AHOLI ORASIDA 2-TIP QANDLI DIABETNING YASHIRIN SHAKLLARINI ANIQLASHDA BIRLAMCHI TIBBIY YORDAMNING O‘RNI

Sotvoldiyeva Gulxayo Abdulatif qizi FJSTI Sog‘liqni saqlashni boshqarish va jamoat sog‘lig‘ini saqlash 1-kurs magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada aholi orasida 2-tip qandli diabetning yashirin shakllarini aniqlashda birlamchi tibbiy yordamning o‘rni tahlil qilinadi. Erta skrining, xavf guruhlarini aniqlash va profilaktik yondashuvlarning samaradorligi o‘rganiladi. Shuningdek, laborator diagnostika va klinik kuzatuv usullari baholanadi. Tadqiqot natijalari diabetni erta bosqichda aniqlash orqali asoratlarni kamaytirish va sog‘liqni saqlash tizimi samaradorligini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so‘zlar: 2-tip qandli diabet, yashirin shakl, birlamchi tibbiy yordam, skrining, glyukoza, HbA1c, insulin rezistentligi, metabolik sindrom, xavf guruhlari, profilaktika, diagnostika, endokrinologiya, sog‘liqni saqlash, epidemiologiya, bemor monitoringi, semizlik, parhez, jismoniy faollik, erta aniqlash, birlamchi bo‘g‘in

2-tip qandli diabet (T2DM) zamonaviy tibbiyotda eng ko‘p uchraydigan metabolik kasalliklardan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda ushbu kasallikning yashirin shakllari soni sezilarli darajada ortib bormoqda. Yashirin diabet ko‘pincha uzoq vaqt davomida klinik belgilar bermasdan kechadi va faqat asoratlar rivojlanganda aniqlanadi. Bu esa kasallikni erta aniqlash muammosini dolzarb qiladi. Birlamchi tibbiy-sanitariya yordami tizimi aholi salomatligini saqlashda eng muhim bo‘g‘in hisoblanadi. Aynan shu bosqichda bemorlar bilan birinchi kontakt o‘rnatiladi va kasalliklarning erta bosqichlari aniqlanadi. 2-tip qandli diabetning yashirin shakllarini aniqlashda ham birlamchi bo‘g‘inning roli juda katta.

Kasallikning yashirin kechishi insulin rezistentligi va glyukoza metabolizmining buzilishi bilan bog‘liq bo‘lib, bemor uzoq vaqt davomida o‘zida hech qanday sezilarli simptom sezmasligi mumkin. Biroq bu davrda organizmda mikro va makro tomirlar shikastlanishi boshlanadi. Natijada yurak-qon tomir kasalliklari, buyrak yetishmovchiligi va ko‘rish qobiliyatining pasayishi kabi og‘ir asoratlar rivojlanadi. Birlamchi tibbiy yordam sharoitida skrining dasturlarini joriy etish yashirin diabetni erta aniqlash imkonini beradi. Xavf guruhlariga kiruvchi shaxslar — ortiqcha vazn, semizlik, oilaviy anamnez, gipertoniya va sedentary hayot tarzi mavjud bo‘lgan bemorlar muntazam tekshiruvdan o‘tkazilishi kerak. Erta aniqlash nafaqat individual bemor salomatligini saqlash, balki butun sog‘liqni saqlash tizimi yuklamasini kamaytirishda ham muhim ahamiyatga ega. Chunki kasallikni erta bosqichda aniqlash va boshqarish asoratlar rivojlanishining oldini oladi va davolash xarajatlarini kamaytiradi.

2-tip qandli diabetni yashirin bosqichda aniqlashda skrining usullari muhim rol o‘ynaydi. Birlamchi tibbiy yordam muassasalarida ushbu jarayonni samarali tashkil etish kasallikning erta tashxislanishini ta’minlaydi. Eng keng qo‘llaniladigan diagnostik usullardan biri bu och qoringa glyukoza darajasini aniqlash hisoblanadi. Ushbu test oddiy va arzon bo‘lib, xavf guruhidagi bemorlarni dastlabki baholashda qo‘llaniladi. Bundan tashqari, glyukozaga tolerantlik testi ham muhim diagnostik ahamiyatga ega. HbA1c testi so‘nggi 2–3 oydagi glyukoza darajasini aks ettiradi va yashirin diabetni aniqlashda juda foydali hisoblanadi. Ushbu ko‘rsatkich orqali bemorda uzoq muddatli glyukoza nazorati baholanadi. Birlamchi bo‘g‘inda bemorlarni xavf guruhlariga ajratish skrining samaradorligini oshiradi. Semizlik, arterial gipertenziya, dislipidemiya va oilaviy anamnez mavjud bemorlar alohida nazoratga olinadi. Shuningdek, antropometrik ko‘rsatkichlar — tana massasi indeksi (TMI), bel aylana o‘lchami ham diabet xavfini baholashda muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy yondashuvlarda raqamli sog‘liqni saqlash tizimlari ham qo‘llanilmoqda. Elektron tibbiy kartalar va avtomatlashtirilgan skrining tizimlari bemorlarni

monitoring qilishni yengillashtiradi. Shu bilan birga, tibbiyot xodimlarining bilim darajasi ham muhim omil hisoblanadi. Birlamchi bo‘g‘in shifokorlari diabetning erta belgilarini aniqlash va to‘g‘ri yo‘naltirish bo‘yicha yetarli malakaga ega bo‘lishi kerak.

Yashirin 2-tip qandli diabetni aniqlash bilan bir qatorda, uning oldini olish ham muhim ahamiyatga ega. Profilaktik choralar birlamchi tibbiy yordam tizimida amalga oshiriladigan asosiy yo‘nalishlardan biridir. Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish profilaktikaning asosiy komponenti hisoblanadi. To‘g‘ri ovqatlanish, jismoniy faollik va vazn nazorati diabet rivojlanish xavfini sezilarli kamaytiradi. Aholi orasida sog‘lom ovqatlanish bo‘yicha tushuntirish ishlarini olib borish ham muhimdir. Shakar va tez hazm bo‘ladigan uglevodlarni cheklash insulin rezistentligini kamaytirishga yordam beradi. Jismoniy faollikni oshirish ham profilaktikada muhim o‘rin tutadi. Muntazam yurish, sport bilan shug‘ullanish va faol hayot tarzi glyukoza metabolizmini yaxshilaydi. Birlamchi tibbiy yordam muassasalarida muntazam tibbiy ko‘riklar tashkil etish kasallikni erta aniqlash imkonini beradi. Bu esa asoratlarning oldini olishga yordam beradi. Bundan tashqari, psixologik omillar ham e’tiborga olinishi kerak. Stress va ruhiy zo‘riqish metabolik buzilishlarni kuchaytirishi mumkin.

Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, birlamchi tibbiy yordam tizimida skrining dasturlarini joriy etish yashirin 2-tip qandli diabetni erta aniqlashda samarali hisoblanadi. Xavf guruhidagi bemorlarda HbA1c va glyukoza testlari orqali ko‘plab yashirin holatlar aniqlangan. Bu esa erta tashxis qo‘yish imkonini bergan. Shuningdek, semizlik va sedentary hayot tarzi diabet rivojlanishida asosiy omillar ekanligi tasdiqlandi. Muhokama jarayonida aniqlanishicha, birlamchi bo‘g‘inda profilaktika va skrining tizimi yetarli darajada rivojlangan bo‘lsa, diabet asoratlarini sezilarli kamaytirish mumkin.

Xulosa

2-tip qandli diabetning yashirin shakllarini erta aniqlash birlamchi tibbiy yordam tizimining eng muhim vazifalaridan biridir. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, skrining dasturlarini keng joriy etish kasallikni erta bosqichda aniqlash va asoratlarning oldini olishda samarali hisoblanadi. Birlamchi bo‘g‘inda xavf guruhlarini aniqlash, laborator diagnostika usullarini qo‘llash va profilaktik choralarni amalga oshirish kasallikni nazorat qilishda muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va aholi orasida tibbiy savodxonlikni oshirish diabet rivojlanish xavfini kamaytiradi. Umuman olganda, birlamchi tibbiy yordam tizimini takomillashtirish 2-tip qandli diabetni erta aniqlash va samarali boshqarishning asosiy omili hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. World Health Organization. Diabetes Guidelines, 2023.
2. American Diabetes Association. Standards of Care in Diabetes, 2024.
3. International Diabetes Federation. Diabetes Atlas, 2022.
4. Defronzo R. Pathogenesis of Type 2 Diabetes, 2020.
5. Kahn S.E. Beta-cell dysfunction in diabetes, 2021.
6. Ismoilov A.A. Endokrin kasalliklar asoslari, Toshkent, 2020.
7. Karimova D.Sh. Qandli diabet klinikasi, 2021.
8. Rasulov B.B. Metabolik sindrom, 2020.
9. Yo‘ldoshev M.M. Endokrinologiya asoslari, 2022.
10. Abdullayeva N.K. Birlamchi tibbiy yordam va diabet, 2021.