

VARIKOZ KASALLIGI PROFILAKTIKASI**Razzakov Nabijon Alijonovich**

PhD, dotsent. Qo‘qon universiteti Andijon filiali

Orifova Madina Mutalibjon qizi

Qo‘qon universiteti Andijon filiali talabasi

Annotatsiya: Varikoz kasalligi va uning asoratlarini tahlil qilish orqali aholi orasida ko‘p uchrayotgan varikoz kasalligini oldini olish, kasallikni boshlang‘ich davrlarida aniqlash bilan birga ushbu kasallikda bemorlarning xayot sifatini baxolash, davolash usullarini to‘g‘ri tanlash hamda muayyan tartibini tuzishga qaratilgan.

Kalit so‘zi: Varikoz, venurutok, venarus, varikosel, bepushtlik, varikoselektomiya, flebologiya, flebektaziya.

Kirish. Ma‘lumki, varikoz kasalligi hozirgi zamonaviy tibbiyotning eng muhim muammolaridan biridir. Kasallik yuqori darajada tarqalib borayotganligi bilan ahamiyatlidir. AQSH va Yevropa davlatlarida aholining $\frac{1}{4}$ qismi turli hildagi varikoz kasalligidan aziyat chekmoqda [1]. Misol o‘rnida, oyoq venalarining surunkali kengayishi kasalliklari Moskva shahridagi ishlab chiqarish markazlari ishchilari orasida ham yetarlicha tarqalgan bo‘lib 57.5% ayollarda, 50.4% erkaklarda, yoshning ulg‘aygani sari bu ko‘rsatkich oshishi kuzatilmoqda.

Shu jumladan, yurtimiz aholi orasida ham bu kasallikdan aziyat chekayotganlar soni ortib bormoqda. Demak, varikoz kasallikni o‘rganish hamda davolash yo‘llarini yanada takomillashtirish, kasallikni boshlang‘ich davrida aniqlab, unga qo‘llanadigan davolash yo‘llarini ilmiy jihatdan chuqur izlanishlarga muhtoj ekanligimizni ko‘rsatadi.

Varikoz kasalligini har sohada kuzatilayotganligini inobatga olgan holda, mehnatga layoqatsizlikni keng tarqalishi kuzatilmoqda. Turli mualliflarning fikricha, bu kasallik 25% xolatlarda ayollarda uchraydi[2].

Quyida varikoz kasalligining kelib chiqish sabablari keltirilgan:

1. Gipodinamika (kam harakat turmush tarzi)
2. Ortiqcha vazn
3. Homiladorlik
4. Baland poshnali poyabzallar
5. Tor kiyim kiyish
6. Asab tizimi kasalliklari
7. Irsiy kasalliklar
8. Gormonal o‘zgarishlar
9. Domiy jismoniy zo‘riqishlar

Mutahasislarning tajribalarga asoslangan xulosalariga qaralsa, varikoz kasalligi quyidagi belgilarga egadir; tomirlar shishishi, tering rangi o‘zgarishi yoki yaralar, kasalliklar paydo bo‘lgan tomirlardagi qichishishlar, tomirlarning qizishi, charchoq, toliqish hissi, shishlar hamda qon tomirlarining yorilishi. Hozirgi kunda varikozni davolash uchun mahalliy davolash usullari bilan birga jarrohlik amaliyot (flebektomiya, endovazal lazer, skleroterapiya) lari qo‘llanilmoqda [3].

Kasallikning I – II bosqichlarda varikozni dori darmonlar bilan davolash (krem, malxam va tabletkalar) simptomatik davo kasallikning bosqichiga qarab kompleks muolajalar buyuriladi. Yurtimizda qo‘llaniladigan eng ommabop usullardan biri bu skleroterapiya: bu zararlangan vena tomirlari ichiga maxsus moddalar yuboriladi. Yuborilgan dori moddalari tomirlarni butunlay jipslashtirib, qon faoliyatini to‘xtatib qo‘yadi hamda qonning sog‘lom tomirlarda oqishini ta‘minlab beradi. Bu muolajalar bemorning holatiga qarab qon tomirlardagi tugunlarni katta bo‘lmagan xolatlarda buyuriladi.

Venorutok: bu usul qon tomirlarda tromb xosil bo‘lishini oldini oladi, qon aylanish faoliyatini tiklaydigan okserutinni o‘z ichiga oladi.

Venarus: bu usul qon tomirlardagi tonusni oshiradi, cho‘ziluvchanligini ta‘minlaydi, o‘tkazuvchanligini oshiradi, kapilyarlarni sinuvchanligini kamaytiradi. Eng asosiysi qon tomir devorlarini erkin radikallardan himoya qiladi.

Endovazal lazerni koagulyatsiyasi: bunda shikastlangan tomirga lazer bilan muolaja o‘tkaziladi va buning natijasida tromblar yoziladi. Bu muolaja albatta og‘riqsizlantirib amalga oshiriladi. Bu usul varikoz kasalligining dastlabki bosqichlarida o‘tkaziladi.

Varikoz kasalligining asoratlari: teridagi yaralar, yuzaki jarohatlarda venoz qon ketishi kuzatilishi, tromblebit, trofik yaralar, flebotromboz kuzatilishi.

Hozirgi vaqtdagi tasnif JSST tomonidan taklif qilingan varikotsella tasnifi bo‘lib, 1998 yilda taklif qilingan varikosellaning mahalliy tasnifi jinsiy bezlarning holatini ham hisobga oladi [4].

Varikozel – sperma va moyak tomirlarining kengayishi, qon oqimining buzilishiga olib keladi. Yosh erkaklar orasida kasallikning tarqalishi 10-15 % ni tashkil qiladi. Bu kasallik birlamchi bepustlik (ilgari xech qachon nasil bo‘lmagan) bo‘lgan erkaklarning 30-40% da va ikkilamchi bepustlik bilan (ilgari xech qachon bepustlikdan aziyat chekmagan) 80% erkaklarda uchraydi.

Varikozelning belgilari: skrotumda og‘riq, sperma xosil bo‘lish jarayoning buzilishi, moyakning pasayishi (atrafiyasi) va moyaklar tomonidan erkak jinsiy garmonlar testosderon ishlab chiqarilishining buzilishi.

Kasallikni davolash uchun 3 xil operatsiya mavjud

1. Varikoselektomiya
2. Laparoskopiya jarroxlik
3. Teri orqali embolizatsiya

Operatsiya uchun kasallikning darajalarini bilish zarur

Demak, kasallikni davolagandan ko‘ra uni oldini olgan afzalroqdir.

Varikoz kasalligini oldini olish yani profilaktika qilishda quyidagilarga amal qilishingizni so‘rab qolamiz.

- Tor kiyimlar kiyish- bu organizmdagi qon aylanish tizimini buzilishiga sabab bo‘ladi.
- Domy ravishda baland va ingichka ya‘ni oyoqni qisib turuvchituruvchi ingichka poshnali poyabyuzallar kiyish butun og‘irlikni tovon soxasiga tushishiga sabab bo‘ladi. Bilamizki, oyoqning kaft qismidagi ochiq qon tomirlar qon aylanishini yaxshilaydi.

Xulosa. Sport bilan shug‘ullaning aynan, velosiped xaydash, bunda oyoqlar xarakati aktiv bo‘ladi, bu esa qon tomir faoliyatini aktivlashishiga olib keladi. Suzish- bu sport turi ham nafaqat

qon aylanish balki nafas olish tizimini ham faollashtiradi va tanadagi xolesterin miqdorini ham kamaytiradi. Dam olish vaqtlarida oyoqlaringizni tepaga qilib yotish dimlanib qolgan qon tanachalarini xarakatga keltiradi. Badan tarbiya bilan shug‘ullanish, vitaminlarga boy mahsulotlarni ko‘proq qabul qilish, zararli odatlardan tamaki mahsulotlar, spirtli ichimliklar istemol qilishdan voz kechish kerak.

Tavsiyalar:

1. Oyoq kiyimlarni ortopedik jihatidan qulay va mos poyabzallar kiyish;
2. Kasb turidan kelib chiqilgan holda vaqti-vaqti bilan oyoq mashqlarini bajarib turishni odatga aylantirish;
3. Oliy o‘quv yurtlarida ertalabgi badan tarbiya mashg‘ulotlarini joriy etishni taklif qilish.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Saveleva. V.S // Flebologiya shifokorlar uchun qo‘llanma /// yed.M.: Tibbiyot
2. Kallan.M.J // Varikoz tomirlarining epidemiologiyasi // 1994 . №2. b- 167-173
3. Kulakova A.L // Rossiya xalqlar do‘stligi universiteti Rossiya federatsiyasi “Salomatlik va ta’lim ming yillik” ilmiy maqolalar jurnali // 2017. Jild 19. №12
4. Lapatkin.N.A // Uralogiya Milliy qo‘llanma // Moskva: Geotar-media: 2009.