KAMQONLIKKA CHALINGAN BEMORLARNI PARVARISHLASHNING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi
jamoat salomatligi texnikumi o‘qituvchilari:
Eraliyev Oblaqul Botirovich,
Toshpo‘latova Oysha O‘ralboy qizi.

Anatatsiya: *Kamqonlik organizmda temir moddasi yetishmaganda yoki u yo‘qotilganida vujudga keladigan qon kasalligidir. Temir moddasi qondagi gemoglobin tarkibida mavjud bo‘lib, butun tanani havo (kislorod) bilan ta’minlaydi va insonga kuch-quvvat hissini beradi. Qonda temir moddasi yetarli bo‘lmaganda gemoglobin darajasi tushib ketadi va odam kamqonlikka duchor bo‘ladi. Kamqonlik qondagi gemoglobin darajasini o‘lchash yordamida aniqlanishi mumkin bo‘lgan yashirin kasallikdir.*

Kalit so’zlar: *Anemiya, temir, tez charchash, bosh og‘rishi, bosh aylanishi, ko‘z oldi jivirlashi, vitamin V12, eritrosit, leykosit va trombotitlar.*

Anemiya (yun. – inkor qo‘shimchasi va haima – qon), kamqonlik — qonda eritrotsitlar soni va gemoglobin miqdorining kamayishi, sifatining o‘zgarishi bilan kechadigan kasallik. Temir va vitamin V12 yetishmasligi oqibatida kelib chiqadigan anemiya birmuncha keng tarqalgan. Kichik yoshdagi bolalarda kuzatiladigan kamqonlik ularni noto‘g‘ri ovqatlantirish, shuningdek ovqatning kam-ko‘st bo‘lishi oqibatida ro‘y beradi. Eritrotsitlar soni sal kamaygani yoki raso bo‘lgani holda, qonda gemoglobin miqdorining ozayishi temir yetishmasligiga aloqador anemiyaning asosiy belgilaridandir. Bemorning rangi siniqqan bo‘lib, aksariyat tez charchash, bosh og‘rishi, bosh aylanishi, ko‘z oldi jivirlashishidan shikoyat qiladi, soch to‘kiladi, tirnoq

mo‘rtlashib sinishga moyil bo‘lib qoladi. Ba’zan yutinish qiyinlashadi, bemorning odatda iste’mol qilinmaydigan narsalar (bo‘r, ohak, gilvata va hokazo)ni yegisi keladi, achchiq, sho‘r taomlarni xush ko‘radi.

Temir yetishmasligiga aloqador anemiyaning oldini olish va davolashda qon yo‘qotish ehtimoli bo‘lgan manbalarni o‘z vaqtida aniqlash va ularni bartaraf etish, homilador bo‘lish va tug‘ishni ma’lum darajada rejalashtirishga erishish, bekamu ko‘st ovqatlanishga rioya qilish lozim.

Anemiyaning bu xilida o‘ziga xos alomatlar: til achishishi, kasallik o‘tkazib yuborilganda nerv sistemasining zararlanish (funikulyar miyeloz) belgilari kuzatiladi. Bu xil anemiyaning oldini olish uchun me’da-ichak yo‘lining surunkali kasalliklari, ayniqsa ich ketishi bilan o‘tadigan kasalliklarni o‘z vaqtida aniqlab davolash juda muhim. Gijja tarqalgan joylarda ulardan zararlanishning oldini olish choralarini ko‘rish zarur, kasallik paydo bo‘lganda esa o‘z vaqtida davo qilish lozim. Eritrotsitlarning ko‘plab yemirilishi bilan bog‘liq gemolitik anemiya xillari ko‘p. Ular irsiy yoki orttirilgan bo‘lishi mumkin, odatda teri hamda shilliq qavatning sarg‘ayishi, eritrotsitlar soni va gemoglobin miqdorining kamayishi bilan kechadi. Barcha xil anemiyada vrachga murojaat etish va o‘z vaqtida to‘g‘ri davolanish zarur.

Anemiya atamasi ma’lum kasallikni belgilab bermaydi, chunki u organizmning turli xil patologiyalari alomatlaridan biri hisoblanadi. Gidriemiya (psevdoanemiya, masalan homilador ayollarda) va bevosita anemiyani farqlay bilish kerak. Gidremiyada qonning shaklli elementlari (eritrosit, leykosit va trombotitlar) hamda gemoglobinning mutlaq miqdori o’zgarmaydi, biroq qonning suyuq qismi miqdori oshishi tufayli nisbiy ko’rsatkichlari pasayishi mumkin.

Anemiya kasallik emas, balki qon tizimining birlamchi shikastlanishi yoki unga aloqasi bo’lmagan aksariyat kasallik va patologiyalar bilan bog’liq bo’lgan simptom sanaladi. Kamqonlikni tasniflash uchun amaliy maqsadga

muvofiqlik tamoyilidan foydalanish qabul qilingan. Yuzaga kelgan klinik amaliyot quyidagi klassifikatsiyaga mos keladi:

- O’tkir qon yo’qotish bilan bog’liq;
- Qizil qon hujayralari ishlab chiqarilishining buzilishi bilan bog’liq: aplastik, temir tanqisligi, megaloblast, sideroblast turi, surunkali kasalliklar;
- Qizil qon hujayralarining ko’p miqdorda shikastlanishi yoxud gemolitik anemiya.

Zamonaviy klassifikatsiya anemiyani differentsial tashxislash imkonini beradigan klinik-laboratoriya xususiyatlariga asoslangan. Anemik sindromning sabablarini aniqlash jarayonida tibbiy tadqiqotlar majmuini o’tkazishda «qonning ferritin zardobi» ko’rsatkichi alohida o’rin tutadi.

Qonda gemoglobin kontsentratsiyasining pasayishi ko’pincha eritrositlar sonining kamayishi va ularning sifat tarkibi o’zgarishi bilan yuz beradi. Har qanday anemiya qonning nafas funktsiyasi zaiflashuvi va to’qimalarning kislorod ochligi sezishiga olib keladi. Jins va yoshdan kelib chiqib, bir litri qondagi gemoglobinning (*Hb*) normal darajasi turlicha bo’lishi mumkin.

Kamqonlik organizmda temir moddasi yetishmaganda yoki u yo‘qotilganida vujudga keladigan qon kasalligidir. Temir moddasi qondagi gemoglobin tarkibida mavjud bo‘lib, butun tanani havo (kislorod) bilan ta’minlaydi va insonga kuch-quvvat hissini beradi. Qonda temir moddasi yetarli bo‘lmaganda gemoglobin darajasi tushib ketadi va odam kamqonlikka duchor bo‘ladi. Kamqonlik qondagi gemoglobin darajasini o‘lchash yordamida aniqlanishi mumkin bo‘lgan yashirin kasallikdir. Lekin quyidagi belgilar kuzatilsa, patronaj hamshirasiga murojaat qilish kerakligini ota onalarga o‘rgatish kerak:

- terining, ayniqsa, qo‘l kaftlarining rangparligi yoki oqishligi;
- quvvatsizlik;

• injiqlik;

• ishtaha pastligi;

• sochlarning to‘kilishi va rangining xiralashishi;

• tirnoqlarning sinuvchanligi va qiyshiq o‘sishi;

• hansirash;

• kesak, bo‘r, gilvata, xom go‘sht, xamir va shunga o‘xshash mahsulotlarga o‘chlik;

• yoqimsiz hidlarni (kerosin, benzin, bo‘yoq) yoqtirish.

Kamqonlik borligini bolaning kafti oqarganligini ko‘rish orqali bilish mumkin.

Kamqonlikni aniqlash uchun:

Biroz yon tomondan ushlab bolaning kafti ochiladi;

• bolaning barmoqlarini orqaga bukmaslik, chunki qon kelmasligi sababli kafti oqarishi mumkin;

• bolaning kafti rangini patronaj hamshira o‘zining va atrofdagi boshqa bolalarning kafti bilan solishtirishi kerak;

• agar bolaning kaft terisi oqarganroq bo‘lsa, demak, bolaning kaftlari o‘rtacha oqargan yoki oq rangli bo‘lsa, uning kaftlari yaqqol oqargan deyiladi. Ushbu belgilar kamqonlik borligiga gumon qilishga asos bo‘ladi. Ushbu holatda bolani tibbiy muassasaga qon tahlilini o‘tkazish uchun yuborish kerak.

Kamqonlik kamdan-kam hollarda o‘limga olib keladi, lekin kamqonlik bilan kasallangan bolalarda, odatda, quyidagi alomatlardan bittasi yoki bir nechtasi kuzatiladi:

• bunday bolalar sog‘lom odamlarga nisbatan uzoqroq vaqt davolanadilar;

• kichik yoshdagi bolalar (ayniqsa, hayotining dastlabki ikki yili) da uzoq vaqtgacha temir moddasi yetishmasa, kelgusida aqliy rivojlanishdan orqada qolishlari va maktabda darslarni yaxshi o‘zlashtira olmasliklari mumkin.

Bunday holatlarda ular rivojlanishdan orqada qolib, aqliy qobiliyatlarini hech qachon, hatto kamqonlik davolangandan so‘ng ham tiklay olmaydilar. Kamqonlikning sabablari ichida eng asosiysi iste’mol qilinadigan oziq-ovqatlarda temir moddasining yetishmasligidir. Shuning uchun ko‘pchilik odamlar temir moddasiga boy oziq-ovqatlarni iste’mol qilish tufayli kamqonlikning oldini olishlari mumkin. Bunday oziq-ovqatlarning narxi qimmat emas. Sarf-xarajatlarni tejash orqali har bir oila ularni sotib olish imkoniyatiga ega. Kamqonlikning oldini olish va davolash — bu bolani to‘g‘ri ovqatlantirish ekanligini ota-onalarga tushuntirish muhim masaladir. Kamqonlikning oldini olish uchun temir moddasiga boy bo‘lgan quyidagi oziq-ovqatlarni iste’mol qilish kerak, bular:

• go‘sht va baliq;

• dukkaklilar (loviya, no‘xat, mosh);

• meva-sabzavot va ko‘katlar (yangi uzilgan, quritilgan yoki konservalangan holda);

• fortifikatlangan (temir moddasi bilan boyitilgan) undan tayyorlangan oziq-ovqatlar.

Kamqonlikning oldini olish nafaqat temir moddasiga boy ovqatlarni iste’mol qilishni, balki ularni bir biri bilan muvofiq ravishda aralash holda yeyishni ham o‘z ichiga oladi. Go‘sht va baliq tarkibida temir moddasining oshqozon tomonidan oson o‘zlashtiriladigan turi mavjud. Lekin dukkaklilar (loviya, no‘xat, mosh), yormalar, non, makaron mahsulotlari, sut mahsulotlari, tuxum hamda ba’zi sabzavot, meva va ko‘katlar tarkibida temir moddasining boshqa turi mavjud bo‘lib, u oshqozonda qiyinroq so‘rilad i.Shuning uchun bunday oziq-ovqatlarni temir moddasining oshqozonda so‘rilishini osonlashtirish maqsadida «C» vitaminiga boy bo‘lgan boshqa mahsulotlar bilan aralashtirib iste’mol qilish lozim.

• Agar go‘sht yoki baliq bo‘lmasa, dukkaklilar bilan sabzavot, meva va ko‘katlarni iste’mol qilish kerak.

• Agar sabzavot va mevalar bo‘lmasa, go‘sht yoki baliqni dukkaklilar bilan qabul qilish lozim.

Shunday qilib, kamida ikki turdagi oziq-ovqatlarni iste’mol qilish va ularning biri dukkaklilar (loviya, no‘xat, mosh) bo‘lishi zarur. Ushbu ovqatlarni faqatgina kamqonlik bilan kasal bo‘lgandagina yeyish kifoya qilmaydi, bu ovqatlarni har kuni muntazam ravishda yemaslik kamqonlik xavfini tug‘diradi.

ADABIYOTLAR

1.Stavropol sh. 2004-yil 15-16-oktabr Xalqaro anjuman materiallari.

2. Портнов А. А., Федотов Д. Д. Психиатрия — М.: «Медицина», 1965.

3. Samoxvalov V. P. Psixiatriya. 0‘quv qo'llanma. — Rostovna Donu: Feniks, 2004.

4. Umarova T. YU., Qayumova I. A., Ibragimova M. K. "Hamshiralik ishi" Toshkent-2003 y.

5. http://lex.uz/docs