

**YO‘G‘ON ICHAK RAKI: EPIDEMIOLOGIYASI, SABABLARI,
DIAGNOSTIKASI VA DAVOLASH USULLARI**

Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

**NORBOYEVA SHAHLO SHUXRATOVNA
XOMEDOV MANSUR YAXYAYEVICH**

Annotatsiya . *Ushbu maqolada yo‘g‘on ichak rakining epidemiologiyasi, sabablari, klinik belgilar va diagnostika usullari hamda davolash imkoniyatlari keng yoritilgan. Jahon va O‘zbekiston bo‘yicha kasallik statistikasi keltirilgan. Kasallikning oldini olish va profilaktika choralari muhimligi ta’kidlangan. Zamonaviy tibbiyotda qo‘llanilayotgan terapiya usullari va ularning samaradorligi ko‘rib chiqilgan.*

Abstract. *This article reviews the epidemiology, causes, clinical features, diagnostic methods, and treatment options for colorectal cancer. Global and Uzbekistan-specific statistics are presented. The importance of prevention and screening is emphasized. Current therapeutic approaches and their effectiveness in modern medicine are discussed.*

Kalit so‘zlar: *yo‘g‘on ichak raki, kolorektal rak, epidemiologiya, diagnostika, davolash, profilaktika, onkologiya, kolonoskopiya.*

Keywords: *colorectal cancer, epidemiology, diagnosis, treatment, prevention, oncology, colonoscopy.*

Kirish. Yo‘g‘on ichak raki (kolorektal rak) — bu yo‘g‘on ichak va to‘g‘ri ichakning malign o‘smasi bo‘lib, dunyo bo‘yicha onkologik kasalliklar orasida uchinchi o‘rinda turadi. Uning o‘limga olib kelish ko‘rsatkichi yuqori bo‘lib, homiladorlikdagi holatlarda ham e’tiborga molik hisoblanadi. Bu kasallikning oldini olish, erta aniqlash va samarali davolashda epidemiologiya, patogenez, diagnostika va davolash usullarini yaxshi bilish muhim.



Ushbu maqolada yo'g'on ichak raki epidemiologiyasi, sabablar, diagnostikasi, davolash usullari va profilaktikasi haqida so'nggi ma'lumotlar keltiriladi.

Epidemiologiya va statistik ma'lumotlar. Kolorektal rak dunyoda eng ko'p uchraydigan saraton turlaridan biri hisoblanadi. 2020-yilga kelib Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, bu kasallik global darajada yangi holatlar soni bo'yicha 3-o'rinda, o'lim ko'rsatkichlari bo'yicha esa 2-o'rinda turadi.

Jahon miqyosidagi statistik ko'rsatkichlar

- Yangi aniqlangan holatlar: taxminan 1,9 million
- Yillik o'lim: 935,000 dan oshiq
- Erkaklar orasida kasallik tarqalishi biroz ko'proq (1,1 million), ayollarda esa 850,000 dan ortiq

O'zbekiston va Markaziy Osiyo statistikasi

O'zbekiston sog'liqni saqlash vazirligi ma'lumotlariga ko'ra, yo'g'on ichak raki o'z mamlakatida saraton o'limining yuqori qismida turadi. 2019-yilda yangi aniqlangan holatlar soni taxminan 3,500 bo'lib, o'lim darajasi ham sezilarli. Markaziy Osiyo mamlakatlarida ham ushbu kasallikning o'sish tendensiyasi kuzatilmoqda.

Kasallikning sabablari va xavf omillari

Yo'g'on ichak rakining asosiy sabablarini quyidagilar tashkil etadi:

- **Oziqlanish omillari:** yog'li, kam tolali, qayta ishlangan go'sht mahsulotlariga boy parhez
- **Genetik moyillik:** oila a'zolarida saraton kasalligining mavjudligi, irsiy polipoz kabi kasalliklar
- **Surunkali yallig'lanishli ichak kasalliklari:** yallig'lanishli ichak kasalliklari (ulserativ kolit, Crohn kasalligi) rak xavfini oshiradi
- **Yoshi:** asosan 50 yoshdan keyin ko'proq uchraydi
- **Hayot tarzi:** kam jismoniy faollik, ortiqcha vazn, tamaki va spirtli ichimliklar



- **Poliplar va boshqa oldingi kasalliklar**

Patogenez va rivojlanish mexanizmi

Yo'g'on ichak raki o'zgargan hujayralarning o'sishi natijasida yuzaga keladi. Bu jarayonda hujayralarning genetik o'zgarishi, mutatsiyalar (masalan, APC, KRAS, TP53 genlari), yallig'lanish va immun tizimi buzilishi muhim o'rin tutadi.

Odatda, rak oldi poliplardan rivojlanadi va asta-sekin to'qimalarni bosib oladi, so'ngra limfa va qon orqali metastaz qiladi.

Klinika va diagnostika. Belgilar.

Kasallikning dastlabki bosqichlarida ko'pincha simptomlar kam yoki umuman bo'lmazligi mumkin. Keyinchalik quyidagi belgilar paydo bo'ladi:

- Qonli najas yoki rektal qonash
- Ovqat hazm qilish buzilishlari (ich qotishi, diareya)
- Qorin sohasida og'riq, shishish
- Og'riq va qusish
- Ortiqcha charchoq va vazn yo'qotish

Diagnostika usullari

- **Kolonoskopiya:** asosiy va eng samarali diagnostika usuli bo'lib, polip va o'smani to'g'ridan-to'g'ri ko'rish imkonini beradi.

- **Biopsiya:** o'sma to'qimasining histologik tahlili
- **Toshqari rentgenologik usullar:** irigoskopiya
- **Laborator tekshiruvlar:** qon analizlari, onkomarkerlari (CEA)
- **Tasviriy diagnostika:** kompyuter tomografiya (KT), magnit-rezonans tomografiya (MRT)

Davolash usullari. Yo'g'on ichak rakini davolash jarayoni kasallik bosqichi, o'smaning joylashuvi va umumiy holatga qarab belgilanadi.

Jarrohlik. O'smani olib tashlash uchun qilinadi. Erta bosqichlarda ko'pincha kolorektal rezektsiya amalga oshiriladi.

Kimyoterapiya. Jarrohlikdan keyin yoki ilg'or bosqichlarda qo'llanadi. Odatda 5-fluorourasil, oksaliplatin va irinotekan kabi preparatlar ishlatiladi.



Radioterapiya. Asosan to'g'ri ichak raki uchun qo'llaniladi, jarrohlikdan oldin yoki keyin.

Yangi terapiya usullari . Immunoterapiya, molekulyar dori vositalari (targeted therapy) so'nggi yillarda ko'proq qo'llanilmoqda.

Oldini olish va profilaktika

- Sog'lom ovqatlanish: ko'proq sabzavot, meva, tolaga boy mahsulotlar
- Jismoniy faollikni oshirish
- Tamaki va alkogolni cheklash
- Ortiqcha vazndan qochish
- Doimiy tibbiy ko'rik va kolonoskopiya, ayniqsa 50 yoshdan keyin yoki oila tarixida mavjud bo'lsa

Xulosa

Yo'g'on ichak raki global tibbiyot uchun katta muammo hisoblanadi. Kasallik erta bosqichda aniqlansa, davolash samaradorligi yuqori bo'ladi. Shu bois, xavf guruhidagi odamlar muntazam tekshiruvlardan o'tishi zarur. Zamonaviy diagnostika va davolash usullari kasallikni nazorat qilish imkonini beradi. Sog'lom hayot tarzi va profilaktik choralar esa kolorektal rakning oldini olishda asosiy rol o'ynaydi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Bray F, Ferlay J, Soerjomataram I, Siegel RL, Torre LA, Jemal A. Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA Cancer J Clin.* 2018;68(6):394-424.
2. Siegel RL, Miller KD, Jemal A. Cancer statistics, 2020. *CA Cancer J Clin.* 2020;70(1):7-30.
3. World Health Organization. Colorectal cancer. 2020. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cancer>
4. O'zbekiston Sog'liqni saqlash vazirligi statistik ma'lumotlari, 2019.
5. Dekker E, Tanis PJ, Vleugels JLA, Kasi PM, Wallace MB. Colorectal cancer. *Lancet.* 2019;394(10207):1467-1480.



6. Kuipers EJ, Grady WM, Lieberman D, et al. Colorectal cancer. *Nat Rev Dis Primers*. 2015;1:15065.
7. American Cancer Society. Colorectal Cancer Facts & Figures 2020-2022.
8. Arnold M, Sierra MS, Laversanne M, Soerjomataram I, Jemal A, Bray F. Global patterns and trends in colorectal cancer incidence and mortality. *Gut*. 2017;66(4):683-691.