

NAFAS OLISH A'ZOLARI KASALLILARI VA PROFILAKTIKASI

*Ilmiy Rahbari: Alfraganus universiteti
Klinik fanlari kafedrası assistenti
Maxmanazarov G'afur Axnazarovich
Alfraganus universiteti Tibbiyot fakulteti
Davolash ishi yo'nalishi 23-36-guruh
Talabasi Ahmadjonova Nozima va
23-38-guruh talabasi Jumyazova Kamola*

Annotatsiya: Nafas olish tizimining asosiy vazifasi gazlar almashinuvini osonlashtirishdir. Nafas olish havodan kislorodning qon oqimiga kirishiga imkon beradi, metabolizm jarayonida hujayralar tomonidan ishlab chiqarilgan karbonat angidridni chiqaradi.

Kalit so'z: Alveola, to'qima, kislorod, karbonat angidrid, kapillyar, inspirasiya, ekspirasiya, respirator.

Kirish: Nafas olish a'zolari kasalliklari (yoki respirator kasalliklar) — bu nafas yo'llari va o'pkaga ta'sir qiluvchi turli xil kasalliklardir. Ular o'tkir yoki surunkali bo'lishi mumkin. Quyida asosiy nafas olish tizimi kasalliklari keltirilgan:

1. O'tkir respirator kasalliklar (ORK, ORVI):

- Gripp
- ORVI (O'tkir respirator virusli infeksiyalar) — burun, halqum, traxeya, bronxlarga ta'sir qiladi

- Tonsillit (angina) — halqumdagi bodomchalar yallig'lanadi

2. Surunkali respirator kasalliklar:

- Bronxit (surunkali bronxit) — bronxlar yallig'lanadi, yo'tal va balg'am bilan kechadi

- Bronxial astma — bronxlar torayishi, hansirash, yo'tal, bo'g'ilish xurujlari bilan ifodalanadi

- KOAH (surunkali obstruktiv o'pka kasalligi) — ko'p hollarda chekish sababli yuzaga keladi

- O'pka emfizemasi — alveolalar shikastlanadi, nafas olish qiyinlashadi

3. Bakterial yoki virusli infeksiyalar:

- Zatürka (pnevmoniya) — o'pka to'qimalarining yallig'lanishi
- Sil (tuberkulyoz) — Mycobacterium tuberculosis bakteriyasi sababli yuzaga keladi

4. Allergik nafas yo'li kasalliklari:

- Allergik rinit — burun shilliq qavati allergenlarga reaksiya qiladi
- Allergik astma

5. Nafas yo'llari o'smalari:

- O'pka saratoni — ayniqsa chekuvchilar orasida keng tarqalgan

6. Nafas olishdagi tug'ma yoki anatomik muammolar:

- Burun septumining qiyshikligi
- Tug'ma traxeya yoki bronx deformatsiyalari

Asosiy qism: Tonsillitning alomatlari:

- Tomoqda kuchli og'riq
- Isitma va sovuq urishi
- Yutishda qiynalish
- Og'izda yoqimsiz hid
- Bodomsimon bezlar qizarib, shishib ketadi, ba'zida ustida oq yoki sarg'ish

qoplamalar paydo bo'ladi

Davolash usullari:

• Virusli tonsillit: ko'proq dam olish, iliq suyuqlik ichish, og'riqni kamaytiruvchi dorilar (masalan, parasetamol yoki ibuprofen)

- Bakterial tonsillit: shifokor buyurgan holda antibiotiklar (odatda penitsillin)

KOAH — bu surunkali obstruktiv nafas olish kasalligi bo'lib, nafas yo'llarining torayishi va yallig'lanishi bilan kechadigan surunkali kasallikdir. U asosan sigaret chekadigan yoki zararli gazlar bilan uzoq muddat ishlaydigan odamlarda uchraydi.

KOAHning asosiy belgilariga quyidagilar kiradi:

- Doimiy yo'tal (ayniqsa ertalab balg'am bilan)
- Nafas qisishi (jismoniy faollik vaqtida kuchayadi)
- Ko'krakda g'ijim yoki bosim
- Tez-tez nafas yo'llari infeksiyasi (gripp, bronxit va hokazo)

Asosiy sabablar:

- Chekish (eng katta xavf omili)
- Havoning ifloslanishi (uy ichki va tashqi)
- Ish joyidagi chang yoki kimyoviy moddalar

Astmaning asosiy belgilari:

- Nafas qisishi (ayniqsa kechasi yoki ertalab)
- Yo'tal (uzoq davom etuvchi, ayniqsa kechasi)
- Ko'krakda bosim yoki siqilish
- Xirqiroq nafas (hushtakdek ovoz bilan nafas olish)

Astmani qo'zg'atadigan omillar:

- Chang, gul changi, hayvon tuklari
- Sovuq havo
- Jismoniy faollik (ba'zida "jismoniy astma")
- Virusli infeksiyalar (gripp, shamollash)
- Stress yoki hissiy zo'riqish

- Sigaret tutuni yoki havo ifloslanishi
- Genetik moyillik

Xulosa: Respirator kasalliklar ko‘plab insonlarning sog‘lig‘iga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Ammo oddiy gigiyena qoidalariga rioya qilish, sog‘lom turmush tarzini yuritish va atrof-muhitni toza saqlash orqali bu kasalliklarning oldini olish mumkin. Har bir inson bu borada o‘z salomatligi uchun mas‘ul bo‘lib, jamoaviy sog‘liqni saqlashga hissa qo‘shishi zarur. Nafas olish tizimi ajoyib va murakkab tizim bo‘lib, u karbonat anhidrid chiqindilarini olib tashlash bilan birga tanani doimiy kislorod bilan ta‘minlashni ta‘minlaydi. Uning tuzilishi va funksiyalarini tushunish nafas olish salomatligining ahamiyatini tushunish uchun juda muhimdir. Sog‘lom turmush tarzi odatlarini qabul qilish va kerak bo‘lganda tez tibbiy yordam so‘rash orqali odamlar o‘zlarining nafas olish farovonligini saqlash va yaxshilash uchun faol choralar ko‘rishlari mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. “Respirator tizim kasalliklari”, N.N. O‘zbekov, tibbiy darslik.
2. “Pulmonologiya va respirator kasalliklar”, R.R. Islomov, tibbiy qo‘llanma.
3. Harrison’s Principles of Internal Medicine - nafas olish tizimi kasalliklarini tashxislash va davolash bo‘yicha muhim manba.
4. Г.А.Махманазаров “Изменения функционального состояния организма в динамике повседневной работы медицинской персонала, работающего с трупами” // “Медицинский журнал молодых ученых” //311-313-2025г
5. Respiratory Medicine - nafas olish tizimining kasalliklari va ularni davolash haqida tushunchalar.
6. Г.А.Махманазаров “ОЦЕНКА ТЕМПЕРАТУРНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ СУДЕБНО-МЕДИЦИНСКОГО ПЕРСОНАЛА”// “Медицинский журнал молодых ученых” // 2024г