

QANDLI DIABET KASALLIGI

O'rinova Gulnoza Jo'raqo'zi qizi

Abduraimova Sarvinoz Tojimahammad qizi

Buvayda Abu Ali ibn Sino nomidagi

Jamoat Salomatligi texnikumi

Hamshiralik fani o'qituvchisi

ANNOTATSIYA: Ushbu maqolada qandli diabet kasalligi haqida ma'lumot berilgan bo'lib, hozirgi kunda diabet dunyo bo'ylab eng keng tarqalgan kasalliklardan biri ekanligi, kasallikning asosiy belgilari, kelib chiqish sabablari yoritilgan.

Kalit so'zlar: Gestatsion diabet, qandli diabet kasalligi, oshqozon osti bezi, organizm, insulin, immun tizimi.

Qandli diabet — bu organizmda glyukoza almashinuvi buzilishi bilan bog'liq surunkali kasallik hisoblanadi. Ushbu kasallikda oshqozon osti bezi yetarli miqdorda insulin ishlab chiqarmaydi yoki organizm insulindan to'g'ri foydalana olmaydi. Natijada qonda qand miqdori ortib ketadi. Hozirgi kunda diabet dunyo bo'ylab eng keng tarqalgan kasalliklardan biri bo'lib, millionlab insonlar salomatligiga ta'sir ko'rsatmoqda. Qandli diabetning turlari :Qandli diabetning asosan uch turi mavjud:1-tip diabet :Bu turdagi diabet ko'pincha bolalar va yoshlar orasida uchraydi. Organizmning immun tizimi insulin ishlab chiqaruvchi hujayralarga hujum qiladi. Natijada insulin ishlab chiqarilishi to'xtaydi. Bunday bemorlar doimiy ravishda insulin qabul qilishlari kerak bo'ladi.2-tip diabet :Eng keng tarqalgan diabet turi hisoblanadi. Asosan kattalarda uchraydi. Bu holatda organizm insulin ishlab chiqarsa ham, undan samarali foydalana olmaydi. Noto'g'ri ovqatlanish, ortiqcha vazn va kamharakatlik ushbu kasallik rivojlanishiga sabab bo'ladi. Gestatsion diabet

:Homiladorlik davrida ayrim ayollarda uchraydi. Ko‘pincha tug‘ruqdan keyin yo‘qoladi, ammo keyinchalik 2-tip diabet rivojlanish xavfini oshiradi.

Kasallikning asosiy belgilari Qandli diabet quyidagi belgilar orqali namoyon bo‘lishi mumkin:

- Tez-tez chanqash;
- Ko‘p siyish;
- Holsizlik va charchoq;
- Vazn yo‘qotish;
- Ko‘rishning xiralashishi;
- Yaralarning sekin bitishi;
- Terining quruqlashishi.

Agar ushbu belgilar kuzatilsa, shifokorga murojaat qilish zarur.

Diabetning kelib chiqish sabablari

Kasallik rivojlanishiga quyidagi omillar sabab bo‘lishi mumkin:

- Irsiy moyillik;
- Semizlik;
- Noto‘g‘ri ovqatlanish;
- Jismoniy faollikning yetishmasligi;
- Stress;
- Qon bosimining yuqoriligi.

Davolash va nazorat

Qandli diabetni to‘liq davolab bo‘lmasa-da, uni nazorat ostida ushlab turish mumkin. Buning uchun:

- Sog‘lom ovqatlanish;
- Shakar va yog‘li mahsulotlarni kamaytirish;
- Doimiy jismoniy mashqlar;
- Qondagi qand miqdorini nazorat qilish;
- Shifokor tavsiya qilgan dorilar yoki insulin qabul qilish muhimdir.

Profilaktika

Diabetning oldini olish uchun sogʻlom turmush tarziga amal qilish kerak. Toʻgʻri ovqatlanish, muntazam sport bilan shugʻullanish, ortiqcha vazndan saqlanish va tibbiy koʻriklardan oʻtib turish kasallik xavfini kamaytiradi.

Qandli diabet — organizmda insulin yetishmasligi yoki uning yetarli ishlamasligi sababli qonda glyukoza miqdorining oshib ketishi bilan kechadigan surunkali kasallik.

- Insulin — oshqozon osti bezida ishlab chiqariladigan gormon boʻlib, glyukozaning hujayralarga kirishini taʼminlaydi.

- Glyukoza — organizm uchun asosiy energiya manbai hisoblangan oddiy shakar moddasi.

- Giperglikemiya — qonda qand miqdorining meʼyordan yuqori boʻlish holati.

- Gipoglikemiya — qondagi glyukoza miqdorining juda kamayib ketishi.

- 1-tip diabet — insulin ishlab chiqarilishi deyarli toʻxtashi bilan bogʻliq diabet turi.

- 2-tip diabet — organizm insulin taʼsiriga toʻliq javob bermasligi natijasida yuzaga keladigan diabet turi.

- Insulin rezistentligi — hujayralarning insulin taʼsiriga sezgirligi kamayishi holati.

- HbA1c — oxirgi 2–3 oy davomida qondagi oʻrtacha glyukoza darajasini koʻrsatuvchi laborator tahlil.

- Prediabet — diabet rivojlanishidan oldingi holat boʻlib, qondagi qand miqdori meʼyordan yuqori boʻladi.

- Parhez terapiyasi — diabetni nazorat qilish uchun maxsus ovqatlanish tartibini qoʻllash usuli.

- Glikemik indeks — oziq-ovqat mahsulotining qondagi qand miqdorini oshirish tezligini koʻrsatuvchi koʻrsatkich.

Xulosa

Qandli diabet jiddiy kasallik bo'lsa-da, vaqtida aniqlansa va to'g'ri nazorat qilinsa, inson uzoq va sifatli hayot kechirishi mumkin. Har bir inson o'z salomatligiga e'tiborli bo'lishi va sog'lom turmush tarzini olib borishi muhimdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Terapiya M.F. Ziyayeva
2. Terapiya A. Gadayev, M. Ziyayeva, R. Turaqulov