



Anemiya.

Abdullayeva Zilola G'afurovna

Buxoro viloyat G'ijduvon tumani Abu Ali ibn Sino nomidagi

jamoat salomatligi texnikumi Hamshiralik ishi

Tel: +99890 6366330

Annotatsiya - Ushbu maqola kamqonlik kasalligi va uning sabablari, belgilari, tashxisi, davolash usullari, xavf omillari va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan asoratlarni o'rganishni o'z ichiga oladi. Anemiyaning turlari va sabablari. Temir tanqisligi anemiyasi: gemoglobin ishlab chiqarish uchun juda muhim bo'lgan tanadagi temir etishmasligi. Bu tanqislik noto'g'ri ovqatlanish, surunkali qon yo'qotish yoki temirning so'rilishi bilan bog'liq muammolar tufayli yuzaga kelishi mumkinligini o'rganadi. Bu maqolada tibbiyot amaliyotchilari va shaxslar uchun keng qamrovli ko'rsatmalar berishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: holsizlik, teri rangi oqarib, nafas qisilishi, ko'ngil aynishi, bosh aylanishi, ishtahasizlik charchoq va zaiflik, doimiy charchoq va energiya etishmasligi, oqarish, terining va shilliq pardalarning sezilarli rangsizligi, nafas qisilishi: jismoniy faoliyat paytida nafas olish qiyinlashuvi. bosh aylanishi.

Anemiya keng tarqalgan qon kasalligi bo'lib, organizmda to'qimalarga etarli kislorod etkazib berish uchun etarli darajada sog'lom qizil qon tanachalari yoki gemoglobin etishmaydi. Anemiyani tushunish uning sabablari, belgilari, tashxisi, davolash usullari, xavf omillari va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan asoratlarni o'rganishni o'z ichiga oladi. Anemiya qizil qon tanachalari etarli bo'lmaganda yoki qizil qon tanachalarida gemoglobin etarli bo'lmaganda paydo bo'ladi. Gemoglobin kislorodni o'pkadan tananing qolgan qismiga o'tkazish va karbonat angidridni



nafas olish uchun o'pkaga qaytarish uchun zarurdir. Etarlicha gemoglobin bo'lmasa, tanangizning a'zolari va to'qimalari kerakli kislorodni olmaydilar, bu turli xil sog'liq muammolariga olib kelishi mumkin.

Anemiyaning turlari va sabablari: Temir tanqisligi anemiyasi: gemoglobin ishlab chiqarish uchun juda muhim bo'lgan tanadagi temir etishmasligi. Bu tanqislik noto'g'ri ovqatlanish, surunkali qon yo'qotish yoki temirning so'rilishi bilan bog'liq muammolar tufayli yuzaga kelishi mumkin. Vitamin tanqisligi anemiyasi: Eritrotsitlar ishlab chiqarish va DNK sintezi uchun zarur bo'lgan B12 vitamini yoki folatning etishmasligi. Surunkali kasallik anemiyasi: Buyrak kasalligi, saraton yoki yallig'lanish kasalliklari kabi surunkali kasalliklar qizil qon hujayralari ishlab chiqarishga yoki umr ko'rishga xalaqit berishi mumkin. Aplastik anemiya: autoimmün kasalliklar, ayrim infeksiyalar yoki zararli moddalar ta'sirida suyak iligi etarli darajada qizil qon hujayralarini ishlab chiqara olmaydi. Gemolitik anemiya: qizil qon hujayralarining muddatidan oldin nobud bo'lishi, bu otoimmün kasalliklar, infeksiyalar yoki irsiy kasalliklar tufayli yuzaga kelishi mumkin. O'roqsimon hujayrali anemiya: qizil qon tanachalari g'ayritabiiy shaklga ega bo'lgan irsiy kasallik bo'lib, qon tomirlarida tiqilib qolishga olib keladi va kislorod etkazib berishni kamaytiradi. Anemiya uchun xavf omillarini tushunish profilaktika choralari va erta aniqlashda yordam beradi. Xun tanqisligi: Temirga boy oziq-ovqatlarning etishmasligi. Surunkali sog'liq sharoitlari: Surunkali buyrak kasalligi, saraton va yallig'lanish kasalliklari kabi holatlar. Genetik omillar: o'roqsimon hujayrali anemiya va talassemiya kabi irsiy kasalliklar. Menstrüel va reproduktiv omillar: sezilarli qon yo'qotish temir tanqisligiga olib kelishi mumkin. Homiladorlik davrida temir va foliy kislotasiga bo'lgan ehtiyojning ortishi. Turmush tarzi omillari: Agar to'g'ri boshqarilmasa, etarli miqdorda temir yoki B12 vitamini etishmasligi mumkin. Haddan tashqari spirtli ichimliklar qizil qon hujayralari ishlab chiqarishga xalaqit berishi mumkin.



Yoshi va jinsi: Surunkali sog'liq sharoitlari va ozuqa moddalarining so'rilishining pasayishi tufayli kekxa odamlar yuqori xavf ostida.

Anemiya belgilari Semptomlar engildan og'irgacha bo'lishi mumkin va quyidagilarni o'z ichiga olishi mumkin: Charchoq va zaiflik: doimiy charchoq va energiya etishmasligi. Oqarish: terining va shilliq pardalarning sezilarli rangsizligi. Nafas qisilishi: jismoniy faoliyat paytida nafas olish qiyinlashuvi. Bosh aylanishi: bosh aylanishi yoki zaiflik hissi. Sovuq ekstremitalar: qo'llar va oyoqlarg'ayrioddiy sovuq. Bosh og'rig'i: tez-tez yoki doimiy bosh og'rig'i. Anemiya diagnostikasi Kasallik tarixi va fizik tekshiruv: Semptomlar, ovqatlanish odatlari va surunkali kasalliklarni muhokama qiling. Oqargan yoki kattalashgan taloq kabi belgilarni tekshiring. Qon testlari: qizil qon tanachalari, gemoglobin va gematokrit darajasini o'lchaydi. Temir darajasini, shu jumladan zardobdagi ferritin va transferrinning to'yinganligini baholang. B12 vitamini va foliy kislotasi darajasini o'lchang. Suyak iligi qizil qon hujayralarini etarli darajada ishlab chiqaradimi yoki yo'qligini aniqlaydi. Qo'shimcha testlar: Ba'zida boshqa testlar natijasiz bo'lsa, suyak iligi funktsiyasini baholash uchun o'tkaziladi. Surunkali qon ketish manbalarini aniqlash uchun ishlatilishi mumkin.

Davolash va boshqarish

Oziqlanishni sozlash: Temirga boy ovqatlar: yog'siz go'sht, loviya, yasmiq va quyuq bargli ko'katlarni qo'shing. Vitaminga boy ovqatlar: B12 vitamini (go'sht, sut mahsulotlari) va foliy kislotasi (bargli ko'katlar, mevalar) ga boy ovqatlar iste'mol qiling. Oziq moddalarning so'rilishini kuchaytirish: Vitamin C: tsitrus mevalari va pomidor kabi temirning so'rilishini yaxshilash uchun S vitaminiga boy ovqatlarni qo'shing. Ba'zi oziq-ovqatlardan saqlanish: ovqat paytida choy yoki qahva kabi moddalarni iste'mol qilishni kamaytiring, bu temirning so'rilishini inhiye qiladi. Surunkali vaziyatlarni boshqarish: Kasalliklarni boshqarish: tegishli davolanish va turmush tarzini o'zgartirish orqali asosiy surunkali kasalliklarni bartaraf etish. Qon yo'qotish bilan kurashish: Manbani aniqlang va davolang:



oshqozon-ichakdan qon ketish yoki og'ir hayz ko'rish kabi qon yo'qotishiga olib keladigan sharoitlarni boshqaring. Qo'shimchalar: Temir qo'shimchalari: temir tanqisligini tuzatish uchun. Vitamin qo'shimchalari: B12 vitamini yoki foliy kislota etishmasligini bartaraf etish uchun.

Anemiyaning asoratlari

Yurak etishmovchiligi: Og'ir anemiya yurakdagi kuchlanishning kuchayishiga olib kelishi mumkin, bu esa yurak etishmovchiligiga olib kelishi mumkin.

Erta tug'ilish: Homiladorlik davrida og'ir kamqonlik erda tug'ilish va kam vaznli tug'ilish xavfini oshirishi mumkin.

Kognitiv pasayish: Surunkali anemiya, ayniqsa keksa yoshdagi odamlarda, kognitiv pasayish va chalkashliklarga olib kelishi mumkin.

INFEKTSION xavfining oshishi: kamqonlik immunitet tizimini zaiflashtirishi mumkin, bu esa odamlarni infektsiyalarga ko'proq moyil qiladi.

Bolalarda: Uzoq muddatli anemiya bolalarning o'sishi va rivojlanishiga ta'sir qilishi mumkin.

Anemiyaning oldini olish

Balanslangan ovqatlanish: Oziq moddalarga boy oziq-ovqatlar: etarli temir, vitamin B12 va foliy kislota o'z ichiga olgan dietani ta'minlang. Doimiy salomatlik tekshiruvlari: Muntazam skrining: Vaqti-vaqti bilan qon tekshiruv anemiyaning erda aniqlashga yordam beradi, ayniqsa yuqori xavf ostida bo'lganlar uchun. Surunkali vaziyatlarni boshqarish: Samarali davolash: Surunkali kasalliklarni to'g'ri davolash ushbu holatlar bilan bog'liq anemiyaning oldini olishga yordam beradi. Oziqlanish ehtiyojlari haqida ma'lumot bering: Oziqlantirish bo'yicha ta'lim:



muhim oziq moddalarning oziq-ovqat manbalari va muvozanatli ovqatlanishni qanday saqlash haqida bilib oling.

Xulosa va takliflar

Anemiya limfoma davolashning keng tarqalgan yon ta'siridir, ammo boshqa sabablar ham mavjud. Davolash sababga bog'liq bo'ladi. Qizil qon hujayralarida gemoglobin deb ataladigan protein mavjud bo'lib, bu ularga qizil rang beradi. Kislorod gemoglobin bilan bog'lanadi va ular orqali qon oqib o'tganda tanamizning barcha qismlariga olinadi. Qizil qon hujayralari, shuningdek, nafas olish uchun tanamizdan karbonat angidrid kabi chiqindilarni o'pkamizga olib boradi. Anemiya belgilari qonning ingichka bo'lishi va tanamizdagi hujayralarga kislorod yetishmasligi bilan bog'liq. Bizning qizil qon tanachalarimiz va kislorodimiz kam bo'lsa, buyraklarimiz qizil qon hujayralarini ko'proq hosil qilish uchun suyak iligini rag'batlantirish uchun eritropoetin gormonini ko'proq ishlab chiqaradi. Qizil hujayralarni to'ldirish uchun sizga qon quyish kerak bo'lishi mumkin.

Adabiyotlar

[[tahrir](#) | [manbasini tahrirlash](#)]

Petrov V. N., Baxramov S. M., Farmankulov X. K., Jelezodefitsitnie anemii, T., 1995. Saidjalol Bahromov

[O'zME](#). Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil

Мирошниченко А.Г., Руксина В.В., Шайтор В.М. Скорая медицинская помощь. СПб.: 2007. - 319 с.