

TAYANCH-HARAKAT TIZIMI KASALLIKLARI

Siyob Abu Ali ibn Sino

nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

MUSTAFAYEVA ZILOLA ULMASAVNA

Annotatsiya : Tayanch-harakat tizimi kasalliklari mushaklar, suyaklar, bo'g'inlar, tendonlar, ligamentlar, xaftaga va orqa miya disklariga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan kasalliklar guruhidir. Mushak-skelet tizimining kasalliklari og'riq, harakatchanlikni yo'qotish, shishish va qattiqlikka olib kelishi mumkin. Ushbu maqolada tayanch-harakat tizimi kasalliklarining har xil turlari va ularning potentsial belgilari, sabablari, davolash va oldini olish usullari muhokama qilinadi.

Abstract: Musculoskeletal disorders are a group of disorders that can affect the muscles, bones, joints, tendons, ligaments, cartilage, and spinal discs. Musculoskeletal disorders can cause pain, loss of mobility, swelling, and stiffness. This article discusses the different types of musculoskeletal disorders and their potential symptoms, causes, treatments, and prevention.

Аннотация: Нарушения опорно-двигательного аппарата — это группа расстройств, которые могут поражать мышцы, кости, суставы, сухожилия, связки, хрящи и межпозвоночные диски. Нарушения опорно-двигательного аппарата могут вызывать боль, потерю подвижности, отек и скованность. В этой статье рассматриваются различные типы нарушений опорно-двигательного аппарата и их потенциальные симптомы, причины, методы лечения и профилактики.

Kirish. Tayanch-harakat tizimi kasalliklari bo'g'implarga, mushaklarga va suyaklarga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan kasalliklar guruhidir. 150 dan ortiq tayanch-harakat tizimi kasalliklari mavjud, ular orasida bel og'rig'i, artrit, osteoporoz va tendonit kabi holatlar mavjud. Tayanch-harakat tizimi kasalliklarining belgilari og'riq va harakatchanlikni yo'qotishni o'z ichiga olishi mumkin. Muolajalar og'riq qoldiruvchi

vositalarni, fizika terapiyasini va bo'g'implarni almashtirish operatsiyasini o'z ichiga olishi mumkin.

Asosiy qism. Tayanch-harakat tizimi kasalliklari haqida ko'proq ma'lumot olish uchun odam shifokor bilan gaplashishi kerak. Sog'liqni saqlash mutaxassisi odamning alomatlarining asosiy sababini aniqlashi va tegishli davolanishni tavsiya qilishi mumkin.

Artrit - Biz qarigan sari bizning bo'g'inlar to'qimalarimiz eskirish va yirtish uchun kamroq chidamli bo'lib, shish, og'riq va ko'pincha bo'g'implarning harakatchanligini yo'qotish kabi degeneratsiyani boshlaydi. O'zgarishlar ikkala qo'shma yumshoq to'qimalarda va qarama-qarshi suyaklarda sodir bo'ladi, bu holat osteoartrit deb ataladi. Kasallikning yanada jiddiy shakli revmatoid artrit deb ataladi. Ikkinchisi otoimmün kasallik bo'lib, unda tana surunkali yallig'lanishni keltirib chiqaradigan bo'g'im to'qimalariga qarshi antikorlarni ishlab chiqaradi, natijada og'riyotgan og'riqlar, og'riqlar va harakatsizlik paydo bo'ladi.

Osteoporoz - "g'ovak suyak". Keksalarning, ayniqsa, ayollarning azobi. Suyakning qattiq, toshga o'xshash sifati kaltsiyga bog'liq. Suyaklardan juda ko'p kaltsiy eritilsa yoki etarli darajada almashtirilmasa, suyaklar zichligini yo'qotadi va osonlikcha sinadi. Estrogen, ayol jinsiy gormoni, suyaklardagi kaltsiy miqdorini to'g'ri saqlashga yordam beradi. Tuxumdonlar gormon ishlab chiqarishni to'xtatgandan so'ng, ayollarda osteoporoz rivojlanish xavfi yuqori bo'ladi. Orqa miya suyak umurtqalarining yiqilishi bo'yining yo'qolishiga va egilish holatiga olib keladi. Kestirib, sinish keng tarqalgan hodisa.

Osteomalaziya - "Yumshoq suyaklar". Agar erta bolalik davrida kaltsiy etarli darajada to'planmasa, suyaklar tosh kabi qattiq emas, balki kauchuk bo'lib qoladi. Ratsiondagi etarli kaltsiy va D vitamini, birinchi navbatda, normal quyosh nuri ta'siridan yoki qo'shimchalardan kelib chiqqan holda, suyaklarning normal rivojlanishi uchun zarurdir. Sutga vitamin qo'shilishidan oldin, bolalardagi osteomalaziyaning boshqa nomi "raxit" keng tarqalgan bo'lib, bu kasal bolaning klassik egilgan oyoqlariga olib keladi.

Tendonit - tendonning takroriy kuchlanishi, mushakning suyakka biriktirilishi tendonning yallig'lanishiga olib kelishi mumkin, bu esa og'riq va mushak ishtirokidagi harakatni qiyinlashtiradi. Tendonlarda qon ta'minoti yomon; shuning uchun ular odatda olti hafta yoki undan ko'proq vaqt davomida shifo topishlari uchun uzoq vaqt talab etadi.

Rotator manjet yirtig'i - elkama-elka bo'g'imini o'rab turgan muskullar boshqa harakatlar qatorida yuqori qo'l va qo'lni oldinga va orqaga burishda ishtirok etadi. Ushbu mushaklarning tendonlari ham elkama bo'g'imining strukturaviy mustahkamligiga hissa qo'shadi. Tennis va beysboldagi kabi qattiq, tez harakatlar bu tendonlardan birini yirtib tashlashi mumkin, bu esa og'riq va elkaning harakatchanligini pasayishiga olib keladi. Yirtilgan tendonni tiklash uchun jarrohlik kerak bo'lishi mumkin.

Bursit - Bursa - bu suyaklar yaqin aloqada bo'lgan amortizator bo'lib xizmat qiladigan va tendonlar suyaklar va bo'g'inlarni kesib o'tadigan jarohatlar va ishqalanishlarni kamaytirish uchun minimal miqdordagi moylash suyuqligi bo'lgan kichik, yopiq sumka. Yallig'lanish qo'shma sohada og'riq va harakatsizlikka olib keladi.

Mushak distrofiyasi - irsiy kasalliklar guruhi bo'lib, unda harakatni boshqaradigan mushaklar asta-sekin zaiflashadi. Prefiks, dys-, g'ayritabiiy ma'noni anglatadi. Ildiz, - trophy, normal ovqatlanish, tuzilish va funktsiyani saqlashni anglatadi. Bolalarda eng keng tarqalgan shakl Duchenne mushak distrofiyasi deb ataladi va faqat erkaklarga ta'sir qiladi. Odatda 2 yoshdan 6 yoshgacha bo'lgan davrda paydo bo'ladi va kasallar odatda o'smirlikdan 20 yoshgacha yashaydilar.

Myasthenia gravis - "mushaklarning zaifligi, chuqur". Bu mushaklarning qisqarishini rag'batlantiruvchi nervlarga xalaqit beradigan antikorlarni ishlab chiqarishni o'z ichiga olgan otoimmün kasallik. Yuz va bo'yin mushaklari eng aniq ta'sir qiladi, bu ko'z qovoqlarining tushishi, ikki tomonlama ko'rish, yutish qiyinligi va umumiy charchoq kabi namoyon bo'ladi. Mushaklarning haqiqiy falaji yo'q, lekin funktsiyaning tez charchashi.

Lupus eritematosus - bu otoimmün kasallik bo'lib, unda organizm turli organlarga, ayniqsa teri va bo'g'imlarning biriktiruvchi to'qimalariga qarshi antikorlar ishlab chiqaradi. Yengil lupus burun va yonoqlarda kapalak shaklidagi o'ziga xos toshmalarni o'z ichiga olishi mumkin. Yengil qizil yuguruk mialgiya va artralgiyani ham o'z ichiga olishi mumkin (bu so'zlarni eslaysizmi?) Og'ir yoki tizimli qizil yuguruk (SLE) yurak, o'pka yoki buyrak kabi bir nechta organ tizimlarining yallig'lanishini o'z ichiga oladi. Aytgancha, lupus lotin tilida "bo'ri" degan ma'noni anglatadi. Ehtimol, bemorga bo'riga o'xshash ko'rinishga ega bo'lishi mumkin bo'lgan yuz toshmalariga ishora.

Xulosa. Mushak-harakat tizimining shikastlanishi va sharoitlar juda keng tarqalgan va inson salomatligi va faoliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Jarrohlik - bu holatlarning aksariyati uchun davolash usuli. Biroq, u ba'zi xavf va asoratlarni o'z ichiga oladi va ehtiyotkorlik bilan rejalashtirish, ko'rib chiqish va tayyorgarlikni talab qiladi. Muskul-harakat tizimi bilan bog'liq muammolar insonning harakat qilish va ishlash qobiliyatini cheklashi mumkin. Bu, o'z navbatida, ularning ishlash qobiliyatiga va kundalik faoliyatini sezilarli darajada ta'sir qilishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar :

1. Rotator manjetining shikastlanishi. (2024).
<https://medlineplus.gov/rotatorcuffinjuries.html>
2. Soares CO va boshqalar. (2020). Ish bilan bog'liq tayanch-harakat tizimi kasalliklariga qarshi profilaktika omillari: hikoya sharhi.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7195879/>
3. Yanik EL va boshqalar. (2023). Buyuk Britaniya Biobankida rotator manjet kasalligi jarrohligi bilan bog'liq kasbiy talablar.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10549913/>