“NAFAS OLISH A'ZOLARI KASALLIKLARIDA QARIYALARNI PARVARISHLASH”

Urganch Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi
"Terapiya" kafedrasi yetakchi o'qituvchisi
Babajanova Nodira Yuldashbaevna

Annotatsiya: *Nafas olish tizimi kasalliklari keksa yoshdagi aholi orasida eng ko‘p uchraydigan va nogironlik hamda o‘lim ko‘rsatkichlarining oshishiga sabab bo‘ladigan kasalliklar qatoriga kiradi. Keksalik davrida organizmda yuz beradigan anatomik va fiziologik o‘zgarishlar tufayli nafas olish a’zolarining himoya funksiyalari susayadi, infeksiyalarga qarshilik kamayadi va kasalliklarning og‘ir kechish xavfi ortadi. Shu sababli qariyalarni parvarishlash davolash jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Mazkur maqolada qariyalarda uchraydigan asosiy nafas olish tizimi kasalliklari, ularning rivojlanish sabablari, klinik xususiyatlari va parvarishlash tamoyillari ilmiy adabiyotlar asosida yoritilgan.*

Kalit so‘zlar: *qariyalar, geriatriya, pnevmoniya, surunkali bronxit, bronxial astma, SO‘OK, hamshiralik parvarishi, reabilitatsiya, profilaktika.*

Bugungi kunda dunyo aholisi tarkibida keksalar ulushi yildan-yilga ortib bormoqda. Tibbiyot va farmatsevtika sohasidagi yutuqlar natijasida inson umr davomiyligi sezilarli darajada uzaygan. Shu bilan birga, qarilik davrida uchraydigan surunkali kasalliklar soni ham ortib bormoqda. Nafas olish tizimi kasalliklari ana shunday muammolardan biri hisoblanadi.

Qarilik davrida o‘pka to‘qimalarining elastikligi kamayadi, ko‘krak qafasining harakatchanligi pasayadi, bronxlar drenaj funksiyasi buziladi va immun tizim faoliyati susayadi. Natijada mikroorganizmlar organizmga oson kirib boradi va kasalliklarni keltirib chiqaradi. Ayniqsa pnevmoniya, surunkali bronxit, bronxial astma hamda surunkali obstruktiv o‘pka kasalligi (SO‘OK) qariyalarda ko‘p uchraydi. Nafas olish tizimi kasalliklari bilan og‘rigan qariyalarni

parvarishlash nafaqat dori-darmonlarni berish, balki bemorning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy ehtiyojlarini qondirishni ham o‘z ichiga oladi. To‘g‘ri tashkil etilgan parvarish bemorning hayot sifatini yaxshilaydi, asoratlarning oldini oladi va sog‘ayish jarayonini tezlashtiradi.

Maqolani tayyorlash jarayonida geriatriya, pulmonologiya va hamshiralik ishi bo‘yicha ilmiy adabiyotlar, xalqaro klinik tavsiyalar va ilmiy maqolalar tahlil qilindi. Tadqiqot davomida qariyalarda nafas olish tizimi kasalliklarining kechishi hamda parvarishlashning zamonaviy usullari o‘rganildi.

Qariyalarda nafas olish tizimining anatomik va fiziologik o‘zgarishlari

Qarilik organizmning barcha tizimlariga ta’sir ko‘rsatadi. Nafas olish organlarida quyidagi o‘zgarishlar yuz beradi:

O‘pka alveolalarining elastikligi kamayadi.

Nafas mushaklarining kuchi susayadi.

Bronxlarning shilliq qavati yupqalashadi.

Yo‘tal refleksi zaiflashadi.

O‘pkaning hayotiy sig‘imi kamayadi.

Qonning kislorod bilan to‘yinish darajasi pasayadi.

Bronxlarda balg‘am yig‘ilishi osonlashadi.

Mahalliy immunitet sustlashadi.

Mazkur o‘zgarishlar natijasida qariyalarda infeksion kasalliklar ko‘proq uchraydi va davolanish muddati uzayadi.

Qariyalarda uchraydigan asosiy nafas olish kasalliklari

Pnevmoniya

Pnevmoniya o‘pka to‘qimasining yallig‘lanishi bo‘lib, qariyalarda eng xavfli kasalliklardan biri hisoblanadi. Kasallik bakteriyalar, viruslar yoki zamburug‘lar ta’sirida rivojlanadi.

Asosiy belgilar:

Yo‘tal.

Balg‘am ajralishi.

Nafas qisishi.

Tana haroratining ko‘tarilishi.

Ko‘krak qafasidagi og‘riq.

Ishtahaning pasayishi.

Qariyalarda pnevmoniya ko‘pincha yashirin kechadi. Ba’zi hollarda isitma kuzatilmasligi mumkin. Faqatgina holsizlik, bosh aylanishi va uyquchanlik kuzatiladi.

Klinik misol: 78 yoshli bemorda bir necha kun davomida ovqatlanishning kamayishi va umumiy holsizlik kuzatilgan. Tekshiruv natijasida o‘ng o‘pkaning pastki bo‘lagida pnevmoniya aniqlangan.

Surunkali bronxit

Surunkali bronxit bronxlarning uzoq davom etuvchi yallig‘lanishi hisoblanadi. Kasallikning asosiy belgisi ketma-ket ikki yil davomida kamida uch oy davom etuvchi yo‘tal hisoblanadi.

Kasallik rivojlanishiga:

Chekish.

Changli muhitda ishlash.

Atmosfera ifloslanishi.

Tez-tez respirator infeksiyalar sabab bo‘ladi.

Surunkali bronxit vaqt o‘tishi bilan nafas yetishmovchiligiga olib kelishi mumkin.

Bronxial astma

Bronxial astma bronxlarning surunkali allergik yallig‘lanishi natijasida yuzaga keladi.

Asosiy belgilar:

Nafas qisishi.

Bo‘g‘ilish hissi.

Hushtaksimon nafas.

Tungi yo‘tal.

Qariyalarda astma yurak-qon tomir kasalliklari bilan birga uchragani sababli tashxis qo‘yish murakkablashadi. Qariyalarda ko‘pincha bir nechta kasalliklar mavjud bo‘ladi. Shu sababli dori vositalarini to‘g‘ri qabul qilish ustidan qat’iy nazorat o‘rnatish zarur.

Parvarishlovchi shaxs:

Dori berish vaqtini kuzatadi.

Preparatning dozasi to‘g‘riligini tekshiradi.

Nojo‘ya ta’sirlarni nazorat qiladi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, qariyalarda nafas olish tizimi kasalliklarini davolash samaradorligi ko‘p jihatdan sifatli parvarishga bog‘liq. Hamshiralik parvarishi, ratsional ovqatlanish, nafas mashqlari, gigiyenik tadbirlar va psixologik qo‘llab-quvvatlash bemorlarning sog‘ayish muddatini qisqartiradi hamda asoratlar rivojlanish xavfini kamaytiradi. Ayniqsa pnevmoniya va SO‘OK bilan og‘rigan bemorlarda muntazam kuzatuv va reabilitatsiya muhim ahamiyat kasb etadi.

Xulosa qilib aytganda, nafas olish a’zolari kasalliklari qariyalar orasida eng ko‘p uchraydigan va sog‘liq uchun jiddiy xavf tug‘diradigan kasalliklar qatoriga kiradi. Yosh o‘tishi bilan nafas olish tizimida yuz beradigan anatomik va fiziologik o‘zgarishlar organizmning himoya mexanizmlarini susaytiradi, bu esa pnevmoniya, surunkali bronxit, bronxial astma va surunkali obstruktiv o‘pka kasalliklarining rivojlanishiga hamda og‘ir kechishiga sabab bo‘ladi. Shu bois qariyalarda ushbu kasalliklarni erta aniqlash, o‘z vaqtida davolash va sifatli parvarishlash muhim ahamiyatga ega.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kompleks parvarish choralari bemorlarning umumiy holatini yaxshilash, kasallikning og‘irlashishini oldini olish va hayot sifatini oshirishda muhim o‘rin tutadi. Xususan, bemorning nafas olish faoliyatini muntazam nazorat qilish, kislorod terapiyasidan oqilona foydalanish, dori vositalarini to‘g‘ri qabul qilishni ta’minlash, muvozanatli ovqatlantirish va nafas mashqlarini bajarish davolash samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Bundan

tashqari, bemorlarning ruhiy holatini qo‘llab-quvvatlash, ularni ijtimoiy faollikka jalb etish va oila a’zolarining g‘amxo‘rligi ham sog‘ayish jarayoniga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Qariyalarda nafas olish tizimi kasalliklarining oldini olish maqsadida sog‘lom turmush tarziga rioya qilish, chekishdan voz kechish, jismoniy faollikni saqlash, muntazam tibbiy ko‘riklardan o‘tish va mavsumiy infeksiyalarga qarshi emlash tadbirlarini amalga oshirish zarur. Profilaktika, davolash va parvarishlash choralarining uyg‘unligi qariyalarning uzoq umr ko‘rishi, funksional mustaqilligini saqlab qolishi va hayot sifatining yaxshilanishiga xizmat qiladi.

Shunday qilib, nafas olish a’zolari kasalliklarida qariyalarni parvarishlash zamonaviy tibbiyotning muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, ushbu jarayonda tibbiyot xodimlari, bemorning oila a’zolari va jamiyatning hamkorligi yuqori natijalarga erishishning asosiy omili hisoblanadi. Ilmiy asoslangan va individual yondashuvga tayangan parvarish tizimi qariyalar salomatligini mustahkamlash, kasallik asoratlarini kamaytirish hamda ularning faol va mazmunli hayot kechirishiga imkon yaratadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. *Bickley L. S. Bates' Guide to Physical Examination and History Taking. Philadelphia: Wolters Kluwer, 2021.*
2. *Hinkle J., Cheever K. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing. Philadelphia, 2022.*
3. *Lewis S. Medical-Surgical Nursing: Assessment and Management of Clinical Problems. Elsevier, 2023.*
4. *Ignatavicius D. Medical-Surgical Nursing. Elsevier, 2021.*
5. *Smeltzer S. Textbook of Medical-Surgical Nursing. Lippincott Williams & Wilkins, 2020.*
6. *Miller C. A. Nursing for Wellness in Older Adults. Philadelphia, 2021. Eliopoulos C. Gerontological Nursing. Philadelphia, 2022.*

7. *Hazzard W. Principles of Geriatric Medicine and Gerontology. New York, 2021.*
8. *Resnick B. Geriatric Nursing Review Syllabus. New York, 2023.*
9. *Broaddus V. C. Murray and Nadel's Textbook of Respiratory Medicine. Elsevier, 2022.*
10. *Fishman A. P. Fishman's Pulmonary Diseases and Disorders. McGraw-Hill, 2023.*
11. *Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease (GOLD). Global Strategy for COPD Management. 2024.*
12. *Global Initiative for Asthma (GINA). Global Strategy for Asthma Management and Prevention. 2024.*
13. *World Health Organization. Integrated Care for Older People. Geneva, 2023.*
14. *World Health Organization. Global Report on Ageing and Health. Geneva, 2022.*