



## QANDLI DIABET KASALLIGIDA BEMORLARNI OYOQLARINI PARVARISH QILISH.

*Farg'ona shahar Abu Ali Ibn Sino nomidagi*

*Jamoat salomatligi texnikumi*

*Maxsus fanlar kafedrasi o'qituvchisi*

***Abdulhamidova Xumora***

***Annotatsiya:*** Ushbu maqolada “Qandli diabet kasalligida bemorlarni oyoqlarini parvarish qilish” haqida aytib o'tilgan va muallif tomonidan muhim tavsiyalar berilgan.

***Kalit so'zlar:*** Glyukoza, glyukometr, gangrena, rezistentlik, retseptorlar, antiseptik.





Qandli diabet kasalligida qonda glyukoza miqdorining oshishi mayda qon tomirlarini va asab tolalari retseptorlarini shikastlaydi, bu to'qimalarni oziqlanishi va qon bilan ta'minlanishning buzilishiga olib keladi. Natijada oyoqlarda jiddiy asoratlarni rivojlanishi uchun zamin yaratiladi.



### **Qandli diabet kasalligida oyoqlarda yara rivojlanishining asosiy omillari**

- Oyoq kiyimining har qanday nuqsonlari – terining ezilishiga yoki ishqalanishiga, mikroishemiyaga olib keladi, natijada yara paydo bo'ladi.
- Tana vaznining ortishi oyoqning har bir bo'g'imiga, ayniqsa, kafti yuzasiga yuk tushishini ko'paytiradi.
- Teri yuzasining qalinlashishi – qandli diabet kasalligi fonida terida metabolik jarayon buzilishi tufayli yuzaga keladi.
- Terining mayda jarohatlari.

### **Oyoqlarni parvarish qilish qoidalari**

1. Teri qurib qolmasin. Har kuni oyoqlarni oddiy bolalar sovuni bilan yaxshilab yuvish lozim, suv harorati yuqori bo'lmasligi kerak. Yuvish jarayonida barmoqlar



orasidagi teriga alohida ahamiyat beriladi. Oyoqlar yumshoq sochiq bilan yaxshilab artiladi va namlantiruvchi kremlardan foydalaniladi. Terining elastikligini saqlash zarur, chunki qon tomirlarining uzoq vaqt shikastlangan holda bo‘lishi terini juda qurib qolishiga va osonlik bilan yorilishiga sabab bo‘ladi. Yaxshi yoritilgan joyda oyoqlar va kaft ko‘zdan kechiriladi. Barmoqlar orasidagi teriga, teri qatlamidagi yoriqlar, tirnalgan, qavariq joylar, yaralar, teri rangining o‘zgarishiga, harorat va ta’sirni sezish qobiliyatiga e’tibor beriladi.

2. Tirnoqlarni juda qisqa qilib va burchaklarini aylana tarzda olish mumkin emas.
3. Poyabzal qulay bo‘lsin. Poyabzalni sinchiklab tanlash lozim, u tegishli o‘lchamda va qulay bo‘lishi kerak. Orqa tarafi mustahkam, usti yumshoq, tumshug‘i keng yoki to‘rtburchak shaklda, amortizatsiyasi yaxshi sport poyabzali yoki krossovka kiygan ma’qul. Bu kabi poyabzallarning pataklari olinadi va ularni vaziyatga qarab almashtirish mumkin, masalan oyoq shishganda.
4. Oyoqlaringiz tagini asrash kerak. Ko‘chada ham, uyda ham oyoqyalang yurish tavsiya etilmaydi. Tabiiy matolar – jun, paxtadan tayyorlangan oq tusli paypoq kiygan ma’qul. Paypoq rezinasi oyoqni siqmasligi kerak, aks holda oyoqlarda qon aylanishi buzilishi mumkin. Paypoqlarni iloji boricha har kuni almashtirish lozim.

### **Oyoqdagi yaralarni davolashda e’tiborli bo‘lish lozim**

Qandli diabet kasalligida oyoq kaftlari ozgina shikastlansa ham uzoq vaqt bitmaydi va faol davolashni talab etadi. Bunday paytda yaralangan joyga antiseptik surtiladi – masalan, 70 foizli etil spirti 3 foizli perekis vodorod eritmasi bilan aralashtiriladi. Zelyonka yoki yod kabi antiseptiklardan foydalanish mumkin emas, chunki dorining rangi shifokorga yallig‘lanish darajasini va infeksiya bor, yo‘qligini aniqlash imkonini bermaydi. Agar yara 2-3 kun davomida bitmasa, shifokorga murojaat qilish zarur. O‘z-o‘zini davolashda kasallik chuqurlashib ketmasligining oldini olish kerak.



### Foydalanilgan adabiyotlar

- 1.Y.I.Arslnov, T.A.Nazarov , A.A. Bobomurodov Ichki kasalliklar
- 2.SH.M.Rahimov, F.K.Gaffarova , G.A. Ataxodjayeva Ichki kasalliklar
- 3.Qosimov E. Y. va b., Ichki kasalliklar propedevtikasi. Toshkent, 1996.

4.Internet saytlari:

<https://uz.m.wikipedia.org>

<http://navoidsenm.uz/yangiliklar>