

SEMIZLIK KASALLIGI VA UNING ASORATLARINI OLDINI OLISH BO'YICHA PROFILAKTIK CHORA TADBIRLARNI TAKOMILLASHTIRISH

Safaraliyeva SH. S.

Toshkent tibbiyot akademiyasi, sog'liqni saqlash menejmenti ta'lim yo'nalishi talabasi
Ilmiy raxbar – PhD, kata o'qituvchi Alikulova D. YA.,
assistent Abdullayeva B. X.

Kirish. Semizlik - bu murakkab surunkali kasallik bo'lib, unda yog' to'qimalarining ortiqcha to'planishi sog'liqqa salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. 2022 yilda butun dunyo bo'ylab 18 va undan katta yoshdagi kattalarning taxminan 16 % da semizlik aniqlangan. 1990 yildan 2022 yilgacha bo'lgan davrda dunyoda semizlikning tarqalishi ikki baravar ko'paygan. Ortiqcha vaznliklik bir vaqtlar rivojlangan mamlakatlarning muammosi deb hisoblangan, ammo uning tarqalishi past va o'rta daromadli mamlakatlarda ham o'sib bormoqda. Afrikada 2000 yildan beri ortiqcha vaznli 5 yoshgacha bo'lgan bolalar soni deyarli 23 %ga oshdi. 2022-yilda 5 yoshgacha bo'lgan ortiqcha vaznli yoki semirib ketgan bolalarning deyarli yarmi Osiyo mamlakatlarida qayd etilgan.

Tadqiqot maqsadi. Semizlik bilan kasallangan bemorlarning xayot sifatini o'rganish va semizlikni rivojlanishiga qarshi kurashishda va axolini semizlik bo'yicha tibbiy saviyasini oshirishga mo'ljallangan loyixani ustuvorlini asoslash

Materiallar va usullar. Tadqiqotga jalb qilingan 100 ta respondentlarning hayot sifatini aniqlashda Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti tomonidan taklif qilingan SF-36 so'rovnomasidan foydalanildi. So'rov o'tkazish jarayonida bemorlarning jismoniy faolligi, umumiy salomatligi, og'riq hissi, ruhiy va jismoniy holatlarining hayot faoliyatiga ta'siri kabi mezonlarga alohida e'tibor qaratildi. So'rovnoma savollari bemorlar shikoyati, anamnezi, irsiy moyillikning mavjudligiga ko'ra semizlikning mavjudligi to'g'risida ma'lumot olish imkonini berdi. Shunday qilib, jami 100 nafar shaxs tekshirildi.

Tadqiqot natijalari. Toshkent shahri Olmazor tumanida yashovchi axolining salomatlik holati nisbatan qoniqarli ekanligi aniqlandi (rasm). Jumladan, salomatlik holatini qoniqarsiz (yomon) baholovchi respondentlar 35,5%, qoniqarli 54,1%, yaxshi 10,1%, juda yaxshi 0,3%ni tashkil qildi. Salomatlik holatini a'lo deb baholovchi respondentlar umuman kuzatilmadi. Nazorat guruhida o'z salomatlik holatini yomon deb hisoblaydigan respondentlar yo'q. So'rovnoma o'tkazilgan yildan bir yil oldingi muddatdagi salomatlik holatiga nisbatan taqqoslaganimizda, bemorlarning 23,2% salomatligini biroz yomonlashganligini va 2,0% ancha yomonlashganligini ta'kidlagan. Bu bemorlarda semizlikga xos bo'lgan belgilar kuchaygan. O'z salomatlik holati o'tgan yildagiga nisbatan o'zgarishsiz qolgan bemorlar 51,2%ni tashkil qilgan. O'tgan yilga nisbatan 4,0% bemorlarda salomatlik holati yaxshilangan. Nazorat guruhidagilarning esa 6,8% salomatlik holatini o'tgan yildagiga nisbatan ancha yaxshi, 16,2% esa biroz yaxshi ekanligini ta'kidlagan., 70,6% da deyarli o'zgarish kuzatilmagan, 6,4% respondent salomatligining salbiy tomonga o'zgarayotganligidan xavotirda. Respublikada axoliga ko'rsatilayotgan tibbiy xizmatini yanada takomillashtirish hamda aholining jismoniy va ijtimoiy faolligini oshirish, ushbu soxa mutaxassislarining bilim saviyasini oshirish maqsadida, Respublikada "salomatlik maktabi" tashkil etildi. Salomatlik markazining xuquqiy normativ hujjatlari ishlab chiqilib, tasdiqlangan dastur asosida qator surunkali kasalliklar bilan kasallangan bemorlarning hayot sifati va uning profilaktikasi bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazilib, mijozlarni o'z ustida ishlashga, kasallikni to'liq nazorat qilishga imkon beruvchi ko'nikmalarni o'zlashtirishga yordam berilmoqda.

Xulosa. Semizlik bilan kasallangan bemorlarning salomatlik holati ularning jismoniy faolliklariga salbiy ta'sirini o'tkazishini ko'rsatmoqda. Bemorlarning aksariyatida ayrim jismoniy zo'riqishlar: yugurish, sportning ayrim turlari bilan shug'ullanish, uzoq masofaga yurish, bir nechta pog'onaga ko'tarilish kabi mashg'ulotlarni bajarish sezilarli darajada qiyinchilik tug'dirgan. Kasallik bemorlarning kayfiyatiga, emotsional holatiga ham o'z ta'sirini o'tkazgan. Bemorlarning 78,2% Toshkentda keyingi 4 hafta ichida o'zini umuman tetik his qilmagan. Emotsional holat natijasida bemorlarning aksariyati ishga sarflagan vaqtini qisqartirishga majbur bo'lgan.