

## DUNYODA YURAK QON TOMIR TIZIMI KASALLIKLARINING TARQALISHI VA EPIDEMIOLOGIYASI

Malika Karimova Qahramon qizi

Respublika Kardiologiya markazi Kardilogiya bo'yicha

**Annotatsiya:** Ushbu tezisda yurak-qon tomir kasalliklari bilan bog'liq epidemiologik vaziyat, xavf omillari, kasalliklar turlari va ularning patofiziologiyasi, profilaktika choralariga va davolashga zamonaviy yondashuvlar, kasallik va o'limni kamaytirish uchun yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olish va davolash bo'yicha global sa'y-harakatlarning muhimligi to'g'risida to'liq bayon qilingan.

**Kalit so'zlar:** yurak-qon tomir kasalliklari, epidemiologiya, profilaktika, gipertenziya, koroner yurak kasalligi.

### Kirish:

Yurak-qon tomir kasalliklari butun dunyo bo'ylab jamoat salomatligi uchun eng muhim tahdidlardan biri bo'lib, erkaklar va ayollar o'limining asosiy sababi hisoblanadi. Ularning ta'siri nafaqat to'g'ridan-to'g'ri o'limda, balki jahon iqtisodiyotida ham seziladi, bu esa hosildorlikning pasayishiga, sog'liqni saqlash xarajatlarining oshishiga va ijtimoiy yukning oshishiga olib keladi. Yurak-qon tomir kasalliklarining patogenezi, diagnostikasi va davolash usullarini tushunishdagi sezilarli yutuqlarga qaramay, ularning tarqalishi, ayniqsa, sifatli tibbiy xizmatdan foydalanish imkoniyati cheklangan rivojlanayotgan mamlakatlarda o'sishda davom etmoqda.

### Adabiyotlar tahlili va metodologiya:

Yurak-qon tomir kasalliklarining global tarqalishi doimiy ravishda o'sib bormoqda, bu qator omillar majmuasi tufayli turmush tarzi va ovqatlanishdagi o'zgarishlar asosiy rol o'ynaydi. To'yingan yog'lar, shakar va tuz iste'molining ko'payishi, jismoniy faollikning kamayishi, semirish va chekishning kuchayishi, shuningdek, diabet kabi surunkali yuqumli bo'lmagan kasalliklarning ko'payishi yurak-qon tomir kasalliklarini rivojlanish xavfini oshiradi. Yosh aholi o'rtasida yurak-qon tomir kasalliklari ko'payib borayotgani, ayniqsa, harakatsiz turmush tarzi, noto'g'ri ovqatlanish va stress bilan bog'liq bo'lganligi alohida tashvish uyg'otmoqda.



Yurak-qon tomir kasalliklari o'zlarining namoyon bo'lishining xilma-xilligi bilan ajralib turishiga qaramasdan, ular yurak va qon tomirlarida qon aylanishining buzilishi bilan bog'liq umumiy patofiziologiya bilan birlashtirilgan. Yurak-qon tomir kasalliklarining asosiy turlari koronar arteriya kasalligi, insult, gipertoniya, yurak etishmovchiligi va tug'ma yurak nuqsonlari. Koronar arteriyalarning torayishi bilan tavsiflangan IHD yurak-qon tomir kasalliklarining eng keng tarqalgan turi bo'lib, yurak xurujlari va boshqa asoratlarga olib keladi.

### Natijalar:

Miyaning qon ta'minoti buzilishi natijasida yuzaga keladigan qon tomir nogironlik yoki o'limga olib kelishi mumkin. Yuqori qon bosimi bilan tavsiflangan gipertenziya ko'plab yurak-qon tomir kasalliklari uchun xavf omili bo'lib, organlar va qon tomirlarining shikastlanishiga olib kelishi mumkin. Yurak etishmovchiligi, yurak qonni butun tanada samarali ravishda pompalay olmaydigan holat, charchoq, nafas qisilishi va shishishga olib keladi. Tug'ilganda mavjud bo'lgan yurakning tuzilishidagi nuqsonlar bo'lgan tug'ma yurak nuqsonlari turli yurak asoratlarini keltirib chiqarishi va jarrohlik aralashuvni talab qilishi mumkin.

Yurak-qon tomir kasalliklarining tarqalish dinamikasidagi epidemiologik tendentsiyalar murakkab rasmni ko'rsatadi. Bir tomondan, profilaktika tibbiyotining yutuqlari tufayli rivojlangan mamlakatlarda yurak-qon tomir kasalliklaridan o'lim darajasi kamaymoqda. Boshqa tomondan, rivojlanayotgan mamlakatlarda yurak-qon tomir kasalliklari muammosi dolzarbligicha qolmoqda va aholi sonining tez o'sishi, urbanizatsiya darajasining oshishi va an'anaviy turmush tarzining o'zgarishi tufayli uning tarqalishi ortib bormoqda.

### Muhokama:

Yurak-qon tomir kasalliklarining global tarqalishi barqaror o'sib bormoqda, bu sog'liqni saqlashning kelajagi uchun jiddiy oqibatlariga olib keladi. Turmush tarzining o'zgarishi, aholining qarishi, semizlik va boshqa surunkali kasalliklarning ko'payishi - bularning barchasi yurak-qon tomir kasalliklaridan kasallanish va o'limni oshirishga yordam beradi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, har yili taxminan 18,6 million kishi yurak-qon tomir kasalliklaridan vafot etadi, bu butun dunyo bo'ylab o'limlarning 32 foizini tashkil qiladi.



Yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanishining hozirgi tendentsiyalari bir qator xususiyatlar bilan tavsiflanadi. Birinchidan, 1990 yildan 2019 yilgacha yurak-qon tomir kasalliklaridan o'lim 45% ga oshgan rivojlanayotgan mamlakatlarda yurak-qon tomir kasalliklari tarqalishining o'sishi kuzatilmoqda. Ikkinchidan, yoshligida yurak-qon tomir kasalliklari bilan kasallanganlar soni ortib bormoqda, bu turmush tarzining o'zgarishi va zamonaviy jamiyatga xos bo'lgan xavf omillarining ko'payishi bilan izohlanadi. Uchinchidan, yurak-qon tomir kasalliklari jiddiy iqtisodiy yukni ko'tarishi aniq bo'lib bormoqda, bu esa sog'liqni saqlash resurslari cheklangan rivojlanayotgan mamlakatlar iqtisodiyotiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olish va davolashning zamonaviy yondashuvlari profilaktika choralarini ham, tibbiy aralashuvni ham o'z ichiga olgan kompleks yondashuvga asoslanadi. Yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olishning asosiy elementlari sog'lom turmush tarzi, jumladan muvozanatli ovqatlanish, muntazam jismoniy mashqlar, chekish va ortiqcha spirtli ichimliklarni iste'mol qilmaslik, vazn va qon bosimini nazorat qilishdir. Gipertenziya, qandli diabet, semirib ketish, xolesterinning yuqoriligi kabi yurak-qon tomir kasalliklarini o'z vaqtida tashxislash va davolash yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanishining oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

### **Xulosa:**

Xulosa o'rnida shuni aytish joizki, yurak-qon tomir kasalliklariga qarshi kurashning eng muhim elementi aholining xavf omillari, ushbu kasalliklarning oldini olish va davolash haqida xabardorligini oshirishdan iborat. Ta'lim dasturlari, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, erta tashxis qo'yish va davolash yurak-qon tomir kasalliklariga qarshi muvaffaqiyatli kurashish strategiyasining asosiy tarkibiy qismlari hisoblanadi. Yurak-qon tomir kasalliklari keng qamrovli va ko'p bosqichli yondashuvni talab qiladigan global sog'liq muammosidir. Tibbiyot mutaxassislari, tadqiqotchilar, hukumatlar va jamoatchilikning birgalikdagi sa'y-harakatlari ushbu kasalliklardan kasallanish va o'limni kamaytirish uchun yurak-qon tomir kasalliklaridan xabardorlikni oshirish, oldini olish va davolashni yaxshilash uchun zarur.



**Adabiyotlar ro'yxati:**

1. Nurillaeva N.M., Abdumalikova F.B. Uslubiy tavsiyanoma// Yurak-qon tomir kasalliklarida tashvish va depressiv holatlarni erta tashxislash usuli// TMA, Toshkent., 2019.
2. Pogosova G.V. Umumiy tibbiy amaliyotda depressiv kasalliklarni tashxislash va davolashga zamonaviy yondashuvlar. Kardiovaskulyar terapiya va profilaktika, № 1, 2007.
3. Amaliy elektrokardiografiya. A.Gadaev, A. Razikov, M. Raximova. Toshkent: Turon zamin ziyo, 2016.
4. Yurak aritmiyalari. Elektrofiziologiya asoslari, diagnostikasi, davolash va zamonaviy tavsiyalar. V.S. Moiseeva, M.: GEOTAR-Media, 2009.

