

YURAK QON TOMIR TIZIMI KASALLIKLARI

Yo'lchiyeva Dilnavoz Shavkatjon qizi

Olmaliq Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

Klinik patologiyada birinchi yordam fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada yurak qon tomir tizimi kasalliklari (YQTK) haqida batafsil ma'lumot berilgan. YQTK ning asosiy turlari, sabablari, belgilarini va davolash usullari ko'rib chiqiladi. Maqola, yurak ishemik kasalliklari, yurak yetishmovchiligi, aritmiyalar va qon tomir kasalliklarining xususiyatlarini yoritadi. Shuningdek, kasalliklarning rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar, jumladan, genetik, hayot tarzi va atrof-muhit sharoitlari keltiriladi. Belgilar va simptomlar haqida ma'lumot berilib, davolash usullari, jumladan, dori-darmonlar, hayot tarzini o'zgartirish va jarrohlik aralashuvlari haqida fikr yuritiladi. Maqolaning oxirida YQTK ning oldini olish uchun tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: yurak kasalliklari, insult, qon bosimi, infarkt, qon aylanish, risk omillari, genetika, hayot tarzi, qon lipidlari, kardiologiya, davolash usullari, sport va jismoniy faoliyat, yurak yetishmovchiligi, genetika.

Аннотация: В данной статье представлена подробная информация о заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ССЗ). Рассмотрены основные виды, причины, симптомы и методы лечения ЗППП. В статье освещена характеристика ишемической болезни сердца, сердечной недостаточности, аритмий и заболеваний сосудов. Также представлены факторы, влияющие на развитие заболеваний, включая генетику, образ жизни и условия окружающей среды. Предоставляется информация о признаках и симптомах, а также обсуждаются варианты лечения, включая лекарства, изменение образа жизни и хирургические вмешательства. В конце статьи даны рекомендации по профилактике ЗППП.

Ключевые слова: болезни сердца, инсульт, артериальное давление, инфаркт, кровообращение, факторы риска, генетика, образ жизни, липиды крови, кардиология, методы лечения, спорт и физическая активность, генетика сердечной недостаточности.

Abstract: This article provides detailed information about diseases of the cardiovascular system (CVD). The main types, causes, symptoms and methods of treatment of STD are considered. The article covers the characteristics of ischemic heart diseases, heart failure, arrhythmias and vascular diseases. Factors affecting the development of diseases, including genetics, lifestyle and environmental conditions, are also presented. Information on signs and symptoms is provided, and treatment options are discussed, including medications, lifestyle changes, and surgical interventions. At the end of the article, recommendations are given to prevent STD.

Key words: heart disease, stroke, blood pressure, heart attack, blood circulation, risk factors, genetics, lifestyle, blood lipids, cardiology, treatment methods, sports and physical activity, heart failure genetics.

Yurak maxsus yurak mushak to'qimasidan tuzilgan bo'lib, u yurakning qon aylanish tizimida nasos kabi ishlashiga imkon beradi. Inson yuragi to'rtta kameraga bo'lingan. Yurakning har ikkala tomonida bittadan bo'lmacha va qorincha joylashgan. Bo'lmachalar qonni qabul qiladi, qorinchalar esa qonni haydab chiqaradi. Odam qon aylanish tizimiga quyidagi doiralar kiradi: kichik qon aylanish doirasi yurak va o'pkalar orasidagi qon oqimini vujudga keltiradi. Katta qon aylanish doirasi odam tanasining barcha qismiga qonning borishini va yurakka qaytib kelishini ta'minlaydi. Koronar (tojsimon) doira qat'iy ravishda yurakni qon bilan ta'minlaydi (quyidagi chizmada ko'rsatilmagan). Yurakdan tananing turli qismlariga ketayotgan qon oqimini tasvirlovchi chizma. **Qon aylanish tizimi** – qon, qon tomirlar va yurakdan tashkil topgan tarmoq. Bu tarmoq tanadagi to'qimalarni kislorod va oziq moddalar bilan ta'minlaydi, gormonlarni tashiydi va keraksiz mahsulotlarni chiqarib tashlaydi. Qon va qon tomirlar. Yurakdan chiqqan qon butun tanaga qontomirlar orqali tarqatiladi. Arteriyalar qonni yurakdan olib chiqib, kapillyarlarga yetkazadi, shu yo'l bilan ular to'qima va hujayralarni kislorod (va boshqa oziq moddalar) bilan ta'minlaydi. Kislorodni yo'qotgandan so'ng, qon o'pkaga qaytadi, u yerda kislorodga to'yinadi va venalar orqali yurakka quyiladi. Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari dunyo bo'yicha hozirgi kunga qadar nogironlik va o'limning asosiy sababi ekanligicha qolmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, barcha o'lim holatlarining 56 foizi yurak-qon tomir tizimi kasalliklari oqibatida kelib chiqadi. Yevropa mamlakatlarida yurak-qon tomir kasalliklari yiliga 4,3 mln (48%) aholi o'limiga sababchi bo'ladi. Davlat statistika qo'mitasi xabariga ko'ra, O'zbekiston Respublikasida 2019 yilning yanvar-iyun oylarida vafot etgan fuqarolarning 62,1 foizi holatda aynan qon aylanish tizimi kasalliklari sabab qilib ko'rsatilgan. **Yurak qon-tomir sistemasi kasalliklari** — yurak, arteriyalar va venalar kasalliklari. Ular juda ko'p va xilma-xil. Bu kasalliklarning ba'zilar (revmatizm, miokardit va boshqalar) yurakni, ayrimlari arteriya (ateroskleroz) yoki venalarni (mas, tromboflebit), boshqalari butun yuraktomir sistemasini shikastlaydi (gipertoniya kasalligi). Yurak-qon tomir kasalliklari (YQTK)-yurak va qon tomirlari kasalliklarining umumiy nomidir. Hozirgi vaqtda ushbu kasalliklar butun dunyo bo'ylab aholining o'limi va nogironligining asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. Klinik amaliyotda yurak muskullarining yallig'lanishi — miokardit va yallig'lanmay zararlanishi — miokardiodistrofiya ko'proq kuzatiladi. Endokardit (yurak ichki qavatining yallig'lanishi) revmatizm va boshqalar orttirilgan yurak poroklarita sabab bo'ladi. Lerikardit kam uchraydi. Yurakning ishemik kasalligi, miokardit va miokardiodistrofiya, shuningdek, nevrotik holatlar natijasida yurak aritmiyalari vayurak blokadasidir bo'lishi mumkin. Yurak aritmiyalari yurak qisqarishlari (urishi)ning tezlashishi (taxikardiya) yoki sekinlashuvi (bradikardiya), yurakning navbatdan tashqari qo'shimcha qisqarishi (ekstrasistoliya); yurak urishining to'satdan tezlashuvi (parok sizmal taxikardiya); yurakning har xil vaqt oralig'ida noto'g'ri qisqarishi (tebranuvchi

aritmia) va boshqalarda namoyon bo'ladi. Yurak blokadasini yurakning o'tkazuvchi sistemasida nerv impulsleri o'tishining buzilishi (mas, bo'lmachalardan qorinchalarga yoki Gis tutami oyoqchalariga impuls o'tishining uzilishi)dan iborat.

Kasalliklarning sabablari

YQT kasalliklari bir nechta sabablar tufayli yuzaga kelishi mumkin:

- **Ateroskleroz:** qon tomirlarida yog' va boshqa moddalar to'planishi natijasida tomirlarning torayishi.

- **Hipertoniya:** yuqori qon bosimi yurak va qon tomirlariga qo'shimcha yuk tushiradi.

- **Diabet:** qon shakarining yuqori darajasi qon tomirlariga zarar yetkazishi mumkin.

- **Genetika:** oila tarixida yurak kasalliklari bo'lgan insonlar xavf ostida.

- **Hayot tarzi:** sog'lom ovqatlanmaslik, jismoniy faoliyat etishmasligi va stress.

Belgilari

1. YQT kasalliklarining belgilari turlicha bo'lishi mumkin, ammo eng ko'p uchraydiganlari:

2. Yurak og'rig'i: ko'pincha ko'krakda og'riq yoki siqilish hissi.

3. Qon bosimining oshishi: yuqori qon bosimi ko'pincha asimptomatik bo'lishi mumkin.

4. Nafas qisilishi: jismoniy faoliyat paytida yoki tinch holatda nafas olishda qiyinchilik.

5. Charchoq: oddiy faoliyatlar paytida tez charchash hissi.

Xavf omillari

1. YQT kasalliklarini rivojlanishiga olib keladigan asosiy xavf omillari:

2. Yosh: yosh o'sishi bilan yurak kasalliklari xavfi oshadi.

3. Irsi omillar: oila tarixida yurak kasalliklari bo'lganlar.

4. Sog'lom bo'lmagan hayot tarzi: tamaki chekish, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish, yog'li va shakarli ovqatlar iste'moli.

Davolash usullari

YQT kasalliklarini davolashda bir nechta usullar mavjud:

- **Dori-darmonlar:** qon bosimini pasaytiruvchi, qon ivishini oldini oluvchi va boshqa dori vositalari.

- **Jarrohlik aralashuvi:** agar dori-darmonlar samarali bo'lmasa, jarrohlik usullari qo'llanilishi mumkin.

- **Reabilitatsiya:** yurak reabilitatsiyasi dasturlari orqali bemorlar sog'lom hayot tarziga qaytishi mumkin.

Yurak qon tomir tizimi kasalliklari jiddiy sog'liq muammosi bo'lib, ularni oldini olish va davolash muhimdir. Sog'lom hayot tarzi, muntazam tibbiy tekshiruvlar va zarur bo'lsa, davolash usullarini qo'llash orqali yurak salomatligini saqlash mumkin. Sog'lom yurak — sog'lom hayotning kalitidir!

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Yurak-tomir_sistemi_kasalliklari

2. https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Yurak-qon_tomir_kasalliklari

