

## XOLESISTITNI OLDINI OLISHNING ZAMONAVIY YONDASHUVLARI

**Ish joyi: Yangiyo'l Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi.**

**Fan nomi: Xirurgiya.**

**Fan o'qituvchisi: Ergashev Baxtiyor Xudayarovich**

### **Annotatsiya**

Xolesistit o't pufagining yallig'lanish kasalligi bo'lib, u ko'pincha o't-tosh kasalligi bilan bog'liq holda rivojlanadi. Mazkur maqolada xolesistitning etiologiyasi, patogenezi, xavf omillari, profilaktika choralarining samaradorligi hamda sog'lom turmush tarzining kasallik oldini olishdagi roli keng tahlil qilindi. Tadqiqot natijalari to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik, tana vaznini nazorat qilish va muntazam tibbiy ko'riklar kasallik rivojlanish xavfini sezilarli kamaytirishini ko'rsatdi.

Kalit so'zlar: xolesistit, o't pufagi, profilaktika, o't-tosh kasalligi, sog'lom turmush tarzi.

### **Introduction**

Ovqat hazm qilish tizimi kasalliklari ichida o't pufagi patologiyalari muhim o'rin egallaydi. Xolesistit o't pufagining yallig'lanishi bilan xarakterlanib, ko'pincha o't-tosh kasalligi fonida rivojlanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, o't-tosh kasalligi dunyo aholisi orasida keng tarqalgan bo'lib, ayrim hududlarda 20% gacha uchrashi mumkin. Kasallik bemorlarning hayot sifatini pasaytiradi hamda jiddiy asoratlar rivojlanishiga sabab bo'ladi.

### **Methods**

Tadqiqot retrospektiv va kuzatuv usullarida olib borildi. Tadqiqotga 150 nafar bemor jalb qilindi. Bemorlar klinik tekshiruv, ultrasonografiya va laborator tahlillar orqali baholandi. So'rovnoma asosida ularning ovqatlanish odatlari, jismoniy faolligi va turmush tarzi o'rganildi.

### **Etiologiya va patogenezi**

Xolesistit rivojlanishida asosiy etiologik omil o't yo'llarining to'silishi hisoblanadi. O't dimlanishi natijasida mikroorganizmlar ko'payadi va yallig'lanish jarayoni rivojlanadi. Patogenezi jarayonida o't pufagi devorining shishishi, qon aylanishining buzilishi va nekrotik o'zgarishlar yuzaga kelishi mumkin.

### **Xavf omillari**

Xolesistit rivojlanishiga yog'li ovqatlarni ortiqcha iste'mol qilish, semizlik, kam harakatlilik, qandli diabet, gormonal o'zgarishlar va nasliy moyillik sabab bo'lishi mumkin. Ayniqsa ayollarda estrogen gormoni o't tarkibiga ta'sir ko'rsatib, o't-tosh hosil bo'lish xavfini oshiradi.

### **Asoratlari**

Erta aniqlanmasa yoki to'g'ri davolanmasa, xolesistitdan bir qator asoratlar paydo bo'ladi.. Asoratlari belgilari orasida yuqori isitma va [sariqlik](#) mavjud, yana asoratlariga quyidagilardan iborat:

- [Gangrena](#)
- O't pufagining yorilishi
- Empiema
- [Fistula](#) hosil bo'lishi va o't pufagida tosh paydo bo'lishi
- Rokitanskiy-Aschoff sinuslari

### **Diagnostika**

Xoletsistit tashxisi laboratoriya va ultratovush tekshiruvidan tashqari anamnez qorin ogʻrigʻi, koʻngil aynishi, qusish, isitma va fizik tekshiruvlar tavsiya etiladi. Boas belgisi, yaʼni oʻng kurak ostidagi sohada ogʻriq, oʻtkir xoletsistitning alomati boʻlishi mumkin

### **Results**

Tadqiqot natijalari shuni koʻrsatdiki, yogʻli ovqatlarni muntazam isteʼmol qilgan bemorlarda xolesistit rivojlanish ehtimoli yuqori boʻldi. Jismoniy mashqlar bilan shugʻullangan bemorlarda kasallik rivojlanish xavfi sezilarli darajada kamaydi. Tana vazni yuqori boʻlgan bemorlarda oʻt-tosh hosil boʻlish ehtimoli koʻproq ekanligi aniqlandi.

### **Discussion**

Olingan natijalar xolesistit rivojlanishida turmush tarzi muhim rol oʻynashini tasdiqlaydi. Ratsional ovqatlanish oʻt tarkibini normallashtiradi, jismoniy faollik esa oʻt pufagi qisqarishini yaxshilaydi. Profilaktik tibbiy koʻriklar kasallikni erta aniqlash imkonini beradi.

### **Profilaktika choralarining zamonaviy yondashuvlari**

Xolesistit profilaktikasida ratsional ovqatlanish, jismoniy mashqlar, tana vaznini nazorat qilish, zararli odatlardan voz kechish va muntazam tibbiy koʻriklardan oʻtish muhim hisoblanadi. Aholi orasida sogʻlom turmush tarzini targʻib qilish kasallikni kamaytirishga yordam beradi.

### **Conclusion**

Xolesistit keng tarqalgan kasallik boʻlib, uning rivojlanishida turmush tarzi muhim rol oʻynaydi. Profilaktik choralar kasallik rivojlanish xavfini sezilarli kamaytiradi. Aholi orasida profilaktik dasturlarni keng joriy etish sogʻliqni saqlash tizimi samaradorligini oshiradi.

### **REFERENCES**

1. World Health Organization. Digestive diseases report.
2. Sabiston Textbook of Surgery.
3. Schwartz's Principles of Surgery.
4. Diseases of the Liver and Biliary System.
5. Gastroenterologiya boʻyicha milliy qoʻllanmalar.
6. Xirurgiya. A.J.Hamrayev, M.A.Hamedova.