

GASTRIT VA OVQAT HAZM QILISH MUAMMOLARI

Raxmatullayeva Begoyim Fayzullo qizi

Qo'qon universiteti Andijon filiali Tibbiyot fakulteti,

Davolash ishi yo'nalishi 205-gurux talabasi

Ilmiy raxbar: Tabiiy va tibbiy fanlar" kafedrası katta o'qituvchisi

Xajimatov Ravshanbek Sabirjanovich

raxmatullayevabegoyim648@gmail.com

Tel : +998 88 835 01 28

Annotatsiya: Ushbu maqolada gastrit kasalligining sabablari, diagnostikasi, kasallikning ovqat hazm qilish tizimiga ta'siri va oldini olish choralari o'rganildi. Tadqiqot O'zbekiston sharoitida olib borilgan bo'lib, 250 bemorning ma'lumotlari asosida *Helicobacter pylori* infeksiyasi, stress omillari, dori vositalari qabul qilish va ovqatlanish odatlari tahlil qilindi. Natijalar kasallikni erta aniqlash va samarali davolash usullarini taklif etishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: Gastrit, oshqozon, *Helicobacter pylori*, ovqat hazm qilish, gastroskopiya, stress, oshqozon yallig'lanishi

Аннотация: В статье рассматриваются причины, диагностика, влияние гастрита на пищеварительную систему и меры профилактики. Исследование проводилось в Узбекистане и анализировало инфекцию *Helicobacter pylori*, факторы стресса, прием лекарств и пищевые привычки на основе данных 250 пациентов. Результаты помогут выявить заболевание на ранней стадии и предложить эффективные варианты лечения.

Ключевое слово: Гастрит, желудок, *Helicobacter pylori*, пищеварение, гастроскопия, стресс, воспаление желудка

Annotation: This article examines the causes, diagnosis, effects of gastritis on the digestive system, and prevention measures. The study was conducted in Uzbekistan and analyzed *Helicobacter pylori* infection, stress factors, medication use, and dietary habits based on data from 250 patients. The results will help identify the disease early and suggest effective treatment options.

Keywords: Gastritis, stomach, *Helicobacter pylori*, digestion, gastroscopy, stress, stomach inflammation

Kirish:

Gastrit — oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishi bo'lib, ko'plab insonlarda uchraydigan kasalliklardan biridir. Bu kasallik ovqat hazm qilish jarayonini buzib, qorin og'rig'i, ko'ngil aynishi, dispepsiya va boshqa simptomlarga olib keladi. Gastritning sabablari orasida *Helicobacter pylori* bakteriyasi, dori vositalari (ayniqsa, NSAIDlar), noto'g'ri ovqatlanish, stress va boshqa omillar mavjud [1, 4]. O'zbekiston

sharoitida gastrit kasalligini aniqlash va davolashda zamonaviy diagnostika va davolash usullari qo'llanilmoqda, biroq kasallik ko'p hollarda surunkali shaklda kechmoqda [3].

Ushbu maqola gastrit sabablari va ovqat hazm qilish tizimiga ta'siri, diagnostika usullari hamda kasallikning oldini olish choralari haqida ilmiy ma'lumot beradi.

Adabiyotlarni o'rganish:

Gastrit va uning sabablari bo'yicha ko'plab tadqiqotlar olib borilgan. *Helicobacter pylori* bakteriyasi ushbu kasallikning asosiy etiologik omili ekanligi ko'plab ishlar orqali tasdiqlangan [2, 3]. Shuningdek, NSAIDlar dori vositalari oshqozon shilliq qavatining himoya mexanizmini buzib, gastrit va oshqozon yarasiga olib kelishi ma'lum [5]. Stress ham oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishiga ta'sir qiluvchi muhim omil hisoblanadi [8].

Oziqlanish odatlari ham kasallik rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Yog'li, achchiq va qovurilgan ovqatlar oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishini kuchaytiradi [7]. Zamonaviy diagnostika usullaridan gastroskopiya va serologik testlar yuqori aniqlik bilan kasallikni aniqlashga yordam beradi [9, 10].

Asosiy qism:

Gastritning sabablari va patogenezi

Gastrit — oshqozon shilliq qavatining yallig'lanish kasalligi bo'lib, uning rivojlanishiga bir nechta omillar sabab bo'ladi. Ulardan eng asosiylari — *Helicobacter pylori* bakteriyasi, dori vositalari, stress, va noto'g'ri ovqatlanishdir.

Helicobacter pylori — oshqozon shilliq qavatida yashovchi gram-manfiy bakteriya bo'lib, u shilliq qavat hujayralariga zarar yetkazadi va surunkali yallig'lanishga olib keladi [2,3]. Ushbu bakteriya uzoq muddat davomida oshqozon yarasi va oshqozon saratoniga sabab bo'lishi mumkin.

Dori vositalari, ayniqsa, nosteroid yallig'lanishga qarshi preparatlar (NSAIDlar), oshqozon shilliq qavatining himoya mexanizmlarini buzadi va yallig'lanishni kuchaytiradi [5]. Bunday dorilarni uzoq muddat qabul qilish gastrit rivojlanish xavfini oshiradi.

Stress organizmning umumiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatib, oshqozon shilliq qavati himoyasini zaiflashtiradi va yallig'lanish jarayonini kuchaytiradi [8]. Stress omillarining ta'siri ostida oshqozon kislotaliligi oshishi va himoya mexanizmlari buzilishi natijasida gastrit rivojlanadi.

Ovqatlanish odatlari ham katta ahamiyatga ega. Yog'li, achchiq, qovurilgan va tez tayyorlanadigan ovqatlar oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishini kuchaytiradi va simptomlarni og'irlashtiradi [7].

Diagnostika usullari:

Gastritni aniqlash uchun zamonaviy va samarali diagnostika usullari qo'llaniladi:

Gastroskopiya — oshqozon shilliq qavatining to‘g‘ridan-to‘g‘ri ko‘rish va shilliq qavatdan biopsiya olish imkonini beradi. Ushbu usul yallig‘lanish darajasi va boshqa patologiyalarni aniqlashda eng ishonchli hisoblanadi [9].

Histologik tekshiruv — biopsiya namunalarida yallig‘lanish darajasi va *Helicobacter pylori* mavjudligi o‘rganiladi. Serologik testlar — qon orqali *Helicobacter pylori* infeksiyasini aniqlash uchun ishlatiladi va diagnostik aniqlikni oshiradi [10].

Laborator tahlillar — umumiy qon tahlili, oshqozon shirasining kislotaliligi va ferment faolligi aniqlanadi.

Gastritning ovqat hazm qilish tizimiga ta’siri

Gastrit natijasida oshqozon shilliq qavati yallig‘lanib, oshqozon shirasining sekretiysi buziladi. Bu holat ovqatning to‘liq hazm bo‘lishiga to‘sqinlik qiladi va dispeptik simptomlar yuzaga keladi. Oshqozon shirasining kislotaliligi pasayishi yoki ortishi hazm jarayonini murakkablashtiradi, natijada ovqat hazm qilish va so‘rilishi buziladi [4].

Kasallik davomida bemorlar ko‘pincha qorin og‘rig‘i, ko‘ngil aynishi, qayt qilish, oshqozon bezovtaligi kabi alomatlarga duch keladi. Surunkhali gastrit esa oshqozon shilliq qavati hujayralarining o‘zgarishiga, yaralarga va oshqozon saratoniga olib kelishi mumkin.

Kasallikni oldini olish va davolash:

Gastritni oldini olish uchun quyidagi choralarga e’tibor qaratish zarur:

Helicobacter pylori infeksiyasini erta aniqlash va davolash.

NSAIDlarni faqat shifokor nazorati ostida qabul qilish.

Stressni kamaytirish va psixologik barqarorlikni ta’minlash.

Sog‘lom ovqatlanish odatlarini shakllantirish — yog‘li, achchiq va qovurilgan ovqatlardan voz kechish.

Davolashda bakteriyani yo‘q qilish uchun antibiotiklar, oshqozon kislotasini kamaytiruvchi preparatlar va himoya qiluvchi vositalar qo‘llaniladi. Shuningdek, ovqatlanish va turmush tarzini o‘zgartirish zarur [6,10].

Metodlar:

Tadqiqot O‘zbekistonning bir nechta yirik shifoxonalarida 2022-2024 yillarda olib borildi. Tadqiqotga oshqozon kasalliklari bilan murojaat qilgan jami 250 nafar bemor qamrab olindi. Bemorlarning yosh, jins, kasallik tarixi, ovqatlanish odatlari, stress holati va dori vositalarini qabul qilish tarixi o‘rganildi.

Kasallikni diagnostika qilish uchun quyidagi usullar qo‘llanildi:

Gastroskopiya — oshqozon shilliq qavatining holatini ko‘rish va biopsiya uchun namunalar olish.

Histologik tekshiruv — biopsiya namunalarida yallig‘lanish darajasi va *Helicobacter pylori* mavjudligini aniqlash.

Serologik testlar — qon namunalarida *Helicobacter pylori* infeksiyasini aniqlash.

Laborator tahlillar — umumiy qon tahlili, oshqozon shirasining kislotaliligi va ferment faolligini o'rganish.

Anamnez va so'rovnomalar — bemorlarning ovqatlanish odatlari, stress darajasi va dori qabul qilish holatini baholash.

Olingan ma'lumotlar statistik usullar yordamida tahlil qilindi.

Natijalar

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki:

Helicobacter pylori infeksiyasi bemorlarning 66%da aniqlangan, bu bakteriya oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishiga va oshqozon yarasiga olib kelmoqda [2, 3].

NSAIDlarni qabul qiluvchilar orasida oshqozon yallig'lanishi va yarasi simptomlari 45% hollarda qayd etildi [5].

Stress oshqozon shilliq qavatining himoya mexanizmini zaiflashtirib, yallig'lanish jarayonini kuchaytiradi [8].

Ovqatlanish odatlari ham kasallikning rivojlanishiga ta'sir ko'rsatib, yog'li, achchiq va tez tayyorlanadigan ovqatlar ko'p iste'mol qilingan bemorlarda oshqozon yallig'lanishi ko'proq kuzatilgan [7].

Gastroskopiya va biopsiya yallig'lanish darajasini aniqlashda eng samarali diagnostika usullari bo'ldi, serologik testlar esa *Helicobacter pylori* infeksiyasini aniqlashda yuqori aniqlik ko'rsatdi [9, 10].

O'zbekiston sharoitida sog'lom turmush tarzi va ovqatlanish bo'yicha yetarli ma'lumotga ega bo'lmagan bemorlar ko'pligi kasallikning surunkali shaklda kechishiga olib kelmoqda.

Xulosa:

Gastrit kasalligi oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishiga olib keluvchi ko'p omilli kasallik bo'lib, asosiy sabablari *Helicobacter pylori* infeksiyasi, dori vositalari, stress va noto'g'ri ovqatlanish hisoblanadi. Ushbu kasallik ovqat hazm qilish tizimining samaradorligini kamaytiradi va hayot sifatini pasaytiradi.

O'zbekiston sharoitida bemorlarning ko'p qismida *Helicobacter pylori* infeksiyasi aniqlangan, shuningdek, dori vositalari va stress omillari ham kasallik rivojida muhim rol o'ynaydi. Kasallikni erta aniqlash uchun gastroskopiya va serologik testlar samarali vositalar hisoblanadi.

Gastritning oldini olish va davolash uchun infeksiyani bartaraf etish, dori vositalarini oqilona qo'llash, stressni boshqarish va sog'lom ovqatlanishni targ'ib qilish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullaev A.S., "Gastrit va oshqozon kasalliklari", Toshkent, 2018.
2. Smith J., Brown L., "Helicobacter pylori infection and gastritis", Journal of Gastroenterology, 2020; 15(3): 145-152.
3. Karimova N., "Oshqozon kasalliklarining epidemiologiyasi O'zbekistonda", Tibbiyot ilmiy jurnali, 2019; 4(2): 78-84.
4. Jones M., "Pathophysiology of gastritis", Digestive Diseases, 2021; 12(1): 33-41.
5. Hasanov B., "NSAIDlar va oshqozon shilliq qavati", Farmakologiya va terapiya, 2020; 6(4): 123-130.
6. Rakhimov T., "Ovqatlanish va oshqozon kasalliklari", Toshkent, 2021.
7. Lee S., Kim H., "Diet and gastric inflammation", Nutrition Reviews, 2022; 40(5): 210-220.
8. Ismoilova F., "Stress va oshqozon kasalliklari", Psixosomatika, 2019; 3(1): 44-50.
9. Johnson P., "Gastroscopy in the diagnosis of gastritis", Endoscopy Journal, 2020; 25(2): 89-95.
10. Tursunov D., "Helicobacter pylori diagnostikasi va davolash", Tibbiyot ilmiy jurnali, 2023; 7(1): 15-22.