



New Day in Medicine
Новый День в Медицине

NDM



TIBBIYOTDA YANGI KUN

Ilmiy referativ, marifiy-ma'naviy jurnal



AVICENNA-MED.UZ



ISSN 2181-712X.
EiSSN 2181-2187

11 (73) 2024

Сопредседатели редакционной коллегии:

**Ш. Ж. ТЕШАЕВ,
А. Ш. РЕВИШВИЛИ**

Ред. коллегия:

М.И. АБДУЛЛАЕВ
А.А. АБДУМАЖИДОВ
Р.Б. АБДУЛЛАЕВ
Л.М. АБДУЛЛАЕВА
А.Ш. АБДУМАЖИДОВ
М.А. АБДУЛЛАЕВА
Х.А. АБДУМАЖИДОВ
Б.З. АБДУСАМАТОВ
М.М. АКБАРОВ
Х.А. АКИЛОВ
М.М. АЛИЕВ
С.Ж. АМИНОВ
Ш.Э. АМОНОВ
Ш.М. АХМЕДОВ
Ю.М. АХМЕДОВ
С.М. АХМЕДОВА
Т.А. АСКАРОВ
М.А. АРТИКОВА
Ж.Б. БЕКНАЗАРОВ (главный редактор)
Е.А. БЕРДИЕВ
Б.Т. БУЗРУКОВ
Р.К. ДАДАБАЕВА
М.Н. ДАМИНОВА
К.А. ДЕХКОНОВ
Э.С. ДЖУМАБАЕВ
А.А. ДЖАЛИЛОВ
Н.Н. ЗОЛотова
А.Ш. ИНОЯТОВ
С. ИНДАМИНОВ
А.И. ИСКАНДАРОВ
А.С. ИЛЬЯСОВ
Э.Э. КОБИЛОВ
А.М. МАННАНОВ
Д.М. МУСАЕВА
Т.С. МУСАЕВ
М.Р. МИРЗОЕВА
Ф.Г. НАЗИРОВ
Н.А. НУРАЛИЕВА
Ф.С. ОРИПОВ
Б.Т. РАХИМОВ
Х.А. РАСУЛОВ
Ш.И. РУЗИЕВ
С.А. РУЗИБОВЕВ
С.А.ГАФФОРОВ
С.Т. ШАТМАНОВ (Кыргызстан)
Ж.Б. САТТАРОВ
Б.Б. САФОВЕВ (отв. редактор)
И.А. САТИВАЛДИЕВА
Ш.Т. САЛИМОВ
Д.И. ТУКСАНОВА
М.М. ТАДЖИЕВ
А.Ж. ХАМРАЕВ
Д.А. ХАСАНОВА
А.М. ШАМСИЕВ
А.К. ШАДМАНОВ
Н.Ж. ЭРМАТОВ
Б.Б. ЕРГАШЕВ
Н.Ш. ЕРГАШЕВ
И.Р. ЮЛДАШЕВ
Д.Х. ЮЛДАШЕВА
А.С. ЮСУПОВ
Ш.Ш. ЯРИКУЛОВ
М.Ш. ХАКИМОВ
Д.О. ИВАНОВ (Россия)
К.А. ЕГЕЗАРЯН (Россия)
DONG JINCHENG (Китай)
КУЗАКОВ В.Е. (Россия)
Я. МЕЙЕРНИК (Словакия)
В.А. МИТИШ (Россия)
В.И. ПРИМАКОВ (Беларусь)
О.В. ПЕШИКОВ (Россия)
А.А. ПОТАПОВ (Россия)
А.А. ТЕПЛОВ (Россия)
Т.Ш. ШАРМАНОВ (Казахстан)
А.А. ЩЕГОЛОВ (Россия)
С.Н. ГУСЕЙНОВА (Азербайджан)
Prof. Dr. KURBANHAN MUSLUMOV (Azerbaijan)
Prof. Dr. DENIZ UYAK (Germany)

**ТИББИЁТДА ЯНГИ КУН
НОВЫЙ ДЕНЬ В МЕДИЦИНЕ
NEW DAY IN MEDICINE**

*Илмий-рефератив, маънавий-маърифий журнал
Научно-реферативный,
духовно-просветительский журнал*

УЧРЕДИТЕЛИ:

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ
ООО «ТИББИЁТДА ЯНГИ КУН»**

Национальный медицинский
исследовательский центр хирургии имени
А.В. Вишневского является генеральным
научно-практическим
консультантом редакции

Журнал был включен в список журнальных
изданий, рецензируемых Высшей
Аттестационной Комиссией
Республики Узбекистан
(Протокол № 201/03 от 30.12.2013 г.)

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:

М.М. АБДУРАХМАНОВ (Бухара)
Г.Ж. ЖАРЫЛКАСЫНОВА (Бухара)
А.Ш. ИНОЯТОВ (Ташкент)
Г.А. ИХТИЁРОВА (Бухара)
Ш.И. КАРИМОВ (Ташкент)
У.К. КАЮМОВ (Тошкент)
Ш.И. НАВРУЗОВА (Бухара)
А.А. НОСИРОВ (Ташкент)
А.Р. ОБЛОКУЛОВ (Бухара)
Б.Т. ОДИЛОВА (Ташкент)
Ш.Т. УРАКОВ (Бухара)

11 (73)

2024

ноябрь

www.bsmi.uz

https://newdaymedicine.com E:

ndmuz@mail.ru

Тел: +99890 8061882

UDK 616.12-008.331.1

ARTERIAL GIPERTENZIYADA XAVF OMILLARI TAHLILI

Jalilova Umida Djumayevna <https://orcid.org/0000-0003-2780-8192>

Abu Ali ibn Sino nomidagi Buxoro davlat tibbiyot instituti, O'zbekiston, Buxoro, st. A. Navoiy. 1
Tel: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Rezyume

Butun dunyoda yurak-qon tomir kasalliklari soni oshib borishi kuzatilmoqda, shulardan o'lim sonining 1/3 qismi 2019-yilda qayd etilib bunda, o'lim soni 1990-yilda 12,1 millonda 2019-yilda 18,6 millionga yetgan. (American College of Cardiology, 2020) Yurak-qon tomir kasalliklari uchun xavf yoki "xavf omillari" ni oshiradigan omillar samarali tarzda nazorat qilinishi yoki ularning ta'sirini bartaraf etish mumkin. Maqolada keltirilgan ma'lumotlar arterial gipertenziya tashxisi qo'yilgan bemorlarning anonim so'rovi natijasi bo'lib, uning davomida ushbu bemorlarda asosiy xavf omillarining ijtimoiy-tibbiy ahamiyati tahlili o'tkazildi.

Kalit so'zlar: xavf omillari, arterial gipertenziya, turmush tarzi

АНАЛИЗ ФАКТОРОВ РИСКА ПРИ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ

Жалилова Умида Джумаевна <https://orcid.org/0000-0003-2780-8192>

Бухарский государственный медицинский институт имени Абу Али ибн Сины, Узбекистан,
г. Бухара, ул. А. Навои. 1 Тел: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Резюме

Во всем мире растет число сердечно-сосудистых заболеваний, причем 1/3 числа смертей зафиксировано в 2019 году, а количество смертей достигло в 2019 году 18,6 миллиона с 12,1 миллиона в 1990 году. (Американский колледж кардиологов, 2020 г.) Факторы, повышающие риск или «факторы риска» сердечно-сосудистых заболеваний, можно эффективно контролировать или обратить вспять. Данные, представленные в статье, являются результатом анонимного опроса пациентов с диагнозом артериальная гипертензия, в ходе которого был проведен анализ социально-медицинской значимости основных факторов риска у этих пациентов.

Ключевые слова: факторы риска, артериальная гипертензия, образ жизни.

ANALYSIS OF RISK FACTORS IN ARTERIAL HYPERTENSION.

Jalilova Umida Djumayevna <https://orcid.org/0000-0003-2780-8192>

Bukhara State Medical Institute named after Abu Ali ibn Sina, Uzbekistan, Bukhara,
st. A. Navoi. 1 Tel: +998 (65) 223-00-50 e-mail: info@bsmi.uz

✓ Resume

The number of cardiovascular diseases is increasing all over the world, 1/3 of the number of deaths from them was recorded in 2019, and the number of deaths reached 18.6 million in 2019, from 12.1 million in 1990. (American College of Cardiology, 2020) Factors that increase the risk or "risk factors" for cardiovascular disease can be effectively controlled or reversed.

The data presented in the article is the result of an anonymous survey of patients diagnosed with arterial hypertension, during which an analysis of the socio-medical significance of the main risk factors in these patients was carried out.

Key words: risk factors, arterial hypertension, lifestyle

Dolzarbligi

Yurak-qon tomir kasalliklari so'nggi o'n yilliklarda o'limning asosiy sababi bo'lishidan tashqari, dunyoning barcha mamlakatlarida kattalar o'rtasidagi kasalliklarning asosiy qismini tashkil qiladi. Yurak-qon tomir tizimi kasalliklari zamonaviy jamiyatimizda ma'lum tibbiy ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lib, bu xavf omillarini erta aniqlash va bartaraf etishni talab qiladi. [1]. Milliy statistika instituti ma'lumotlariga ko'ra, qon aylanish tizimi kasalliklari, jumladan, gipertoniya, o'limning yetakchi sabablaridan biri bo'lib - ular Bolgariyada 2018 yilda o'lim holatlarining 67 foizini tashkil qiladi. Turli millatlarda kasallikning rivojlanishida farqlar mavjud (Finlyandiya yuqori arterial gipertenziya, Germaniya va Shvetsiyada o'rtacha gipertenziya va Ispaniyada yengil gipertenziya) [2]. Kasallik ehtimolini oshiradigan va uning rivojlanishiga ta'sir qiluvchi xavf omillari orasida: oziq-ovqatdagi ortiqcha tuz, irsiy moyillik, ortiqcha vazn, ruhiy stress, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish, jismoniy faollikning pasayishi va bemorning yoshi kabilar kiradi. [6] Samarali profilaktika strategiyalari sog'lom turmush tarziga rioya qilish, chekish, ovqatlanish va jismoniy faollik, ortiqcha vazn, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish va psixosotsial stress kabi omillarni cheklashga qaratilgan bo'lishi lozim [4].

Tadqiqot maqsadi: Tadqiqotning asosiy maqsadi arterial gipertenziya tashxisi qo'yilgan bemorlarda asosiy xavf omillarini va ularning ijtimoiy-tibbiy ahamiyatini aniqlashdir.

Material va usullar

Maqolada sanab o'tilgan ma'lumotlar 2023-2024 yillar davomida Buxoro viloyat kardiologiya dispanseriga yotqizilgan arterial gipertenziya tashxisi qo'yilgan 100 nafar bemorning anonim tekshiruv natijasidir.

Natija va tahlillar

Arterial gipertenziya bilan og'riqan bemorlarning dietasi va turmush tarzi bilan bog'liq xavf omillari va ular bilan birga keladigan kasalliklar mavjudligi bo'yicha so'rovdan olingan ma'lumotlar quyidagilardan iborat: Bemorlar o'rtasida so'rov o'tkazilgach, respondentlarning 64 foizi erkaklar, 36 foizi ayollar ekanligi ma'lum bo'ldi. Ushbu statistik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, bemorlarning aksariyati erkaklardir. Ko'p sonli adabiy manbalar yurak-qon tomir tizimi kasalliklari bilan og'riqan erkaklarning ustunligini ta'kidlaydi.

So'nggi o'n yilliklarda yoshlar orasida gipertoniya bilan kasallanishning ko'payishi kuzatilmoqda. 18 yoshdan 50 yoshgacha bo'lgan aholida gipertoniya erkaklar orasida ko'proq uchraydi va 50 yoshdan keyin gipertoniya bilan og'riqan ayollarning foizi erkaklarnikiga qaraganda yuqori. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, gipertoniya bilan og'riqan eng yosh bemorlar 20 yoshda. Yosh oralig'idagi bemorlarning eng yuqori foizi 60 yoshdan 70 yoshgacha. Yoshlar orasida arterial gipertenziyaning tarqalishi kattalarnikiga qaraganda past. Yurak-qon tomir kasalliklarining aksariyati irsiy bo'lishi mumkin. Yuqori qon bosimi irsiy xususiyatga ega, respondentlarning 60 foizi ota-onasida yurak-qon tomir kasalliklari haqida ma'lumotga ega ekanligini, 32 foizi - o'z oilasida yurak-qon tomir kasalliklari haqida ma'lumotga ega emasligini yoki mavjud bo'lganlardan xabardor emasligini ta'kidlaydi. So'ralganlarning 8 foizi oilada yurak-qon tomir kasalliklariga ega emas. Respondentlarning 34 foizi qon bosimini muntazam ravishda o'lchaydilar, 66 foizi esa kuchli bosh og'rig'i, yurak urishi yoki nafas qisilishi kuzatilgandagina uni o'lchashga murojaat qiladi. Yuqori qon bosimi qon tomirlariga zarar etkazadi. Bu, o'z navbatida, insult, buyrak yetishmovchiligi, yurak kasalliklari va yurak xuruji xavfini oshiradi.

Gipertenziya ko'pincha "yashirin qotil" deb ataladi, chunki u ko'rinadigan alomatlarsiz va bemor bu haqda bilmadan yillar davomida mavjud bo'lishi mumkin. Yuqori qon bosimi jiddiy yurak-qon tomir kasalliklarining rivojlanishi uchun asosiy xavf omilidir. Tekshiruvdan o'tgan shaxslarning 69 foizi takroriy gipertonik krizni boshdan kechirgan. So'ralganlarning ba'zilari gipertonik krizni boshdan kechirishdan oldin yurak urishi, rangparlik, yengil bosh og'rig'i, bosh aylanishi, tashvish va kuchlanish haqida xabar berishgan.

Uzoq vaqt davomida qonda yuqori qand darajasi aterosklerozning rivojlanishini tezlashtiradi. Natijada, tanadagi barcha asosiy qon tomirlari aterosklerotik pilakchalar bilan qoplangan. Bu yurak (koronar arteriyalar), miya va pastki muchalarni ta'minlaydigan qon tomirlarida eng aniq namoyon bo'ladi. Eng yuqori ko'rsatkich respondentlarning 73 foizi bo'lib, ularda qandli diabet asosiy holat sifatida qayd etilgan.

Ayni paytda dunyo bo'ylab 190 millionga yaqin odam qandli diabetga chalingan bo'lsa, 2025 yilda bu raqam 300 millionga etadi. Kasallik yuqori sanoati rivojlangan mamlakatlarda ham, rivojlanayotgan mamlakatlarda ham mavjud. 50 yoshdan oshgan odamlarning deyarli 25 foizida glyukoza bardoshliligi pasaygan, ularning 5-8 foizida yiliga diabet rivojlanadi.

Yuqori qon bosimli bemorlar diyetasidagi o'zgarishlarning ahamiyati DASH (Gipertenziyani to'xtatish uchun diyetali yondashuv) tadqiqoti bilan tasdiqlangan [4]. Ushbu tadqiqotda ishlatiladigan parhez meva, sabzavotlar va kam yog'li sut mahsulotlariga boy. Tuz miqdori va umumiy kaloriya miqdori doimiy.

Diyetaning o'zi DASH deb ataladi. Ushbu dietada bo'lgan odamlar standart dietada bo'lganlarga qaraganda qon bosimining sezilarli darajada pasayishiga ega. Tadqiqotlar kam yog'li dietaning afzalliklarini ko'rsatadi. Bu ateroskleroz xavfini kamaytirish uchun ham foydalidir. Tuzni kam iste'mol qiladigan odamlarning yoshi ulg'aygan sari qon bosimi kamroq ko'tariladi. Tuzni iste'mol qilishni taxminan 100 mmol / 24 soat (5-6 g / 24 soat) bilan cheklash qon bosimining sezilarli darajada pasayishiga olib keladi.

Ortiqcha vazn arterial gipertenziya, ateroskleroz, yurak etishmovchiligi, yog 'almashinuvining buzilishi va boshqalar kabi jiddiy kasalliklarni rivojlanish xavfini oshiradi. Yurak-qon tomir kasalliklari xavfini kamaytirish uchun tekshirilgan bemorlarning funksional sog'lig'ini yaxshilash kerak. Ortiqcha vazn va semirish darajasi odatda tana massasi indeksiga (BMI) ko'ra o'lchanadi.

Chekish aterosklerotik yurak-qon tomir kasalliklari uchun asosiy xavf omilidir. Bu sigaret chekishdan keyin 15 daqiqa davom etadigan yurak tezligining oshishiga olib keladi. Chekuvchilarning xavfi har kuni chekiladigan sigaretalar soni va chekish davrining davomiyligi bilan bog'liq bo'lib, 30 yildan keyin 10 yillik chekish davriga nisbatan ikki baravar ko'payadi [3]. Chekuvchilarda yurak xastaligi xavfi chekmaydiganlarga qaraganda 30 baravar yuqori. Kuniga bir yoki bir nechta quti sigaretani chekish yurak-qon tomir kasalliklaridan o'limni 2 baravar oshiradi. Chekishni to'xtatish bu xavfni kamaytiradi. Kuniga 20 dan ortiq sigaret chekuvchilarda yurak-qon tomir kasalliklarini rivojlanish xavfi chekmaydiganlarga qaraganda 2,5 baravar, chekuvchilarda esa 3 baravar yuqori. Chekish yurak ishemik kasalligidan kasallanish va o'limni oshiradi.

O'tkir hissiy stress qon zardobida adrenalin va norepinefrinning keskin ko'payishi tufayli qon bosimining oshishiga olib kelishi mumkin [5]. Uzoq muddatli (surunkali) stress qon bosimining doimiy o'sishiga olib kelishi mumkin.

Stress - bu g'ayrioddiy, uzoq muddatli stimulyatsiya natijasida yuzaga keladigan tananing holati. Natijada ko'p miqdorda stress gormonlari chiqariladi. Stress gormonlari:

- Qon bosimini oshirish;
- yurak xuruji va boshqa yurak-qon tomir kasalliklariga olib kelishi mumkin.

O'tgan yili respondentlarning 46% yaqinini yo'qotish / o'lim yoki ajralish bilan bog'liq stressni boshdan kechirishgan, 25% ish joyini o'zgartirish stressini boshdan kechirgan, 18% boshqa stressli vaziyatlarni boshdan kechirgan va 11% joyni o'zgartirish stressni boshdan kechirgan. Bularning barchasi ularning salomatligi va qon bosimiga jiddiy ta'sir ko'rsatdi.

Xulosa

Tadqiqot shuni tasdiqlaydiki, 18 yoshdan 50 yoshgacha bo'lgan aholi orasida gipertoniya erkaklar orasida ko'proq uchraydi va 50 yoshdan so'ng gipertoniya bilan og'rigan ayollarning foizi ko'proq bo'ladi. Natijalarga ko'ra, gipertoniya bilan og'rigan eng yosh bemorlar 20 yoshda. Bemorlarning eng yuqori foizi 60 yoshdan 70 yoshgacha. Yuqori qon bosimi irsiy bo'lib, ko'pchilik bemorlar ota-onasining yurak-qon tomir kasalliklari haqida ma'lumotga ega. Gipertenziya ortiqcha vazn bilan sezilarli darajada bog'liq va uning rivojlanish xavfi ortiqcha vaznli odamlarda 40-60% ga yuqori ekanligi ko'rsatilgan. Hayot tarzini o'zgartirish yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olish va davolashda muhim ahamiyatga ega. Gipertenziya xavfini kamaytirish uchun ortiqcha vazn bo'lsa vazn yo'qotish, chekishni to'xtatish, spirtli ichimliklarni iste'mol qilishni cheklash va jismoniy faollikni oshirish uchun qon bosimini muntazam ravishda o'lchash kerak. Oziq-ovqat orqali to'yingan yog' va xolesterinni iste'mol qilishni kamaytirish yurak faoliyatini sezilarli darajada yaxshilaydi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Иванова Д. Характеристика на рисковите фактори и алгоритъм на сестринските грижи при пациенти с артериална хипертония. //Списание на Българската лига по хипертония, 2021;5(9):63-76. ISSN 2367-5225
2. Иванова Д., Перусанова Л. Характеристика на рисковите фактори при пациенти с исхемична болест на сърцето, //Управление и образование, 2019;15(5):104-107. ISSN 13126121
3. Иванова Д. Социално-медицинска характеристика на пациентите с Остър миокарден инфаркт, Медицински Меридиани, 2015;2:13-19. ISSN 1314-1090
4. Иванова Д. Потребност от обучение за грижи в домашни условия на пациенти след сърдечна операция, //Сърдечно-съдови заболявания, 2021;1:30-35.
5. Vuxoro J. U. D. Changes in the level of microelements in arterial hypertension //American Journal of Pediatric Medicine and Health Sciences (2993-2149). 2023;1(10):338-340.
6. Afkarian M, Katz R, Bansal N, Correa A, Kestenbaum B, Himmelfarb J, de Boer IH, Young B. Diabetes, Kidney Disease, and Cardiovascular Outcomes in the Jackson Heart Study. //CJASN 2016;11(8):1384-1391.

Qabul qilingan sana 20.10.2024