

YURAK KASALLIKLARI HOZIRGI KUNDAGI O'RNI

Beknazarova Fotima Xusniddinovna

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Davolash fakulteti talabasi

Ilmiy rahbar: Xolyarova Gulmira Rabbimovna

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Samarqand, O'zbekiston

E-mail: fhusniddinovna@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15010798>

Annotatsiya: Ushbu maqolada yurak kasalliklarining turlari, ularning kelib chiqish sabablari, asosiy xavf omillari va profilaktikasi haqida so'z yuritiladi. Shuningdek, zamonaviy diagnostika usullari hamda davolash usullari, jumladan, farmakologik va jarrohlik muolajalari muhokama qilinadi. Yurak-qon tomir tizimining sog'lig'ini saqlash bo'yicha tavsiyalar ham keltirilgan.

Kalit so'zlar: yurak kasalliklari, arterioskleroz, infarkt, qon bosimi, aritmiya, yurak yetishmovchiligi, kardiologiya, profilaktika, sog'lom turmush tarzi

РОЛЬ БОЛЕЗНЕЙ СЕРДЦА СЕГОДНЯ

Аннотация: В этой статье рассматриваются типы сердечных заболеваний, их причины, основные факторы риска и профилактика. Также обсуждаются современные методы диагностики и лечения, включая фармакологические и хирургические методы лечения. Также приведены рекомендации по поддержанию здоровья сердечно-сосудистой системы.

Ключевые слова: болезни сердца, атеросклероз, сердечный приступ, артериальное давление, аритмии, сердечная недостаточность, кардиология, профилактика, здоровый образ жизни

THE ROLE OF HEART DISEASE TODAY

Abstract: this article will talk about the types of heart disease, the causes of their origin, the main risk factors and Prevention. Modern diagnostic methods and treatments, including pharmacological and surgical procedures, are also discussed. Recommendations for maintaining the health of the cardiovascular system are also presented.

Keywords: heart disease, arteriosclerosis, heart attack, blood pressure, arrhythmia, heart failure, Cardiology, prevention, healthy lifestyle

KIRISH

Yurak kasalliklari, yurak va qon tomir tizimining turli xil kasalliklarini o'z ichiga oladi. Ushbu kasalliklar, yurakning normal faoliyatini buzishi, qon aylanishini yomonlashtirishi va jiddiy sog'liq muammolariga olib kelishi mumkin. Ushbu hujjatda yurak kasalliklarining turlari, sabablari, belgilari, oldini olish va davolash usullari haqida kengroq ma'lumot beriladi.

Yurak Kasalliklarining Turlari

- Koronar Arteriya Kasalligi:** Yurakni oziqlantiruvchi arteriyalarning torayishi yoki to'silishi natijasida yuzaga keladi. Bu kasallik yurak xuruji va angina pectoris kabi holatlarga olib kelishi mumkin.
- Yurak Yetishmovchiligi:** Yurakning qon pompasi sifatida ishlash qobiliyatining pasayishi. Bu holat yurakning qattiq yoki zaif ishlashi natijasida yuzaga kelishi mumkin.

3. **Yurak Ritmi Buzilishi:** Yurak urishining normal ritmining buzilishi. Bu holat aritmiya deb ataladi va yurakning tez yoki sekin urishiga olib kelishi mumkin.
4. **Yurak Qopqog'i Kasalliklari:** Yurak qopqog'ining normal ishlashini buzadigan kasalliklar. Bu holatlar yurakning normal qon aylanishini ta'sir qiladi.
5. **Kardiyomiopatiya:** Yurak mushaklarining kasalliklari, bu holat yurakning kuchini va qobiliyatini pasaytiradi.



1-Rasm Yurak Kasalliklarining Turlari.

Yurak Kasalliklarining Sabablari: Yurak kasalliklarining sabablari ko'p va xilma-xildir. Ular orasida:

Genetik omillar: Oila tarixida yurak kasalliklari bo'lgan insonlar uchun xavf yuqori.

Hayot tarzi: Sog'lom ovqatlanmaslik, jismoniy faoliyat etishmasligi, tamaki chekish va spirtli ichimliklarni iste'mol qilish.

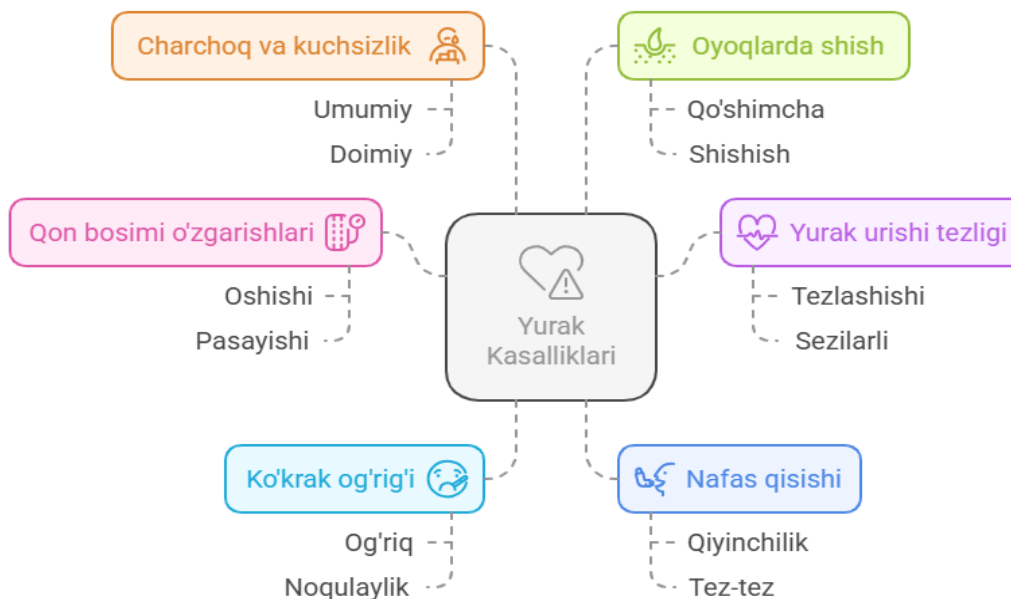
Qon bosimi: Yuqori qon bosimi yurak kasalliklari xavfini oshiradi.

Diabet: Qandli diabet yurak kasalliklari uchun xavf omili hisoblanadi.

Stress: Uzoq muddatli stress yurak sog'lig'iga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Belgilari: Yurak kasalliklarining belgilari quyidagilarni o'z ichiga olishi mumkin: Qon bosimining oshishi yoki pasayishi. Yurak urishining tezlashishi yoki sekinlashishi. Ko'krakda og'riq yoki noqulaylik. Nafas qisishi. Charchoq va kuchsizlik. Oyoqlarda shish.

Yurak Kasalliklarining Belgilari



2-Rasm Yurak Kasalliklarining belgilari.

Oldini Olish:

Yurak kasalliklarining oldini olish uchun quyidagi tavsiyalarni amalga oshirish muhimdir:
Sog'lom ovqatlanish: Meva, sabzavot, to'yinmagan yog'lar va to'liq donli mahsulotlarni iste'mol qilish. Jismoniy faoliyat: Haftada kamida 150 daqiqa o'rtacha jismoniy faoliyat. Tamaki va spirtli ichimliklardan saqlanish. Stressni boshqarish: Meditatsiya, yoga yoki boshqa stressni kamaytiruvchi usullarni qo'llash. Tibbiy ko'riklar: Muntazam ravishda yurak sog'lig'ini tekshirish.

Davolash

Yurak kasalliklarini davolash usullari kasallikning turiga va og'irligiga qarab farq qiladi. Ular orasida:

Dori-darmonlar: Qon bosimini nazorat qilish, qon tomirlarini kengaytirish va yurak ritmini normallashtirish uchun dori-darmonlar.

Jarrohlik aralashuvlar: Koronar arteriya o'zgartirish, yurak qopqog'ini almashtirish yoki yurakni qayta tiklash jarrohliklari.

Reabilitatsiya: Yurak kasalliklaridan keyin bemorlarni tiklash dasturlari.

Yurak kasalliklari jiddiy sog'liq muammosi bo'lib, ularning oldini olish va davolash uchun sog'lom turmush tarzini saqlash juda muhimdir. Har bir inson o'z yurak sog'lig'iga e'tibor berishi va zarur choralarni ko'rishi kerak.

XULOSA

Yurak kasalliklari dunyoda o'limning yetakchi sabablaridan biri bo'lib, ularning oldini olish va davolash muhim ahamiyat kasb etadi. Sog'lom turmush tarziga rioya qilish, to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik va stressni boshqarish yurak salomatligini saqlashda asosiy omillardir. Shuningdek, erta diagnostika va zamonaviy davolash usullari yurak kasalliklarining og'ir asoratlarini kamaytirishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Kurbanova L. M., Kholyarova G. R., Kamalova M. I. ISSUES OF DIFFERENTIAL DIAGNOSIS OF INFLAMMATORY AND FUNCTIONAL INTESTINAL DISEASES (LITERATURE REVIEW) //World Bulletin of Public Health. – 2023. – T. 21. – C. 171-174.
2. Kurbanova L. M., Kholyarova G. R. In both normal and ulcerative colonitis, the epithelium is the colon's barrier. – 2024.
3. Kurbanova L. M., Chhajer M., Kholyarova G. R. A REVIEW OF THE LITERATURE RELATING TO THE DIFFERENTIAL DIAGNOSIS OF FUNCTIONAL AND INFLAMMATORY INTESTINAL DISEASES. – 2024.
4. Narbuwayevna A. R., Mukhamedjanovich M. S., Rabbimovna K. G. INVESTIGATION OF THE MEDICINAL PROPERTIES OF PEACH //IMRAS. – 2024. – T. 7. – №. 2. – C. 185-189.
5. SHomurodov S. H. S. H. ZAHARLI METALL KATIONLARINI MINERALIZATDAN ANIQLASH. QO'RG'O SHIN KATIONINI TAHLILI //Лучшие интеллектуальные исследования. – 2025. – Т. 38. – №. 1. – С. 220-224.
6. Anvarovich C. A., Razhabboevnason A. R., Safarovich T. O. Medicinal Plants used as Remedies for the Treatment of the Oral Mucosa //American Journal of Pediatric Medicine and Health Sciences (2993-2149). – 2024. – Т. 2. – №. 2. – С. 491-494.
7. Lapasovna A. M., O'G'Li T. O. S., Anvarovich C. A. ZAHARLI METALL KATIONLARINI MINERALIZATDAN ANIQLASH. SURMA VA UNI BIRIKMALARI //Research Focus. – 2024. – Т. 3. – №. 11. – С. 143-145.
8. Джумаева З. У. и др. Пыльцевая аллергия в городе Самарканде //Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом института фармации, химии и биологии НИУ «БелГУ»(протокол № 11 от 20.05. 2022) Рецензенты: ВН Скворцов, доктор ветеринарных наук, руководитель Белгородского филиала. – 2022. – С. 47.
9. Советов К. Т., Байкулов А. К. Динамика ИБС с коррекцией ЛДГ //Modern Scientific Research International Scientific Journal. – 2023. – Т. 1. – №. 9. – С. 47-55.
10. Байкулов А. К. и др. Воспалительный процесс: от стадии изменений в крови до заживления //International Scientific and Practical Conference World science. – ROST, 2017. – Т. 5. – №. 3. – С. 32-36.
11. Tashanovich S. Q., Zulfiya Q. Onkogenez biokimyosi //SALOMATLIK VA HAYOT-FANI TADQIQOTLARI JURNALI. – 2024. – Т. 3. – С. 57-60.