

АЁЛЛАРДА УЧРАЙДИГАН УРОЛОГИК КАСАЛЛИКЛАР

Сурхондарё вилояти соғлиқни сақлаш
бошқармасининг бошлиғи, тиббиёт фанлари
номзоди олий тоифали уролог
ва олий тоифали соғлиқни сақлаш ходими

Комил Муртазович Абдивоҳидов

Ўрта тиббиёт ва фармасевтика ходимлар
малакасини ошириш маркази Термиз филиали директори

Соғлиқни сақлаш аълочиси: Мустақил изланувчи

Сафаров Зокир Аманович

Аёлларда учрайдиган урологик касалликлар кўп учрайди ва улар турли сабабларга кўра келиб чиқади — инфекция, гормонал ўзгаришлар, жисмоний таъсирлар ёки туғма нуқсонлар. Қуйида аёлларда кенг тарқалган урологик касалликлар рўйхати:

1. Цистит (пешоб кесиги яллиғланиши)

Сабаби: Бактериялар (кўпинча *E. coli*).

Белгилари: Тез-тез ва оғриқли пешоб қилиш, қорин пастида оғриқ, пешобда қон.

2. Пиелонефрит (бўйрак яллиғланиши)

Сабаби: Цистит асорати сифатида, юқорига тарқалган инфекция.

Белгилари: Белда оғриқ, иситма, титроқ, кўп чарчоқ, кўнгил айниши.

3. Уретрит (пешоб йўли яллиғланиши)

Сабаби: Бактериялар ёки жинсий йўл билан юқадиган инфекциялар.

Белгилари: Пешоб пайтида оғриқ, қичишиш, чиқинди (ифлослик).

4. Пешоб тутиб тура олмаслик (инконтиненция)

Сабаби: Туғруқдан кейин, гормонал ўзгаришлар, қариёлик.

Тури: Стресс инконтиненция (килади-кетади қаршиликсиз),

Императив инконтиненция (қисилиш билан),

Аралаш турда.

Муолажа: Физиотерапия, дори воситалари, баъзан жарроҳлик.

5. Уролитиаз (тошлар ҳосил бўлиши)

Сабаби: Сув етишмаслиги, модда алмашинуви бузилиши.

Белгилари: Белда қаттиқ оғриқ, қонли пешоб, кўнгил айланиши.

6. Интерстициал цистит (ҳақиқий цистит эмас, лекин шунга ўхшаш белгилар)

Сабаби: Аниқ эмас, автоиммун касалликка боғлиқ бўлиши мумкин.

Белгилари: Доимий қорин пасти оғриғи, тез-тез пешоб.

7. Жинсий йўл билан юқадиган инфекциялар (ЗППП) билан боғлиқ урологик муаммолар Хламидиоз, гонорея, трихомониаз каби касалликлар уретра ва бошқа пешоб тизими аъзоларига таъсир қилиши мумкин.

Эрта ташхис ва тўғри муолажа хасталикни тез ва самарали даволаш имконини беради.

Касалликни келтириб чиқарувчи сабаблар ва уларни олдини олиш.

Аёлларда учрайдиган урологик касалликларнинг келиб чиқишига турли омиллар сабаб бўлади. Бу омилларни яхши тушуниб олиш ва уларни бартараф этиш орқали ушбу касалликларнинг олдини олиш мумкин. Қуйида урологик касалликларнинг асосий сабаблари ва олдини олиш бўйича тавсиялар.

Келиб чиқиш сабаблари:

+ Инфекциялар (бактериал, вирусли, занжир инфекциялари)

Пешоб йўлига тушган бактериялар (асосан *E. coli*) инфекция қўзғатади.

Жинсий йўл билан юқадиган касалликлар ҳам уретрага таъсир қилиши мумкин.

+ Гигиенага риоя қилмаслик

Нотўғри тозаланиш (айниқса орқадан олдинга томон артиш).

Ифлос ҳимоя воситаларини ишлатиш (тампон, прокладка).

+ Иммунитетнинг сусайиши

Ҳомиладорлик, стресс, кам ухлаш, тўйинмас озуқа — иммунитетни пасайтиради.

+ Гормонал ўзгаришлар

Климакс (айниқса эстроген даражасининг тушиши).

Туғруқдан кейинги ҳолатлар.

+ Суюқлик етишмаслиги

Кам сув ичиш — пешобдаги бактерияларни чиқаришни қийинлаштиради.

+ Пешобни ушлаб туриш одати

Пешобни узок вақт ушлаб туриш инфекцияга шароит яратади.

+ Синтетик ёпишган кийимлар

Ҳаво айланишини чеклайди, бактериялар кўпайишига ёрдам беради.

✓ **Олдини олиш бўйича тавсиялар:**

✓ Шахсий гигиенага қатъий амал қилинг

Пешобдан кейин орқадан олдинга эмас, олдиндан орқага тозалаш.

Ҳар куни душ қабул қилиш, айниқса ҳайз пайтида.

✓ Етарли миқдорда сув ичинг

Кунлик камида 1.5–2 литр сув — организмни тозалашга ёрдам беради.

✓ Жинсий гигиенага эътибор беринг

Жинсий алоқадан кейин пешоб қилиш — инфекция хавфини камайтиради.

Ҳимоя воситаларини (презерватив) ишлатиш.

✓ Синтетик эмас, пахтадан тикилган ички кийим кийинг

Ҳар куни алмаштиришни унутманг.

✓ Пешобни узоқ ушлаб турманг

Ҳар эҳтиёж туғилганда вақтида ҳожатхонага бориш керак.

✓ Иммуниетни кучайтиринг

Мевалар, сабзавотлар, витаминлар, соғлом уйқу ва жисмоний фаоллик.

Урологик касалликларда ҳамширалик парвариши нималардан иборат.

Урологик касалликларда ҳамширалик парвариши (сестринский уход) беморни тўғри кузатиш, оғриқни енгиллаштириш, санитария-гигиенага риоя қилиш, дориларни вақтида ва тўғри бериш ҳамда психологик қўллаб-

қувватлашни ўз ичига олади. Бу парвариш касаллик турига қараб ўзгариши мумкин.

Урологик касалликларда ҳамширалик парваришининг асосий вазифалари:

- Беморнинг аҳволини баҳолаш

Пешоб чиқаришдаги муаммолар, оғриқ, иситма, белда оғриқ, пешоб ранги, ҳиди, миқдорига эътибор.

Артериал босим, ҳарорат, набз, суюқлик баланси мониторинги.

1. Гигиена ва тозалikka риоя қилдириш

Беморнинг ички кийимлари ва танасини тоза сақлаш.

Пешоб қилинган сачоклар, катетер, кувшинга гигиеник қараш.

Ҳар куни ювиниш ва жинсий аъзоларни тозалаш.

- Пешоб чиқаришни кузатиш

Пешобда қон, ифлослик, ўзига хос ҳид бор-йўқлиги.

Пешоб чиқиш частотаси ва миқдорини қайд этиш.

Пешобни лаборатория таҳлиллари учун тўғри йиғиш.

- Катетер билан ишлаш (агар керак бўлса)

Катетерни тоза ва стерил сақлаш.

Оқимни эркинлигини текшириш, тикилиб қолмаслигини таъминлаш.

Инфекцияни олдини олиш учун антисептик қоидаларга қатъий амал қилиш.

- Дори-дармонларни бериш

Шифокор кўрсатмасига асосан антибиотиклар, спазмолитиклар, оғрик қолдирувчиларни бериш.

Дори қабулидан кейин таъсирини кузатиш ва нохуш таъсирлар ҳақида шифокорга хабар бериш.

- Овқатланиш ва суюқлик қабулини назорат қилиш

Кўпроқ сув ичишга рағбатлантириш (агар қарши кўрсатма бўлмаса).

Тузли, ёғли, ҳаддан ташқари аччиқ таомлардан чеклаш.

Тўғри парҳез тузишда ёрдам бериш.

- Психологик қўллаб-қувватлаш

Беморга тушунтириш, таскин бериш, муомалада мулойимлик.

Ҳайфлаш ёки таҳқирлаш йўқ — ҳар қандай бемор ҳурматга лойиқ.

- Ўқитиш ва профилактика

Беморга тозалик, катетер билан яшаш, тўғри сув ичиш, дори қабул қилиш тартибини ўргатиш.

Қайта касалликдан сақланиш учун тавсиялар бериш.

Қисқача мисол (циститда ҳамширалик парвариши):

Пешобни ҳар 2-3 соатда қилдиришга ундаш.

Катетерсиз ҳолда тоза шароитда ҳожатга юбориш.

Антибиотикни вақтида бериш.

Қорин пастига иссиқ термопакет (агар рухсат этилган бўлса).

Кунлик 2 литр сув ичишга рағбатлантириш.

Беморда стрессни камайтириш учун ёрдамчи мулоқот.

Урологик касалликларни олдини олишда патронаж ҳамширасининг вазифалари.

Урологик касалликларни олдини олишда патронаж ҳамшираси жуда муҳим роль ўйнайди. У нафақат беморларни кузатади, балки аҳоли орасида профилактик тадбирлар, соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш ва эрта ташхис учун иш олиб боради.

Патронаж ҳамшираси вазифалари:

1. Аҳолини тиббий кузатиш ва рўйхатга олиш

Урологик хасталиклар билан хасталанаётган, хавф гуруҳидаги шахсларни аниқлаш (карилар, сурункали касаллиги борлар, ҳомиладор аёллар ва ҳ.к.).

Доимий назоратга муҳтож шахсларни уйма-уй аниқлаб, кузатувга олиш.

2. Профилактик суҳбатлар ва маълумот бериш

Цистит, пиелонефрит, тошлар, пешоб ушлаб тура олмаслик каби касалликлар ҳақида маълумот бериш.

Гигиена, тўғри овқатланиш ва сув ичиш режимини тушунтириш.

3. Соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш

Аёллар ва ёш қизларга шахсий гигиена қоидаларини ўргатиш.

Жисмоний фаоллик, ортиқча вазни назорат қилиш, зарарли одатлардан воз кечиш (масалан, ичимликлар, тамаки).

4. Тезкор ёрдам ва маслаҳат бериш

Беморда урологик симптомлар кузатилса, шифокорга мурожаат қилишини таъминлаш.

Ўз вақтида даволаниш учун йўлланма бериш.

5. Катетер, зонд ва бошқа тиббий воситалар билан яшовчи беморларга ёрдам

Уй шароитида парвариш қилиш, гигиеник чораларни ўргатиш.

6. Тиббий кўриклар ташкил этиш ва ёрдам бериш

Скрининглар, УЗИ текширувлари учун чакирувлар, ташкилий ёрдам.

Уролог ёки терапевт билан ҳамкорликда текширув ташкил қилиш.

7. Жисмоний чекланган беморларга патронаж хизмати кўрсатиш

Белда оғриғи бор, пешобни мустақил чиқара олмайдиган беморларга хизмат кўрсатиш.

Аҳоли орасида амалга оширадиган ишлар:

Йўналиш Аниқ иш

Маълумот бериш Урологик касалликлар, сабаблари ва олдини олиш ҳақида суҳбатлар ўтказиш

Аёллар ва қизлар билан ишлаш Гигиена, ҳайз даврида тозалик, жинсий таълимни ўргатиш

Уйма-уй ташрифлар Ҳавф гуруҳидагиларни аниқлаш, гигиенага риоя қилинишини текшириш

Скрининг ва ташрифлар ташкиллаш Урологик касалликларга қарши текширувлар (УЗИ, таҳлиллар)

Дори воситалари ва парвариш тавсияси Тўғри дори қабул қилиш, парҳез, пешоб йўли тозалиги

Шифокорга йўналтириш Касаллик белгилари борларни тезкор равишда поликлиникага йўналтириш