlar); Gipoksiya va mikrotromboz



natijasida to'qima shikastlanishi. Postkovid sindrom turli tizimlarga zarar yetkazadi: Nafas olish tizimi: o'pka fibrozlari, dispnoe, kislorod tanqisligi; Yurak-qon tomir tizimi: aritmiyalar, yurak yetishmovchiligi, miokardit; Markaziy asab tizimi: bosh og'rigi, uyqusizlik, kognitiv pasayish ("brain fog"); Mushak-skelet tizimi: holsizlik, miya va mushak og'riqlari; Endokrin tizim: qand miqdorining buzilishi, qalqonsimon bez faoliyatining o'zgarishi; Psixologik o'zgarishlar: depressiya, tashvish holatlari, posttravmatik stress sindromi.

Diagnostika; Postkovid sindromni aniqlashda quyidagi usullar qo'llaniladi: Klinik kuzatuv va shikoyatlar tahlili; Qon tahlillari (CRP, D-dimer, ferritin, troponin); Rentgen yoki KT diagnostika orqali o'pka o'zgarishlarini baholash; Yurak EKG/Ehokardiografiyasi; Neyropsixologik testlar. **Davolash va reabilitatsiya;** Postkovid sindromni davolash kompleks yondashuvni talab qiladi: 1. Dori vositalari bilan davolash: Antioksidantlar (vitamin C, E); Immunomodulyatorlar (interferonlar, timogen); Antikoagulyantlar (varfarin, heparin); Yallig'lanishga qarshi vositalar (ibuprofen, nimesulid). 2. Fizioterapevtik muolajalar: Nafas mashqlari (spirometriya mashqlari); Magnetoterapiya, elektroforez; Reabilitatsion massaj va jismoniy faollik. 3. Psixologik yordam: Stressni kamaytiruvchi terapiya; Psixologik maslahat va relaksatsiya mashqlari; Uyqu gigiyenasi va sog'lom turmush tarzi. 5. Oldini olish choralari COVID-19 infeksiyasiga qarshi emlash; Infeksiya davrida o'z vaqtida va to'liq davolanish; Vitaminlar va immunitetni mustahkamlovchi oziq moddalardan foydalanish; Reabilitatsion mashqlarni erta boshlash.

Xulosa;

Postkovid sindrom ko'p tizimli va murakkab klinik holat bo'lib, u bemor hayot sifatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Uning davolashida faqat dori vositalari emas, balki reabilitatsiya, jismoniy faoliyat va psixologik qo'llab-quvvatlash muhim ahamiyatga ega. Tibbiyot xodimlari bu sindromni erta aniqlab, har bir bemorga individual yondashuvni tanlashi zarur. \



Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati;

1. World Health Organization (WHO). Post COVID-19 condition (long COVID) clinical case definition. Geneva, 2021.
2. Carfi A., Bernabei R., Landi F. Persistent symptoms in patients after COVID-19. JAMA, 2020.
3. Davis H. E. et al. Characterizing long COVID in an international cohort: 7 months of symptoms and their impact. EClinicalMedicine, 2021.
4. Министерство здравоохранения Республики Узбекистан. COVID-19dan keyingi reabilitatsiya bo'yicha klinik tavsiyalar, Toshkent, 2022.