

YURAK ISHEMIK KASALLIGI (YIK)

*Beshariq Abu Ali ibn Sino nomidagi
Jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi
G'iyosova Sevinch Oybek qizi*

Annotatsiya: Yurakning ishemik kasalligi — yurak-tomir sistemasining keng tarqalgan kasalligi; miokard ishemiyasi va koronar qon aylanishining buzilishi bilan kechadi.

Kalit so'zlar: YUIK, koronar arteriyalar, miokard, ateroskleroz, stent, EKG, xolesterin, gipertoniya.

Kirish. Yurak ishemik kasalligi (YIK) — bu yurak mushaklariga qon yetib borishining kamayishi yoki to'xtashi bilan bog'liq bo'lgan kasalliklar guruhidir. Bu holat odatda yurakni oziqlantiruvchi koronar arteriyalarning torayishi yoki to'silishi natijasida yuzaga keladi. YIK bugungi kunda butun dunyo bo'ylab o'lim va nogironlikning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi.

Yurak ishemik kasalligini tushunish

Yurak mushaklari (miokard) uzluksiz ishlash uchun kislorod va ozuqa moddalariga muhtoj. Bu moddalar yurakka koronar arteriyalar orqali yetkaziladi. Agar bu arteriyalar ateroskleroz — ya'ni tomirlar devorida xolesterin va yog'li moddalarning to'planishi tufayli toraysa yoki to'lib qolsa, qon oqimi cheklanadi. Natijada yurak to'qimalari kislorodsiz qoladi va ishemik holat yuzaga keladi.

YIKning turlari: Yurak ishemik kasalligi bir necha shaklda namoyon bo'ladi:

1. Stabil stenokardiya — yurak sohasida og'riq jismoniy zo'riqish, stress yoki sovuq ta'sirida paydo bo'ladi, dam olgach yoki nitroglicerol qabul qilgach o'tib ketadi.

2. Nostabil stenokardiya — og'riq to'satdan, hatto tinch holatda ham boshlanadi, oldingi epizodlardan farqli bo'lib, xavfli hisoblanadi va yurak xurujining boshlanishi bo'lishi mumkin.

3. Miokard infarkti — yurak mushagining ma'lum qismi butunlay qon ta'minotisiz qoladi va nekrozga uchraydi. Bu holat hayot uchun xavflidir.

4. Yurak yetishmovchiligi — yurakning nasos funksiyasi zaiflashadi, natijada organizmga kislorod va ozuqa moddalarining yetkazilishi buziladi.

5. Birdaniga yurak o'limi — yurakning to'satdan to'xtab qolishi bilan kechadigan holat.

Kasallikning belgilari: YIK belgilari kasallik shakliga qarab turlicha bo'ladi, ammo asosiy simptomlar quyidagilardan iborat: Ko'krak sohasida bosuvchi, siqib turuvchi og'riq, nafas qisishi, yurak urishining tezlashuvi yoki notekisligi, tez charchash, holsizlik, sovuq ter, bosh aylanishi, og'riq bo'yinga, chap yelka va qo'lga tarqalishi mumkin,

kasallikning sabablari va xavf omillari, yurak ishemik kasalligini rivojlanishiga quyidagi omillar sabab bo'ladi: yuqori qon bosimi (gipertoniya) qandli diabet, yuqori xolesterin darajasi, chekish, harakatsiz turmush tarzi, ortiqcha vazn va semizlik, stress va asabiylik, irsiy moyillik (oila a'zolarida yurak kasalliklari bo'lishi), diagnostika usullari, yurak ishemik kasalligini aniqlashda bir qancha zamonaviy usullar qo'llaniladi: elektrokardiogramma (EKG), yurak ultratovushi (EKO), stress-test (yugurish yo'lagida yoki velosimulyatorda EKG), kompyuter tomografiyasi va yurak koronar angiografiyasi, qon tahlillari (troponin, lipid profili va boshqalar).

Davolash yo'llari: YIKni davolash quyidagi yo'nalishlarda amalga oshiriladi: 1. Dori vositalari bilan davolash: Antiplateletlar (aspirin), statinlar (xolesterinni kamaytirish uchun), beta-blokatorlar va ACE-ingibitorlar, nitrater (og'riqni kamaytirish uchun)

2. Hayot tarzini o'zgartirish: sog'lom ovqatlanish, jismoniy faollikni oshirish, chekishni tashlash, ortiqcha vazndan xalos bo'lish,

3. Jarrohlik aralashuvi: Koronar angioplastika (ballon yordamida tomirni kengaytirish), stent o'rnatish, koronar shuntlash (bypass).

Oldini olish: Yurak ishemik kasalligidan saqlanish uchun quyidagilarga amal qilish lozim: Meva-sabzavotlarga boy, yog'siz va tuzsiz ovqat iste'mol qilish, har kuni kamida 30 daqiqa jismoniy faollik, zararli odatlardan voz kechish (alkogol, chekish), stressni boshqarishni o'rganish, qon bosimi, qand va xolesterin darajasini nazoratda ushlab turish.

Xulosa. Yurak ishemik kasalliklari dunyo aholisining sog'lig'i uchun jiddiy tahdid hisoblanadi. Bu kasallik nafaqat salomatlikka, balki mehnatga layoqat va umr davomiyligiga ham ta'sir qiladi. Shuning uchun YIKni erta aniqlash, profilaktika choralari ko'rish va sog'lom turmush tarziga amal qilish — yurak sog'lig'ining asosi sanaladi. Har bir inson yurak salomatligi uchun javobgar bo'lib, hayotini aktiv va sifatli qilish o'z qo'lida ekanini unutmasligi lozim.

Adabiyotlar:

1. Ichki kasalliklar Muallif: A. G. Gadayev Turon Zamin Ziyo, 2014

2. Ichki kasalliklar M.F. Ziyayeva Toshkent ilm ziyo 2007

3. Internet ma'lumotlari.

<https://mymedic.uz>

<https://med24.uz>