

## TURLI ICHAK KASALLIKLARI

*Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi*  
**NORQULOVA NASIBA UTKIR QIZI**

**Annotatsiya:** Ushbu maqola turli ichak kasalliklari kelib chiqish sabablari, klinikasi davolash, bu kasallikda zamonaviy davolash usullarini qo'llash, zamonaviy texnikalardan foydalanishga muljallangan.

**Абстрактный:** Данная статья призвана описать причины различных заболеваний кишечника, их клиническое лечение, применение современных методов лечения при этом заболевании, а также применение современных методик.

**Abstract:** This article is intended to discuss the causes of various intestinal diseases, clinical manifestations, treatment, application of modern treatment methods in this disease, and the use of modern techniques.

Ovqat hazm qilish tizimi kasalliklari- bu ichki organlar kasalliklari orasida yetakchi o'rinlardan birini egallaydi. Ovqat hazm qilish tizimiga doimo atrof - muhitning turli omillari - ovqatlanish tabiati, ish va yashash sharoitlari ta'sir qiladi. Issiq havoda oshqozon-ichak infeksiyalari kuchayadi. Qorin og'rig'i, diareya va qusish kabi shikoyatlar bilan rivojlanadi.

Infeksiya odatda yengil bo'lib, bir necha kun ichida o'z-o'zidan ketishi mumkin, ammo qusish va diareya og'ir bo'lgan hollarda kasalxonaga borish kerak, chunki tanadan suv va elektrolitlar yo'qolishi rivojlanadi. Gastritning o'tkir va surunkali shakllari mavjud.

Tashqi omillar ta'sirida yuzaga kelgan o'tkir gastritda salbiy omil bevosita oshqozon shilliq qavatiga ta'sir ko'rsatib, uning yallig'lanishiga sabab bo'ladi va keyinroq ikkilamchi o'zgarishlar qo'shiladi.

Ichki omillar ta'sirida yuzaga kelgan o'tkir gastritda ular qon bilan asta-sekin oshqozon shilliq qavatida o'zgarishlar chaqiradi va bemor ahvolidagi umumiy zaharlanish belgilari ustunlik qiladi. Ayrim hollarda kasallikning kelib chiqishida har ikkalar guruh omillari faol ishtirok etadi.

Shilliq qavatning chuqurroq zararlanishi bilan kechadigan o'tkir gastritda aksariyat shilliq qavatning o'lishi kuzatiladi. Bunda bemorlarning og'iz bo'shlig'ida, qizilo'ngach va epigastral sohada kuchli og'riq, shilliq va qonli qayt qilish, og'ir hollarda karaxlik va keyinchalik butun qorinda kuchli og'riq turishi belgilari yuzaga keladi. O'tkir gastritga shubha bo'lganda zudlik bilan shifokorga murojaat qilgan ma'qul.

O'tkir gastritning oldini olish, ovqat mahsulotlari va masalliqnlarni saqlash hamda shaxsiy sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya qilish kabi tadbirlarda iborat. Muzlatkichda uzoq muddat saqlangan mahsulotlarni iste'mol qilmaslik, oshqozon shilliq qavatiga salbiy ta'sir etuvchi spirli ichimlik, nosvoy va sigareta chekmaslik shular jumlasidandir.

Noto'g'ri muhitda saqlangan yoki uzoq vaqt ochiq joyda saqlangan oziq-ovqat mahsulotlari oshqozon-ichak infeksiyasining eng katta sababi sifatida ko'riladi. Issiq muhitda mikroorganizmlar osongina ko'payib, oshqozon-ichak infeksiyasini keltirib chiqarishi mumkin.

Ochiq joyda sotiladigan oziq-ovqat va ichimliklar, muddati o'tgan mahsulotlar, pasterizatsiya qilinmagan sut va sut mahsulotlaridan uzoqroq turing.

Xom sabzavotlar va mevalarni ko'p miqdorda toza suv bilan yuving. Uzoq vaqt davomida ochiq holda saqlanadigan sousli, mayonezli va qaymoqli ovqatlar, ayniqsa, ochiq bufetlar beriladigan joylarda muhim infeksiya manbai bo'lishi mumkin.

Vilkalar, pichoqlar va qoshiqlar toza ekanligiga ishonch hosil qiling. Iloji bo'lsa, ovqatni qo'l bilan yemaslikka e'tibor berish kerak. Agar oshqozon-ichak infeksiyasiga duch kelsangiz, quyidagilarga amal qiling!

- Infeksiya paytida tanangizni suv, tuz va mineral moddalar bilan ta'minlang. Oddiy soda iste'mol qiling.
- Diareya yaxshilanmaguncha, kam yog'li va kam tolali dietani iste'mol qiling.
- Diareya paytida yog'siz sho'rvalar, kam yog'li pishloq, yogurt, qaynatilgan kartoshka, olma, shaftoli, banan va sabzi kabi oziq-ovqatlarni iste'mol qiling..
- Bu davrda kepakli non, yog'li va shakarli ovqatlar, ziravorlar, ko'p miqdorda pulpa bo'lgan sabzavotlar va mevalardan uzoqroq turing..
- diareyani kamaytiradigan quruq qahva va choyni iste'mol qilishdan saqlaning. Chunki qahva va choy tanadan suyuqlik yo'qolishiga sabab bo'ladi. Ko'p suv ichganingizga ishonch hosil qiling.

Yo'l qo'yilgan eng muhim xatolardan biri bu diareyaga qarshi dorilarni shifokor bilan maslahatlashmasdan qo'llashdir. Ich ketishga qarshi dorilarni ongsiz ravishda ishlatish ichak harakatini sekinlashtiradi, ovqat hazm qilish tizimidagi zararli mikroorganizmlarning funksiyasini to'xtatadi. Bu ichak kasalliklarini kuchaytirishi mumkin..

Uzoq davom etadigan, davolanishga javob bermaydigan, qonli va shilimshiq diareya bo'lsa, gastroenterologga murojaat qilishingiz kerak, chunki asosiy ichak kasalligi bo'lishi mumkin.

Ichak buralishining oldini olish uchun bemorlarga quyidagilar tavsiya etiladi:

- ortiqcha ovqatlanmaslik;
- uxlashdan 4-5 soat oldin ovqat yemaslik;
- bir vaqtning o'zida ovqatlanishga harakat qilish;
- stulning muntazamligini kuzatib borish;
- qorin bo'shlig'i mushaklarini mashq qildirish;
- faol hayot kechirmoq

Agar oshqozon-ichak infeksiyasiga duch kelsangiz, quyidagilarga amal qiling!

• Infeksiya paytida tanangizni suv, tuz va mineral moddalar bilan ta'minlang.  
Oddiy soda iste'mol qiling.

• Diareya yaxshilanmaguncha, kam yog'li va kam tolali dietani iste'mol qiling.  
• Diareya paytida yog'siz sho'rvalar, kam yog'li pishloq, yogurt, qaynatilgan kartoshka, olma, shaftoli, banan va sabzi kabi oziq-ovqatlarni iste'mol qiling..

• Bu davrda kepakli non, yog'li va shakarli ovqatlar, ziravorlar, ko'p miqdorda pulpa bo'lgan sabzavotlar va mevalardan uzoqroq turing..

• diareyani kamaytiradigan quruq qahva va choyni iste'mol qilishdan saqlaning.  
Chunki qahva va choy tanadan suyuqlik yo'qolishiga sabab bo'ladi. Ko'p suv ichganingizga ishonch hosil qiling.

Yo'l qo'yilgan eng muhim xatolardan biri bu diareyaga qarshi dorilarni shifokor bilan maslahatlashmasdan qo'llashdir. Ich ketishga qarshi dorilarni ongsiz ravishda ishlatish ichak harakatini sekinlashtiradi, ovqat hazm qilish tizimidagi zararli mikroorganizmlarning funksiyasini to'xtatadi. Bu ichak kasalliklarini kuchaytirishi mumkin..

Uzoq davom etadigan, davolanishga javob bermaydigan, qonli va shilimshiq diareya bo'lsa, gastroenterologga murojaat qilishingiz kerak, chunki asosiy ichak kasalligi bo'lishi mumkin.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. <https://www.trt.net.tr/uzbek/xalq-tabobati/2023/06/27/01234567890-2004215>
2. <https://med24.uz/uz/bolezn/zavorot-kishok>
3. Hakimovna R. S., Shomurotovna R. Y. PROFILAKTIK TIBBIYOT VA UNING DOLZARB MUAMMOLARI //Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi. – 2024. – T. 30. – №. 1. – С. 21-26.
4. Рузимуротова Ю. Ш., Рахимова Ш. Х. ФАКТОРЫ РИСКА, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ РАБОТНИКОВ СТАНЦИЙ СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ //Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi. – 2024. – Т. 30. – №. 1. – С. 15-20.