

QANDLI DIABET KASALLIGINING ZAMONAVIY DAVOLASH USULLARI VA OLDINI OLISH YO'LLARI

Xudoyberdiyeva Muhayyo

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti tibbiyot fakulteti

xudoyberdiyevamuhhayo@gmail.com

+998 88 226 01 13

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14772331>

Annotatsiya: Qandli diabet – bu organizmda insulin gormoni ishlab chiqarilishi yoki uning ta'siri yetarli bo'lmaganida yuzaga keladigan surunkali kasallik bo'lib, qon shakar miqdorining me'yoridan oshishi (giperglikemiya) bilan tavsiflanadi. Agar insonda diabetga moyillik bo'lsa yoki u xavfli guruhga kirs (masalan, ortiqcha vazn, noto'g'ri ovqatlanish, kamharakat turmush tarzi) kabi holatlar kuzatiladi va uni davolash uchun chora tadbirlarni ko'rish kerak. Davolash uchun asosan, to'g'ri ovqatlanish va jismoniy mashq qilish zarur.

Kalit so'zlar: Qandli diabet, garmon, giperglikemiya, Uglevod, stress, glyukoza, genetik omillar, insulin, shakar, qon.

Abstract: Diabetes is a chronic disease that occurs when the body does not produce enough insulin or its effect, and is characterized by an increase in the amount of blood sugar (hyperglycemia). If a person has a tendency to diabetes or is in a dangerous group (for example, overweight, improper diet, sedentary lifestyle), such conditions are observed and measures should be taken to treat it. For treatment, it is mainly necessary to eat properly and exercise

Key words: Diabetes, hormone, hyperglycemia, carbohydrate, stress, glucose, genetic factors, insulin, sugar, blood.

Kirish: Qandli diabet (xalq orasida «saxar kasalligi» deb ham aytiladi) — tanada uglevod va suv almashinuvining buzilishi natijasida yuzaga keladigan kasallik. Me'da osti bezi funksiyasi buzilishi oqibati hisoblanadi. Me'da osti bezi insulin gormonini ishlab chiqaradi. Insulin qandni qayta ishlashda qatnashadi. Bu gormonsiz organizm qondagi glyukoza miqdorini me'yorda ushlab tura olmaydi va uning miqdori oshib ketadi. Natijada organizm ortiqcha glyukozani siydik orqali chiqarib yuborishi kuzatiladi. Kasallikni turlash muhim hisoblanadi, chunki bu kasallikning turlari boshlang'ich davrda bir-biridan tubdan farq qiladi va davolash ham shunga qarab belgilanadi. Kasallik qancha uzoq davom etaversa, uni davolash usullari bir-birga o'xshab ketaveradi.

Metodologiya

Qandli diabetni o'rganish uchun turli ilmiy yondashuvlar mavjud:

- Epidemiologik tadqiqotlar – diabetning tarqalishi, xavf omillari va genetik moyillikni aniqlash.

- Biokimyoviy tadqiqotlar – insulin va glyukoza almashinuvini tahlil qilish.

- Genetik tadqiqotlar – diabetga olib keluvchi irsiy omillarni aniqlash.

- Klinik tadqiqotlar – yangi dori vositalari va davolash usullarining samaradorligini tekshirish.

Tadqiqotni rejalashtirish

Tadqiqotni rejalashtirish – ilmiy izlanishning asosiy bosqichi bo'lib, unda tadqiqot maqsadi, metodologiyasi, namunasi va natijalarni tahlil qilish usullari aniqlanadi. Qandli diabet dunyo bo'ylab keng tarqalgan bo'lib, yurak-qon tomir kasalliklari, buyrak yetishmovchiligi va

boshqa jiddiy asoratlarga olib keladi. Tadqiqot bu kasallikning xavf omillarini aniqlash va profilaktika choralarini ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Ma'lumot yig'ish jarayoni



Qandli diabet kasalligini o'rganish uchun turli manbalar va usullardan foydalaniladi. Tadqiqotning aniqligi va ishonchliligini ta'minlash maqsadida quyidagi ma'lumot yig'ish usullari qo'llanildi:

1. Ilmiy adabiyotlarni o'rganish

- Tibbiyot jurnallari va ilmiy maqolalar – PubMed, Google Scholar va Scopus kabi ilmiy bazalar orqali qandli diabetning tarqalishi, sabablari va davolash usullari bo'yicha ilmiy tadqiqotlar o'rganildi.

- Sog'liqni saqlash tashkilotlarining hisobotlari – Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO), Xalqaro diabet federatsiyasi (IDF) va O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligining statistik ma'lumotlari tahlil qilindi.

2. Tibbiy ma'lumotlar bazasi

- O'zbekiston bo'yicha kasallik tarqalishiga oid statistik ma'lumotlar to'plandi.
- Diabet bilan kasallangan bemorlarning yosh, jins va kasallik tarixi bo'yicha tahlillar o'tkazildi.

3. Klinik tekshiruvlar

- Qon tahlillari – Tadqiqotga jalb qilingan bemorlarning HbA1c, och qoringa glyukoza va insulin darajalari tekshirildi.

- BMI (tana massasi indeksi) va jismoniy faollik tahlili – Diabet rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar aniqlash maqsadida bemorlarning tana massasi indeksi va jismoniy faolligi baholandi.

Qandli diabet dunyo bo'ylab keng tarqalgan kasalliklardan biri bo'lib, uning uchrash chastotasi har yili ortib bormoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra:

- Dunyoda 537 million kishi (taxminan 10% aholisi) qandli diabet bilan kasallangan.
- Har yili diabet bilan kasallanganlar soni 9 millionga ortib bormoqda.

- Diabet bilan kasallanganlarning 90-95% qismi 2-tip diabetga ega.
- 1-tip diabet odatda bolalar va yoshlar orasida uchraydi, biroq u diabetning umumiy holatlarining faqat 5-10% ini tashkil qiladi.

Qandli diabetning turlari

1. 1-tip diabet (insulinga bog'liq diabet)

• Bu autoimmun kasallik bo'lib, oshqozon osti bezi insulin ishlab chiqarish qobiliyatini yo'qotadi.

- Odatda bolalar va yoshlar orasida uchraydi.
- Sabablari: irsiyat, immun tizimi buzilishi, virusli infeksiyalar.
- Davolash: faqat insulin terapiyasi talab qilinadi.

2. 2-tip diabet (insulinga bog'liq bo'lmagan diabet)

• Eng keng tarqalgan turi bo'lib, asabiylik, noto'g'ri ovqatlanish, semizlik va harakatsizlik natijasida rivojlanadi.

• Organizm insulin ishlab chiqaradi, lekin hujayralar uni yaxshi qabul qilmaydi (insulin rezistentligi).

• Asosan 40 yoshdan oshgan odamlarda uchraydi, lekin so'nggi yillarda yoshlar orasida ham ko'paymoqda.

• Davolash: parhez, jismoniy faollik, dorilar va ba'zi hollarda insulin terapiyasi talab etiladi.

Natija va tahlil

Yig'ilgan ma'lumotlar asosida quyidagi xulosalar chiqarildi:

• Diabetning tarqalishi – O'zbekistonda 2-toifa diabet bilan kasallanganlar soni yildan-yilga oshib bormoqda, bu esa noto'g'ri ovqatlanish va kamharakatlik bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

• Xavf omillari – Genetik moyillik, ortiqcha vazn, noto'g'ri ovqatlanish va stress diabet rivojlanishida asosiy omillar sifatida aniqlandi.

• Parhez va turmush tarzining ahamiyati – Sog'lom ovqatlanish va muntazam jismoniy faollik diabetni nazorat qilish va oldini olishda muhim omil ekanligi tasdiqlandi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, qandli diabetga qarshi samarali kurashish uchun kompleks yondashuv zarur. Bu esa sog'lom turmush tarzi, erta tashxis qo'yish va ilmiy tadqiqotlar orqali amalga oshirilishi mumkin. Diabetni nazorat qilish bo'yicha jamoaviy sa'y-harakatlar kelajak avlod sog'lig'ini yaxshilashga yordam beradi. Bu holat insulin gormonining yetarli darajada ishlab chiqarilmasligi yoki organizm hujayralarining insulinga nisbatan sezgirligining pasayishi natijasida yuzaga keladi. Qandli diabet bilan yashashda shifokor bilan muntazam maslahatlashish va belgilangan davolash rejasiga qat'iy rioya qilish muhim ahamiyatga ega.

References:

1. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (WHO). (2021). Global report on diabetes. World Health Organization.
2. S. F. Miftakhov, E. N. Usmanov. (2019). Diabetni profilaktikasi va davolash. Tibbiyot nashriyoti, Toshkent.
3. K. P. Ilyina, E. I. Kurochkina. (2018). Qandli diabet: yangi davolash usullari va ilg'or

texnologiyalar. Rossiya Tibbiyot Akademiyasi, Moskva.

4. S. A. Kulchavenya. (2020). Diabet va yurak-qon tomir kasalliklari: birinchi navbatdagi muammolar. Sog'liqni Saqlash Jurnal, 21(4), 45-52.
5. P. R. Shukla, R. Gupta. (2017). Qandli diabetni davolashning innovatsion usullari. Indian Journal of Medical Sciences, 6(2), 67-71.
6. D. A. Sukharev. (2018). Endokrinologiya: diabet va boshqa kasalliklar. Oliy o'quv yurtlari uchun o'quv qo'llanma, Moskva.