

YURAK ISHEMIK KASALLIKLARIDA HAMSHIRALIK PARVARISHI

*1-son Respublika Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat salomtligi
texnikumi Hamshiralik ishi kafedrası katta o'qituvchisi*

Rajabboyeva Sumbul Shonazarovna

Annotatsiya: Yurak ishemik kasalliklari — bu yurakning qon ta'minoti yetishmovchiligi natijasida yuzaga keladigan holat bo'lib, u yurak mushaklarining zararlanishiga olib keladi. Ushbu kasalliklar, asosan, ateroskleroz, qon tomirlarining torayishi va boshqa yurak-qon tomir tizimi bilan bog'liq muammolar natijasida paydo bo'ladi. Yurak ishemik kasalliklarida hamshiralik parvarishi muhim ahamiyatga ega, chunki hamshiralarning roli bemorlarning sog'lig'ini yaxshilashda va ularning hayot sifatini oshirishda katta ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: yurak, qon tomirlar, ishemik kasalliklar, qon bosimi, bemor, dori-darmonlar, yurak yetishmovchiligi, rehabilitatsiya, nafas qisishi, charchoq.

Аннотация: Ишемическая болезнь сердца – состояние, возникающее вследствие недостаточного кровоснабжения сердца, что приводит к повреждению сердечной мышцы. Эти заболевания в основном возникают в результате атеросклероза, сужения сосудов и других проблем, связанных с сердечно-сосудистой системой. Сестринская помощь при ишемической болезни сердца важна, поскольку важна роль медицинских сестер в улучшении здоровья пациентов и повышении качества их жизни.

Ключевые слова: сердце, сосуды, ишемические заболевания, артериальное давление, больной, лекарственные препараты, сердечная недостаточность, реабилитация, одышка, утомляемость.

Abstract: Ischemic heart disease is a condition that occurs as a result of a lack of blood supply to the heart, which leads to damage to the heart muscle.

These diseases mainly occur as a result of atherosclerosis, narrowing of blood vessels and other problems related to the cardiovascular system. Nursing care in ischemic heart disease is important because the role of nurses is important in improving the health of patients and improving their quality of life.

Key words: *heart, blood vessels, ischemic diseases, blood pressure, patient, drugs, heart failure, rehabilitation, shortness of breath, fatigue.*

Yurak — inson organizmining eng muhim organlaridan biri bo'lib, u qon aylanish tizimining markaziy elementi hisoblanadi. Yurakning asosiy vazifasi qonning butun organizmga tarqalishini ta'minlashdir. U qon tomirlariga nasos vazifasini bajarib, kislorod va oziq moddalar bilan to'ldirilgan qonni tana hujayralariga yetkazadi, shuningdek, karbonat angidrid va boshqa chiqindilarni olib chiqadi. Yurak kasalliklari, masalan, yurak ishemik kasalliklari, yurak yetishmovchiligi, kabi holatlar jiddiy muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Ushbu kasalliklar ko'pincha yurak mushaklarining zararlanishi, qon tomirlarining torayishi yoki boshqa yurak-qon tomir tizimi bilan bog'liq muammolar natijasida paydo bo'ladi. Ushbu kasalliklar ko'pincha yuqori qon bosimi, diabet, qonda xolesterin darajasining oshishi va jismoniy faoliyatning yetishmasligi kabi omillar bilan bog'liq. Yurak salomatligini saqlash uchun sog'lom turmush tarzi olib borish juda muhimdir. Bu, avvalo, to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faoliyat, stressni boshqarish va zararli odatlardan, masalan, chekish va ortiqcha alkogol iste'molidan qochishni o'z ichiga oladi. Sog'lom ovqatlanish yurak uchun zarur bo'lgan vitaminlar, minerallar va antioksidantlarni o'z ichiga olgan muvozanatli ovqatlarni iste'mol qilishni talab qiladi. Oziq moddalar, masalan, omega-3 yog'li kislotalar yurak salomatligini qo'llab-quvvatlaydi.[1]

Yurak ishemik kasalliklari bilan og'rigan bemorlar ko'pincha og'riq, nafas qisishi, charchoq va boshqa noqulayliklardan shikoyat qiladilar. Bunday holatlarda hamshiralik parvarishi bemorning umumiy holatini yaxshilash, og'riqni kamaytirish va psixologik yordam ko'rsatishga qaratilgan bo'lishi kerak. Hamshira bemorning holatini muntazam ravishda nazorat qilib, uning hayotiy

belgilarini, masalan, qon bosimini, yurak urish tezligini va nafas olish ritmini kuzatishi zarur. Bu ma'lumotlar bemorning holatini baholash va zarur bo'lganda shifokorga xabar berish uchun juda muhimdir. Hamshiralik parvarishining yana bir muhim jihati — bu bemorning dori-darmonlarni qabul qilishini nazorat qilishdir. Yurak ishemik kasalliklari uchun belgilangan dori-darmonlar, masalan, antikoagulyantlar, beta-blokatorlar va statinlar, bemorning sog'lig'ini yaxshilashda muhim rol o'ynaydi. Hamshira bemorga dori-darmonlarning qanday ishlashini tushuntirib berishi, ularning yon ta'sirlarini va qabul qilish tartibini tushuntirishi kerak. Bu bemorning dori-darmonlarni to'g'ri va o'z vaqtida qabul qilishini ta'minlashga yordam beradi.[2]

Yurak ishemik kasalliklarida hamshiralik parvarishi, shuningdek, bemorning ovqatlanishiga ham diqqat qaratishi kerak. Sog'lom ovqatlanish yurak salomatligini saqlashda muhim ahamiyatga ega. Hamshira bemorga to'g'ri ovqatlanish prinsiplari, masalan, yog'lar, tuz va shakar iste'molini cheklash, sabzavotlar va mevalarni ko'proq iste'mol qilish haqida ma'lumot berishi zarur. Bunday maslahatlar bemorning umumiy sog'lig'ini yaxshilashga va yurak ishemik kasalliklarining rivojlanishini oldini olishga yordam beradi. Bundan tashqari, hamshira bemorga jismoniy faollikni oshirishga yordam berishi kerak. Jismoniy faollik yurak-qon tomir tizimining sog'lig'ini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Hamshira bemorga jismoniy mashqlarni qanday qilib xavfsiz va samarali bajarish kerakligi haqida ko'rsatmalar berishi, shuningdek, ularni rag'batlantirishi lozim. Jismoniy faollik bemorning ruhiy holatini ham yaxshilaydi, bu esa ishemik kasalliklar bilan bog'liq stress va xavotirni kamaytirishga yordam beradi.[3]

Psixologik yordam ham yurak ishemik kasalliklari bilan og'rigan bemorlar uchun muhimdir. Bemorlar ko'pincha o'z sog'lig'iga, kelajagiga va kasallikning rivojlanishiga nisbatan xavotirda bo'lishadi. Hamshira bemorga psixologik yordam ko'rsatishi, uning his-tuyg'ularini tinglashi va zarur bo'lganda psixolog yoki psixiatrdan yordam olishga yo'naltirishi kerak. Bemorning ruhiy holati uning umumiy sog'lig'iga ta'sir qiladi, shuning uchun psixologik yordam ko'rsatish

hamshiralik parvarishining muhim qismidir. Yurak ishemik kasalliklarida hamshiralik parvarishi, shuningdek, bemorning rehabilitatsiyasini o'z ichiga oladi. Rehabilitatsiya jarayoni bemorning sog'lig'ini tiklash va uning hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan. Hamshira bemorga rehabilitatsiya dasturini ishlab chiqishda yordam berishi, shuningdek, bemorning qobiliyatlarini tiklash va jismoniy faoliyatini oshirishga yordam berishi kerak. Rehabilitatsiya jarayoni bemorning ijtimoiy hayotiga qaytishi va o'z-o'zini parvarish qilish qobiliyatini tiklashga yordam beradi. Bundan tashqari, hamshira bemorga kasallikning oldini olish bo'yicha tavsiyalar berishi zarur. Yurak ishemik kasalliklarining oldini olish uchun sog'lom turmush tarzini olib borish, stressni boshqarish va muntazam tibbiy ko'riklardan o'tish muhimdir. Hamshira bemorga ushbu tavsiyalarni berishi va ularni amalda qo'llashga yordam berishi kerak.[4]

Yurak ishemik kasalliklarida hamshiralik parvarishi bemorning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy holatini yaxshilashga qaratilgan kompleks yondashuvni talab qiladi. Hamshiralalar bemorlar bilan yaqin aloqada bo'lib, ularning ehtiyojlarini tushunishi va ularga yordam berishi kerak. Bemorlarning sog'lig'ini yaxshilashda hamshiralarning roli juda muhimdir, chunki ular bemorlarning hayot sifatini oshirish va kasallikni boshqarishda katta hissa qo'shadilar.[5]

Xulosa:

Yurak ishemik kasalliklari bilan og'rigan bemorlar uchun hamshiralik parvarishi nafaqat tibbiy yordam, balki psixologik, ijtimoiy va ma'naviy yordamni ham o'z ichiga oladi. Hamshira bemorning sog'lig'ini yaxshilashda, uning hayot sifatini oshirishda va kasallikning salbiy ta'sirlarini kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. Shuning uchun, hamshiralik parvarishi yurak ishemik kasalliklarida bemorlarning sog'lig'ini saqlash va ularning hayotini yaxshilash uchun zaruriy vosita hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Mamatqulov, A. (2021). "Yurak ishemik kasalliklari: Sabablari va davolash usullari." Tibbiyot jurnali, 45(2), 123-130.

2. Abdullayev, B. (2020). "Yurak sog'lig'i va hamshiralik parvarishi." Sog'liqni saqlash va hamshiralik, 38(1), 45-50.
3. Qodirova, D. (2022). "Yurak ishemik kasalliklarida bemorlarni parvarish qilish." O'zbekiston tibbiyoti, 12(4), 67-72.
4. Ergashev, R. (2019). "Yurak ishemik kasalliklari va ularning oldini olish." Tibbiyot va hayot, 29(3), 88-95.
5. Nurmatova, S. (2023). "Yurak ishemik kasalliklarida hamshiralik parvarishi: Amaliy qo'llanma." O'zbekiston sog'liqni saqlash, 15(1), 101-108.
6. Xolmatov, T. (2021). "Yurak ishemik kasalliklarida reabilitatsiya va parvarish." Tibbiy tadqiqotlar, 5(2), 34-40.
7. Shodmonov, M. (2020). "Yurak sog'lig'i va hamshiralik: Yangi yondashuvlar." Tibbiyot va sog'liq, 27(2), 55-60.