

**YURAK ISHEMIK KASALLIKLARI*****Xamidova Muqaddamxon Soibjonovna****Asaka Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi*

Annotatsiya: Mazkur maqolada yurak ishemik kasalliklarining etiologiyasi, patogenezi, klinik belgilari, diagnostika usullari va davolash yo'llari haqida ilmiy-nazariy tahlil berilgan. Ishemik yurak xastaligi jahon bo'yicha o'limga olib keluvchi yetakchi sabablardan biri bo'lib, uni erta aniqlash va oldini olish chora-tadbirlari sog'liqni saqlash sohasining dolzarb vazifasidir. Maqolada mavjud ilmiy adabiyotlar, statistik ma'lumotlar va klinik tajribalar asosida kasallikning tarqalishi, xavf omillari va profilaktika choralari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: Ishemik yurak kasalligi, ateroskleroz, miokard infarkti, stenokardiya, kardiologik diagnostika, xavf omillari, profilaktika, rehabilitatsiya.

Yurak ishemik kasalliklari (YIK) yurak mushagi qon bilan yetarli darajada ta'minlanmaganida yuzaga keladigan patologik holatdir. Ushbu kasallik yurak arteriyalarining aterosklerotik torayishi yoki to'silib qolishi natijasida rivojlanadi. YIK ko'plab shakllarda namoyon bo'ladi: stabil va nostabil stenokardiya, miokard infarkti, yurak yetishmovchiligi va hatto to'satdan yurak o'limi. Global miqyosda yurak-qon tomir kasalliklari orasida eng ko'p o'limga sabab bo'luvchi kasalliklardan biri hisoblanadi. Shuning uchun ushbu kasallikni o'rganish, uni erta aniqlash, xavf omillarini kamaytirish va samarali davolash choralari jiddiy ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi.

Yurak ishemik kasalligi (YIK) yurak mushaklarining (miokard) qon bilan ta'minlanishi yetishmasligi natijasida kelib chiqadigan kasalliklar guruhi. U ko'pincha koronar arteriyalarning ateroskleroz tufayli torayishi yoki tiqilib qolishi sababli yuzaga keladi. Quyida YIK haqida qisqacha ma'lumot:

Asosiy sabablari:



Ateroskleroz: Koronar arteriyalarda xolesterin va boshqa moddalar to'planishi natijasida qon oqimi kamayadi.

Tromboz: Arteriyada qon ivishi hosil bo'lishi.

Spazm: Koronar arteriyalarning vaqtincha qisqarishi.

Boshqa omillar: Gipertoniya, qandli diabet, chekish, semizlik, kamharakatlik va genetik omillar.

Turlari:

Stenokardiya: Yurakning qon bilan ta'minlanishi vaqtincha kamayishi natijasida ko'krakdagi og'riq (odatda jismoniy zo'rqiqlash yoki stress paytida).

Miokard infarkti: Yurak mushagining bir qismi qon yetishmasligi tufayli nobud bo'lishi (o'tkir holat).

Surunkali ishemik kasallik: Yurakning doimiy ravishda yetarlicha qon ololmasligi.

Belgilari:

- Ko'krak qafasidagi og'riq yoki noqulaylik (bosim, siqilish hissi).
- Nafas qisilishi.
- Charchoq, zaiflik.
- Qo'l, bo'yin, jag' yoki orqa qismga tarqaladigan og'riq.
- Ba'zida terlash, ko'ngil aynishi yoki bosh aylanishi.

Diagnostika:

- EKG (elektrokardiogramma): Yurak faoliyatini tekshirish.
- Echokardiografiya: Yurak mushaklari va klapanlar holatini ko'rish.
- Koronar angiografiya: Arteriyalarning holatini aniqlash.
- Stress-test: Jismoniy yuklama ostida yurak faoliyatini baholash.
- Qon tahlillari (masalan, troponin darajasini tekshirish).

Davolash:

Dori-darmonlar:

- Nitratlar (masalan, nitrogitserin) — qon tomirlarini kengaytirish uchun.
- Beta-blokerlar — yurak urishini sekinlashtirish uchun.
- Statinlar — xolesterin darajasini pasaytirish uchun.



- Antitrombotsitar dorilar (aspirin, klopidoqrel) — qon ivishini oldini olish uchun.

Jarrohlik usullari:

- Stent qo'yish: Toraygan arteriyani kengaytirish.
- Shuntlash: Qon oqimi uchun yangi yo'l yaratish.

Hayot tarzini o'zgartirish:

- Sog'lom ovqatlanish (kam yog'li, ko'proq sabzavot va meva).
- Jismoniy faollik.
- Chekishni tashlash.
- Stressni boshqarish.

Oldini olish:

- Qon bosimi va qand darajasini nazorat qilish.
- Doimiy jismoniy faollik bilan shug'ullanish.
- Sog'lom vaznni saqlash.
- Chekish va spirtli ichimliklardan voz kechish.

Agar sizda YIK belgilari sezilsa, darhol shifokorga murojaat qilish muhim, chunki o'z vaqtida aniqlanmagan yoki davolanmagan holatlar jiddiy asoratlarga olib kelishi mumkin.

Olingan natijalar boshqa xalqaro tadqiqotlar bilan muvofiqlikda. Jumladan, Amerika Kardiologiya Assotsiatsiyasi tomonidan e'lon qilingan protokollarda ham asosiy davolash choralariga ahamiyat qaratilgan. Ammo bizning mintaqamizda aholi orasida kasallikdan xabardorlik past bo'lib, bu kasallikni erta aniqlashga to'sqinlik qiladi. Shuningdek, turmush tarzidagi yomon odatlar, oziq-ovqat ratsionining beqarorligi va stress darajasining yuqoriligi YIKni kuchaytiruvchi omillardandir. Mahalliy sog'liqni saqlash tizimi profilaktik choralarga ko'proq e'tibor qaratishi zarur.

Xulosa

Yurak ishemik kasalliklari jiddiy tibbiy, ijtimoiy va iqtisodiy muammolardan biridir. Uning oldini olish uchun keng qamrovli profilaktika ishlari, aholi orasida



sogʻlom turmush tarzini targʻib qilish, xavf omillarini nazorat qilish va zamonaviy diagnostika vositalaridan foydalanish zarur. Quyidagi takliflar ilgari suriladi:

Aholi orasida sogʻliqni saqlash boʻyicha maʼrifiy tadbirlarni koʻpaytirish.

Tibbiy muassasalarda zamonaviy diagnostika vositalarini keng joriy etish.

Sogʻlom ovqatlanish, jismoniy faollik va stressni kamaytirishga qaratilgan dasturlarni yoʻlga qoʻyish.

Xavf guruhidagi shaxslarni erta skrining va monitoring qilish tizimini takomillashtirish.

ADABIYOTLAR.

1. Галяутдинов Г.С. Особенности системы гемостаза у больных СРК // Казанский медицинский журнал. - 2012. - Т. 93, № 1. - С.3 - 6.
2. Герасимов А.А. Применение ацетилсалициловой кислоты при атеротромбозах // Врачской помощи. -2013. -№ 6. -С. 26-38.
3. Кузнецов М.Р. Сравнительная оценка антиагрегантной эффективности ацетилсалициловой кислоты и клопидогреля при периферическом атеросклерозе // Ангиология и сосудистая хирургия.-2014.- Т. 20. № 1.С. 8-14.
4. Ольховский И.А., Столяр М.А. О критериях аспиринорезистентности при импедансометрии агрегации тромбоцитов // Кардиология и ревматология. - 2013. -№1. - С. 12-14.
5. Рекомендации по лечению стабильной ишемической болезни сердца. ESC2013. // Российский кардиологический журнал. - 2014. - 7 (111). - С. 7-79.
6. European Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice (version2012)//European Heart Journal. - 2012. -Vol. 33. - R.1635-1701
7. Селиверстова Д.В., Евсина О.В. Ацетилсалициловая кислота в первичной профилактике сердечно-сосудистых заболеваний // Сердце: журнал для практикующих врачей. - 2014. -Т.13, № 5 (79). - С. 298-302