

**QANDLI DIABETDA DORI VOSITALARI BILAN KOMPLEKS
DAVOLASH**

Alfraganus Universiteti

Tibbiyot fakulteti Davolash yo'nalishi

*3-kurs talabasi **Sultanbayev Sanjarbek***

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada qandli diabet kasalligini kompleks davolashda dori vositalari, parhez terapiyasi, jismoniy mashqlar va sog'lom turmush tarzining o'zaro bog'liqligi ilmiy jihatdan yoritilgan. Diabetning I va II turlari orasidagi asosiy farqlar, ularning patogenezi, klinik belgilari va farmakologik davolash usullari tahlil qilingan. Zamonaviy dori vositalarining (insulin, metformin, sulfonilurea hosilalari, inkretinlar) farmakodinamik xususiyatlari, ularni to'g'ri qo'llash prinsiplari hamda kombinatsiyalangan davolashning samaradorligi haqida batafsil ma'lumot berilgan. Maqola o'zbek manbalari asosida tayyorlangan va klinik amaliyot uchun metodik tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar: Qandli diabet, insulin, metformin, glyukoza, glyukagon, glyukozal metabolizm, gipoglikemiya, parhez terapiyasi, insulin terapiyasi, kompleks davolash, diabetik asorotlar.

Kirish: Qandli diabet (Diabetes mellitus) — bu surunkali endokrin kasallik bo'lib, organizmda uglevod, yog' va oqsil almashinuvi buzilishi bilan kechadi. Bu kasallikning asosiy sababi — insulin gormoni yetishmovchiligi yoki to'qimalarning unga sezuvchanligining kamayishidir. Natijada qonda glyukoza miqdori ortadi, ya'ni giperglikemiya yuzaga keladi. Bugungi kunda diabet dunyo miqyosida global sog'liq muammosiga aylangan. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, har o'n yettinchi kishi diabetdan aziyat chekadi. O'zbekiston aholisining 5–7 foizida ushbu kasallik qayd etilgan.

Diabet ikki asosiy turga bo'linadi:

1-tur diabet (insulinga bog'liq) — asosan bolalik yoki o'smirlik davrida boshlanadi.

2-tur diabet (insulinga bog'liq bo'lmagan) — ko'proq kattalarda, ayniqsa semizlik, gipertoniya, stress va noto'g'ri ovqatlanish fonida rivojlanadi. Diabetni davolashda kompleks yondashuv — ya'ni dori vositalari, parhez, jismoniy mashqlar va psixologik qo'llab-quvvatlash muhim o'rin tutadi.

Asosiy qism: Qandli diabetda insulin gormoni yetishmovchiligi tufayli hujayralarga glyukoza kirishi cheklanadi. Bu esa glyukozaning qonda to'planishiga, yog'lar parchalanishining ortishiga va keton tanachalar hosil bo'lishiga olib keladi.

Asosiy belgilar: Tez-tez siydik ajralishi (poliuriya). Doimiy chanqoqlik (polidipsiya). Ozib ketish yoki semirish. Quruq teri, holsizlik, yaralarning sekin bitishi. Ko'rishning pasayishi. Uzoq davom etgan diabet asoratlari: nefropatiya, retinopatiya, neyropatiya, yurak-qon tomir kasalliklari. Diabetni davolashda asosiy maqsad — qondagi glyukozani me'yorida ushlab turish va asoratlarni oldini olishdir. Buning uchun quyidagi 4 asosiy yo'nalish qo'llaniladi:

1. Dori vositalari bilan davolash
2. Parhez terapiyasi
3. Jismoniy mashqlar
4. Psixologik va ma'rifiy qo'llab-quvvatlash
3. Dori vositalari bilan davolash

Insulin terapiyasi 1-tur diabetda va ba'zan 2-turda ham insulin terapiyasi zarur. Insulin turiga qarab:

-Qisqa ta'sirli (Actrapid, Humulin R)

-O'rta ta'sirli (Insulatard)

-Uzoq ta'sirli (Lantus, Levemir) Insulin dozalari bemorning yoshiga, tana vazniga, ovqatlanish tartibiga qarab belgilanadi.

Og'iz orqali qabul qilinadigan gipoglikemik vositalar

a) Biguanidlar (Metformin)

Glyukozaning jigar tomonidan sintezini kamaytiradi va insulin sezuvchanligini oshiradi. 2-tur diabet uchun birinchi tanlov vositasidir.

b) Sulfonilurea hosilalari (Glibenklamid, Gliclazid)

Oshqozon osti bezining beta-hujayralaridan insulin ajralishini kuchaytiradi.

c) Inkretinlar va DPP-4 ingibitorlari (Sitagliptin, Saxagliptin)

Glyukozaga bog'liq insulin sekresiyasini oshiradi, glyukagon ajralishini kamaytiradi.

d) SGLT2 ingibitorlari (Empagliflozin, Dapagliflozin)

Glyukozaning buyrak orqali chiqarilishini oshiradi, qand miqdorini kamaytiradi.

e) Alfa-glyukozidaza ingibitorlari (Akarboza)

Ichakda uglevodlarning parchalanishini sekinlashtiradi, qandning tez ko'tarilishini oldini oladi.

Diabetda parhez terapiyasi — davolashning eng muhim qismidir. Asosiy tamoyillar: Kuniga 5–6 mahal ovqatlanish. Shakar o'rniga steviya yoki ksilit kabi tabiiy shirinliklar ishlatish. Uglevodlar miqdorini nazorat qilish (non birligi hisobida). Ko'proq sabzavot, oqsil, tola va suv iste'moli. Yog'li, qovurilgan, tez hazm bo'ladigan shirinliklardan voz kechish. Jismoniy mashqlar — mushaklar tomonidan glyukozaning iste'molini oshiradi, insulin sezuvchanligini yaxshilaydi va yurak faoliyatini mustahkamlaydi. Haftasiga kamida 150 daqiqa yurish, yugurish yoki suzish tavsiya etiladi. Bemorning sog'lig'i muntazam nazoratni talab qiladi:

-Qonda glyukoza darajasi — har kuni;

-Glikozillangan gemoglobin (HbA1c) — har 3 oyda;

-Qon bosimi va tana vazni — haftasiga bir marta;

-Ko'z, buyrak, oyoq holati — yiliga 1 marta.

Shuningdek, diabetik asoratlarning erta belgilarini aniqlash va profilaktika muhimdir.

Zamonaviy davolash yondashuvlarida hozirda sun'iy oshqozon osti bezi – glyukozani real vaqtda o'lchab, avtomatik insulin yuboradi. GLP-1 agonistlari (liraglutid, semaglutid) — vaznni kamaytiradi, qand miqdorini barqaror ushlab turadi. Personalizatsiyalangan davolash – bemorning genetik xususiyatlari asosida dori tanlash.

Xulosa: Qandli diabetda dori vositalari bilan kompleks davolash – eng samarali usullardan biridir. Insulin terapiyasi, og‘iz orqali qabul qilinadigan preparatlar, parhez, jismoniy faoliyat va psixologik qo‘llab-quvvatlash birgalikda qo‘llanganda kasallikni nazorat ostida ushlab turish mumkin.

Zamonaviy tibbiyotning maqsadi — bemor hayot sifatini yaxshilash, diabetik asoratlarni kamaytirish va uzoq umr ko‘rish imkonini yaratishdir. Buning uchun bemor tibbiy nazorat, dori vositalari va sog‘lom turmush tarziga qat’iy rioya qilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. R. Hamidov. Endokrin kasalliklar asoslari. – Toshkent, 2019.
2. A. G‘ulomov. Qandli diabet va davolash usullari. – Toshkent, 2021.
3. Sh. Karimov. Farmakologiya kursi. – Samarqand, 2020.
4. N. Jo‘rayev. Terapiya fanining asoslari. – Toshkent, 2018.
5. D. Xolmatova. Klinik amaliyotda diabetni davolash. – Buxoro, 2022.
6. M. Usmonov. Parhez va sog‘lom turmush tarzi. – Toshkent, 2021.
7. Z. Rasulova. Diabet va dietoterapiya. – Farg‘ona, 2020.
8. A. Qodirov. O‘zbekiston tibbiyotida endokrin kasalliklar statistikasi. – Toshkent, 2023.
9. L. Abdullayev. Insulin terapiyasi nazariy va amaliy jihatlar. – Andijon, 2022.
10. N. To‘xtayeva. Metformin va yangi avlod preparatlari. – Samarqand, 2024.