

O`ZBEKISTONDA EKZEMA KASALLIKLARI VA ULARNI OLDINI OLISH

G`affarov Komronbek Ulug`bek o`g`li

Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti

Davolash ishi yo`nalishi 1-bosqich talabasi

Ilmiy rahbar: Qalandarov Qobil

Annotatsiya: Ushbu maqolada ekzema kasalligi, uning turlari, sabablari, belgilari va davolash usullari haqida batafsil ma'lumot beriladi. Ekzema – terining surunkali yallig'lanish kasalligi bo'lib, qichishish, qizarish va toshmalar bilan namoyon bo'ladi. Kasallikning rivojlanish omillari orasida irsiyat, allergik reaksiyalar va immun tizimining zaiflashuvi muhim o'rin tutadi. Shuningdek, maqolada ekzemaning oldini olish va uy sharoitida parvarish qilish bo'yicha tavsiyalar ham bayon etilgan. Ushbu tadqiqot ekzema bilan bog'liq muammolarni tushunishga va samarali davolash usullarini tanlashga yordam beradi.

Kalit so`zlar: ekzema, allergen, stress, irsiyat, tonzilit, gaymorit

Аннотация: В данной статье представлена подробная информация о заболевании экзема, её видах, причинах, симптомах и методах лечения. Экзема – это хроническое воспалительное заболевание кожи, которое проявляется зудом, покраснением и высыпаниями. Среди факторов, способствующих развитию болезни, важную роль играют наследственность, аллергические реакции и ослабление иммунной системы. Кроме того, в статье приведены рекомендации по профилактике экземы и уходу за кожей в домашних условиях. Данное исследование помогает лучше понять проблемы, связанные с экземой, и выбрать эффективные методы её лечения.

Ключевые слова: экзема, аллерген, стресс, ирсият, тонзилит, гайморит

Annotation: This article provides detailed information about eczema, its types, causes, symptoms, and treatment methods. Eczema is a chronic inflammatory skin disease characterized by itching, redness, and rashes. The development of this condition is influenced by factors such as genetics, allergic reactions, and a weakened immune system. Additionally, the article presents recommendations on eczema prevention and home care. This study helps to better understand eczema-related issues and choose effective treatment methods.

Key words: eczema, allergen, stress, irritant, tonsillitis, sinusitis

Kirish: So'nggi yillarda ekzema bilan kasallanish holatlari ortib borayotgani sababli, uning sabablari va davolash usullarini o'rganish dolzarb masalaga aylangan. Kasallikning o'tkir va surunkali shakllari bo'lib, har bir holatda alohida yondashuv talab etiladi. Ushbu maqolada ekzemaning turlari, rivojlanish sabablari, belgilari va davolash usullari haqida batafsil ma'lumot beriladi. Shuningdek, kasallikning oldini olish hamda uni uy sharoitida nazorat qilish bo'yicha foydali tavsiyalar keltirilad

Muhokama: Ekzema – murakkab va ko'p omilli kasallik bo'lib, uning rivojlanishida genetik moyillik, atrof-muhit ta'sirlari va immun tizimining holati muhim rol o'ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ekzemaning kelib chiqish sabablari har bir bemorda individual bo'lib, ba'zi holatlarda allergenlar, stress yoki noto'g'ri parhez kasallikning avj olishiga sabab bo'lishi mumkin.

Tadqiqot natijalari: Olib borilgan tadqiqotlar natijalari shuni ko'rsatadiki, ekzema kasalligini keltirib chiqaruvchi asosiy omillar orasida irsiyat, allergik reaksiyalar va atrof-muhit ta'sirlari muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot ishtirokchilari orasida kasallikning oilaviy tarixga ega bo'lgan bemorlarda uchrashi yuqori ekanligi aniqlandi. Shuningdek, oziq-ovqat allergenlari, chang, kimyoviy moddalar va stress omillari ekzemaning zo'rayishiga sabab bo'lishi kuzatildi.

Ekzema (yun. — pufakcha, toshma), go'sht — terining allergik kasalligi (qarang Allergiya). Nerv va endokrin sistema faoliyatining buzilishi, organizmda surunkali infeksiya manbai bo'lishi (tonzillit, gaymorit va boshqalar), shuningdek, me'da-ichak kasalliklari oqibatida organizm sezuvchanligining ortishi va boshqalar Ekzemaga sabab bo'ladi. Ekzema o'tkir boshlanib, keyin surunkali tus olishi va qaytalashi mumkin. Ekzemaning oddiy (vulgar), surunkali, kontaktli, mikrobl va hokazo

shakllari bor. Oddiy Ekzema o'tkir kechganda kasallik to'satdan boshlanadi. Dastlab teri qichishadi, qizarib, bir oz shishadi va unda tariqdek tugunchalar, po'sti yupqa pufakchalar paydo bo'ladi. Bemor qashinganda pufakchalar tez yorilib, ulardan tiniq suyuqlik chiqadi. Toshmalar suvlanishi natijasida yangi pufakchalar hosil bo'laveradi (nam ekzema). Keyin suvlanish kamayadi, toshmalar usti qotib, 3—5 kundan keyin tushadi. Toshmalar o'rni uzoq vaqt qipiqalanib, po'st tashlab turadi. ekzemada ba'zan zararlangan teri suvchirab, atrofida mayda tugunchalar, pufakchalar hamda qipiqalanadigan tangachalar vujudga keladi. Yallig'langan joyga infeksiya tushsa, yiringlaydi. Surunkali ekzemada zararlangan teri asta-sekin qalinlashib ko'karadi, po'st tashlaydi, qipiqalanadi. Ko'pincha (o'tkir ekzema dagidan kamroq) mayda tuguncha va toshmalar ham kuzatiladi. Toshma aksari yuzda, qo'l, oyoq barmoqlarida, bo'yin va tanosil a'zolarida uchraydi. Bu xil ekzema qo'zib, o'tkir ekzemaga aylanishi, toshma butun tanaga tarqalishi ham mumkin. Kontaktli ekzema aksariyat terining turli omillarga ta'sirchanligidan kelib chiqadi, barmoklar, bilak va yuz terisida uchraydi, dastlab toshma toshib, teri shishadi va suvsizlanadi.

Ekzemaning ham turli ko'rinishlari xalqimiz orasida uchrab turadi.

Yechim va tavsiyalar: Ko'pincha Ekzema bilan og'rigan bemor va uning otalarida ayrim ovqat mahsulotlari: baliq, tuxum, sitrus mevalar, shuningdek, uy changi, gul hidi, kir yuvish poroshogi, biror doriga nisbatan o'ta sezuvchanlik aniqlanadi; bu xildagi omillar kasallik paydo bo'lishi yoki uning botbot qo'zib turishiga

sabab bo'ladi. Noto'g'ri ovqatlanish, asabiylashish, ruhiy iztirob va boshqalar noxush omillar ta'sirida kasallik zo'rayishi va sog' teriga tarqalib ketishi mumkin. Ekzemani vrach davolaydi. Sut, o'simlik mahsulotlaridan tayyorlangan parhez taomlar tavsiya etiladi; sho'r, achchiq, dudlangan ovqatlar va spirtli ichimliklarni cheklash, shuningdek, uglevodlarni imkoni boricha kam iste'mol qilish lozim. Ekzema bo'lgan bemor vaqtincha kasallangan joyiga suv, sovun tekkizmasligi kerak. Ekzemasi bor kishilar vaqtida uxlab, vaqtida dam olishi, ko'proq sayr qilib organizmni chiniqtirishi va to'g'ri ovqatlanishi zarurdir. Ekzemaning oldini olishda ovqatlanish rejimiga rioya qilish; Ekzema paydo bo'lishiga olib keladigan omillarni bartaraf etish, ichki kasalliklar bo'lsa, vaqtida davolatish ayniqsa muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlari.
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi hisobotlari.
3. O'zbekiston milliy ensiklopediyasi (2000-2005)
4. Ekzemaga oid tatqiqot ma'lumotlar natijalari