

KO'Z QIZARISHINING ASOSIY SABABLARI NIMALARDAN IBORAT

Urganch Abu Ali Ibn Sino nomidagi
jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchizi

Egamberdiyeva Feruza Farxodovna

Annotatsiya: Ushbu maqolada ko'z qizarishining asosiy sabablari atroflicha muhokama qilingan.

Kalit so'zlar: ko'z, og'riq, nur.

Har bir inson o'z hayoti davomida hech bo'lmaganda bir marta ko'z qizarishidan shikoyat qilgan. Darhaqiqat, ko'zlarning qizarishi muhim uchrashuv yoki tadbirga borishdan oldin tashqi ko'rinishni buzishi tufayli noqulaylik yetkazishi mumkin.

Quyida ushbu alomatning sabablari, shuningdek uni davolash va oldini olish imkoniyatlari haqida batafsil.

Ko'z qizarishi sabablari

Ko'zlarning qizarishi odatda skleraning mayda tomirlari kengayishi tufayli yuzaga keladi. Kengaygan qon tomirlari ko'zga qizil rang beradi, ba'zida qizil dog'lar hosil qiladi. Buning sabablari turli xil bo'lishi va ba'zi hollarda uning ortida jiddiy kasalliklar turgan bo'lishi mumkin. Agar o'z vaqtida shifokorga murojaat qilinmasa, turli asoratlarni yuzaga kelishi mumkin. Kattalar va bolalarda ko'z qizarishi sabablari farq qilmaydi.

Ko'zlarning qizarishiga hamrohlik qiladigan alomatlarga quyidagilar kiradi:

Ko'zlarning qichishi;

Ko'zda yot jism mavjudligi hissi;

Ko'zdan ajralmalar ajralishi;

Og'riq;

Yorug'likdan qo'rqish.

Asosiy sabablar

Tashqi qo'zg'atuvchilar. Past harorat, ultrabinafsha nurlari, shamol ko'z qizarishiga olib kelishi mumkin.

Kimyoviy moddalar — yuvinish vositalari (shampun, sovun) va xo'jalik kimyoviy moddalarini o'z ichiga oladi. Bundan tashqari, xlorlangan suvli hovuzlarda cho'milish ham ko'zlarda qizarish paydo bo'lishiga sabab bo'ladi.

Chang va yot jismlar. Ko'zga chang, qum va boshqa yot jismlar kiradigan bo'lsa, uni ishqalash tavsiya etilmaydi, chunki bu infektsiya tushishiga sabab bo'lishi mumkin.

Konditsioner. Konditsioner ishlayotgan xonada uzoq vaqt qolish ham qizarishga olib kelishi mumkin. Gap shundaki, konditsionerlar havoni quritib, «quruq ko'z sindromini» keltirib chiqaradi. Odatda, ko'zning shilliq qavati doimiy ravishda namlanib turishi lozim. «Quruq ko'z sindromi» ko'pincha kompyuterda uzoq vaqt ishlaydigan ofis xodimlarida uchraydi. Bunda qizarishga qo'shimcha ravishda qichishish va ko'zning yoshlanishi ham qayd etiladi.

Allergik reaksiyalar. O'simlik changi, hayvon tuklari, uy changiga allergiya ham ko'zlarning qizarishi va qichishiga olib kelishi mumkin. Bunday holda, bemorda burun oqishi, terining qichishi va boshqa allergiya alomatlari ham kuzatilishi mumkin. Allergiyaning aniq sababini aniqlash va bu omil ta'sirini darhol bartaraf qilish juda muhimdir.

Kontakt linzalari. Kontakt linzalar taqishga ko'pincha qizarish hamrohlik qiladi va bu foydalanishning dastlabki vaqtlarida normal reaksiya sanaladi. Asta-sekin organizm linzalarga o'rganib qoladi va ta'sirlanish kamayadi. Ularni uzoq muddat yechmasdan taqishda ko'zlarda yot jism mavjudligi hissi, qizarish va qichishish paydo bo'lishi mumkin. Bu ularni almashtirish vaqti kelganligidan dalolat beradi.

Chekish ko'z qizarishining yana bir sababidir. Tamaki tutuni tomirlarning torayishini keltirib chiqarishi mumkin, bu esa ko'zning qon ta'minoti buzilishiga olib keladi. Natijada ta'sirlanish paydo bo'lib, bu qizarish va ko'z yoshlanishi bilan namoyon bo'ladi. Bundan tashqari, tamaki tutuni ko'zlarning shilliq qavatini ta'sirlantiradi, tutundagi ba'zi komponentlar esa jiddiy kasalliklarga olib kelishi mumkin.

Noto'g'ri ko'zoynaklar. Ko'z nurini ko'zoynak yordamida tuzatish mutaxassis tomonidan amalga oshirilishi kerak. Noto'g'ri tanlangan ko'zoynak taqqanda qizarish kuzatilishi mumkin.

Alkogolli ichimliklar. Alkogolli ichimliklarni suiste'mol qilish ko'z qizarishining yana bir sababidir. Ma'lumki, alkogolli ichimliklar bilan zaharlanish qon tomirlarining kengayishiga hissa qo'shadi.

Kosmetik vositalar. Past sifatli kosmetika, tush, ko'z soyalari sifatsiz bo'lganda ularga nisbatan allergik reaksiya yuz beradi. Ta'sirlanishning oldini olish uchun ishonchli mahsulotlarni ishlatish va bunday vositalarni oz miqdorda qo'llash tavsiya etiladi.

Ko'zning toliqishi. Uzoq vaqt kitob o'qish, kompyuter ekrani va boshqa elektron qurilmalar qarshisida bo'lish katta zo'riqish hosil qiladi. Shuning uchun bunday hollarda har 30-45 daqiqada tanaffus qilish, ko'zlar uchun maxsus mashqlar bajarish tavsiya etiladi.

Kun tartibiga rioya qilmaslik. Qizarishning eng ko'p uchraydigan sabablaridan biri uyqusizlikdir. Ko'pchiligimiz uyqu vaqtini tejab, boshqa ishlarni bajarishga harakat qilamiz. Natijada, organizm dam olish va tiklanish uchun yetarli vaqtga ega bo'lmaydi, bu ko'zlarga ham ta'sir qiladi.

Jarohatlar. Ko'z jarohatlari turlichi bo'lishi mumkin, ammo ularning hammasi qizarish bilan birga kechadi. Bu yengil zarb, kuyishlar, muzlash bo'lishi mumkin. Agar kislota va ishqorlar kabi kimyoviy moddalar ko'zga kirsam, kimyoviy kuyishlar kuzatiladi.

Yallig'lanishlar — sklerit ko'z sklerasining yallig'lanishi, infektsiya bilan bir qatorda boshqa kasalliklar, masalan, revmatoid artrit, sil kasalligi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Skleritning asosiy namoyon bo'lishi — ko'zlarning qizarishi, yoshlanishi va bemorda yorug'likdan qo'rqish mavjudligidir. Bundan tashqari qizarish to'r parda yaralari, glaukoma, konyuktivit kabi kasalliklarda ham kuzatiladi.