

ПРОФИЛАКТИКА РОСТА ЦИРРОЗА ПЕЧЕНИ СРЕДИ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА ОШ

Неъматов Х.О.

Ошский Международный Медицинский Университет,
Студент лечебного факультета,
кафедра естественно-гуманитарных дисциплин

Научный руководитель – кандидат педагогических наук, доцент **Алиева Ч.М.**

Введение. Цирроз печени остаётся одной из самых серьёзных патологий, с которой сталкиваются врачи внутренней медицины. В городе Ош в последние годы отмечается рост числа больных с этим диагнозом. Основные причины - позднее выявление хронических гепатитов, злоупотребление алкоголем и низкая осведомлённость населения. Несоблюдение санитарно-гигиенических норм в сфере общественного питания также способствует росту заболеваемости. Риски связаны с использованием некачественных продуктов, нарушением технологии приготовления, антисанитарными условиями хранения и подачи блюд. Всё это может привести к заражению организма инфекциями, включая вирусы гепатита В и С - основные причины цирроза. Кроме того, частое употребление жирной, жареной, плохо обработанной пищи с синтетическими добавками и консервантами может вызвать хроническое воспаление, стеатоз, а затем - фиброз и цирроз печени. Таким образом, нарушение санитарных норм в общепите увеличивает риск попадания в организм вредоносных веществ и возбудителей заболеваний, что может привести к развитию цирроза печени. На практике пациенты часто обращаются с запущенными формами болезни, что осложняет лечение и повышает риск осложнений. Всё это делает профилактику особенно важной.

Цель исследования. Проанализировать уровень знаний жителей города Ош о циррозе печени и определить возможные профилактические меры, которые могли бы способствовать снижению заболеваемости.

Материалы и методы. В рамках исследования был проведён опрос 500 человек в возрасте от 18 до 65 лет. Анкета включала вопросы об источниках информации о циррозе, осведомлённости о причинах болезни, а также отношении к профилактическим мерам. Дополнительно проанализированы открытые статистические данные городского центра гепатологии за 2020–2024 годы. Использовались методы описательной статистики и качественного анализа.

Результаты исследования. По результатам опроса выяснилось, что только 36,8% респондентов правильно указали основные причины цирроза печени. При этом почти половина опрошенных (48,5%) не связывали употребление алкоголя с риском развития болезни. Лишь 12% проходили вакцинацию от гепатита В. Статистика показала, что за последние пять лет число впервые выявленных случаев цирроза увеличилось примерно на 18%. Наиболее частые причины — хронические вирусные гепатиты и алкогольная интоксикация.

Заключения. Среди жителей города Ош сохраняется низкий уровень информированности о циррозе печени, что напрямую влияет на рост заболеваемости. Для эффективного снижения распространённости этого заболевания необходим комплексный подход на уровне как системы здравоохранения, так и индивидуальной профилактики. При поддержке местных властей и образовательных учреждений можно достичь реальных результатов в профилактике данной патологии.

1. Профилактика вирусных гепатитов:

- Массовая вакцинация против гепатита В.
- Скрининг населения на гепатиты В и С, особенно среди групп риска.
- Обеспечение доступа к антивирусной терапии.
- Повышение уровня информированности населения о путях передачи гепатитов.

2. Пропаганда здорового питания и образа жизни:

- Популяризация принципов сбалансированного питания.
- Предупреждение ожирения и метаболических нарушений.
- Снижение потребления трансжиров, сахара, соли.
- Поддержка физической активности среди населения.

3. Контроль качества продуктов и питания вне дома:

- Строгий санитарный контроль в заведениях общественного питания.
- Регулярные проверки условий хранения и приготовления пищи.
- Информирование потребителей о составе и пищевой ценности продуктов.

Комплексная реализация этих мер позволит значительно сократить уровень заболеваемости циррозом печени и улучшить общее состояние здоровья населения.