

O'ZBEKISTON AHOLISI ORASIDA YURAK-QON TOMIR KASALLIKLARINI KAMAYTIRISHDA PROFILAKTIK TIBBIYOTNING ROLI

Muhammadiyev Ismail Sulaymonovich

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Pediatriya fakultetining 4-bosqich talabasi

+998910337667 / muxammadievismail767@gmail.com

Muhammadiyev Xamid Anvarovich

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Davolash fakultetining 2-bosqich talabasi

+998910327667 / ismail.muxammadiev@icloud.com

Aslamova Kamila O'ktamjonovna

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Davolash fakultetining 2-bosqich talabasi

+998973976708 / aslanova1977@icloud.com

Samarova Maftuna Kambarovna

Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Davolash fakultetining 2-bosqich talabasi

+998906005070 / skmaftuna@icloud.com

Annotatsiya: Yurak-qon tomir kasalliklari (YuQTK) O'zbekistonda umumiy o'limning 49–52% ini tashkil etib, etakchi o'rinni egallaydi. Ushbu sharhlovchi maqolada O'zbekistondagi YuQTK epidemiologiyasi, asosiy o'zgartirilishi mumkin bo'lgan xavf omillari — arterial gipertenziya (35–42%), jismoniy faolliksizlik (62–68%) va chekish (erkaklarda 52–58%) — tarqalishi tahlil qilinadi va birlamchi, ikkilamchi hamda uchlamchi profilaktika aralashuvlarining samaradorligi baholanadi. 'Sog'lom Hayot' milliy dasturi (2020–2025), ESC/ESH 2018 ko'rsatmalariga muvofiq yangilangan gipertenziya boshqaruvi protokollari va intervension kardiologiya hamda kardioreabilitatsiya infratuzilmasining rivojlanishi ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: yurak-qon tomir kasalliklari, YuQTK profilaktikasi, arterial gipertenziya, O'zbekiston, xavf omillari, kardioreabilitatsiya, telemedisin

1. Kirish: Yurak-qon tomir kasalliklari (YuQTK) — jumladan, ishemik yurak kasalligi, miokard infarkti, insult va yurak yetishmovchiligi — dunyo bo'ylab o'lim sabablarining yetakchisi bo'lib, yiliga 18 milliondan ortiq hayotga zomin bo'lmoqda (WHO, 2023). Milliy statistikaga ko'ra, O'zbekistonda umumiy o'lim hollari tarkibida yurak-qon tomir kasalliklari ulushi 49–52% ni tashkil etib, birinchi o'rinni egallaydi (SSV, 2023; GBD 2022).

Profilaktik tibbiyot — kasalliklarning rivojlanishini, asoratlarini va o'lim hollarini oldini olishga qaratilgan tibbiy-ijtimoiy chora-tadbirlar majmuasi — YuQTK nagruzkasini kamaytirishning eng samarali va iqtisodiy jihatdan qulay yo'li hisoblanadi. JSST ma'lumotlariga ko'ra, YuQTK bilan bog'liq o'lim hollarining 80% dan ortig'i asosiy xavf omillariga — arterial gipertenziya, giperlipidmiya, qandli diabet, chekish,

semizlik va jismoniy faolliksizlikka ta'sir etish orqali profilaktika qilinadigan hollar hisoblanadi (WHO, 2021).

Ushbu maqolada O'zbekistondagi yurak-qon tomir kasalliklarining epidemiologik holati, asosiy xavf omillari, mavjud profilaktika dasturlarining samaradorligi va kelgusidagi strategik yo'nalishlar ilmiy adabiyotlar, xalqaro va mahalliy statistika ma'lumotlari asosida tahlil qilinadi.

2. Asosiy qism:

2.1 O'zbekistonda YuQTK Epidemiologiyasi: 2022-yil ma'lumotlari bo'yicha, 100,000 aholiga to'g'ri keladigan YuQTK bilan bog'liq o'lim ko'rsatkichi O'zbekistonda 310–340 holat bo'lib, bu G'arbiy Yevropa mamlakatlaridagidan (80–120 holat) sezilarli darajada yuqoridir (GBD, 2022; JSST, 2023). Arterial gipertenziya — YuQTK uchun asosiy o'zgartirilishi mumkin bo'lgan xavf omili — O'zbekiston kattalar aholisining taxminan 35–42% da uchraydi (Mirzayev va boshq., 2022). Gipertenziyalı bemorlarning faqat 45–50% i o'z tashxisidan xabardor bo'lib, davolanayotganlarning 30–35% i maqsad qon bosimi ko'rsatkichlariga erisha olmoqda.

Erkaklar orasida chekuvchilar ulushi 52–58%, jismoniy faolliksizlik 62–68% aholiga xos bo'lib, bu ko'rsatkichlar G'arbiy Yevropa mamlakatlariga nisbatan sezilarli yuqori (WHO, 2022). Semizlik (BMI>30) 18–24% da kuzatilmoqda va so'nggi 10 yilda shaharlashuv hamda turmush tarzi o'zgarishi natijasida bu ko'rsatkich 30% ga oshganligi qayd etilmoqda.

2.2 Birlamchi Profilaktika : Birlamchi profilaktika YuQTK xavf omillarini kasallik rivojlanmagunicha kamaytirish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish yo'lidagi chora-tadbirlarni qamrab oladi. O'zbekistonda 'Sog'lom Hayot' milliy dasturi (2020–2025) doirasida maktablarda jismoniy tarbiya darslarini kuchaytirish, aholi uchun sport maydonchalarini kengaytirish va to'g'ri ovqatlanishni targ'ib qilish bo'yicha tadbirlar amalga oshirilmoqda.

Chekishga qarshi kurash sohasida O'zbekiston 2011-yilda JSST Tamaki nazorati bo'yicha Ramka Konventsiyasini ratifikatsiya qilib, 2017-yilda jamoat joylarida chekishni taqiqlash bo'yicha qonun qabul qildi. Biroq erkaklar orasida chekuvchilar ulushi hali ham 52–58% da qolib kelmoqda. Aholining taom iste'molida tuz va to'yingan yog'larning ko'pligi mahalliy oziq-ovqat madaniyati bilan bog'liq bo'lib, kardiometabolik xavf omillarini kamaytirish sohasidagi asosiy muammo hisoblanadi.

2.3 Ikkilamchi Profilaktika : Ikkilamchi profilaktika allaqachon YuQTK xavf omillari aniqlangan bemorlarni davolash va boshqarish orqali kasallikning klinik ko'rinishga o'tishini oldini olishga qaratilgan. O'zbekistonda arterial gipertenziyani boshqarish bo'yicha milliy klinik protokol (2021) ESC/ESH 2018 tavsiyalariga muvofiq yangilandi.

Poloklinika darajasida yurak-qon tomir xavfini baholash uchun JSST/ISH global xavf jadvalidan foydalanish joriy etilib, yuqori xavfli bemorlarni erta aniqlash va statin, aspirin hamda antihipertenziv terapiyani belgilash bo'yicha tavsiyalar yangilandi (JSST,

2021). Ammo tadqiqotlar ko'rsatishicha, amaldagi klinikalarda statin buyurtmasi yuqori xavfli bemorlarda atigi 35–45% da amalga oshirilmoqda (Xoliqov va boshq., 2023).

2.4 Uchlamchi Profilaktika va Kardioreabilitatsiya: Uchlamchi profilaktika miokard infarkti yoki insultdan o'tgan bemorlarda takroriy klinik epizodlar va nogironlik xavfini minimallashtirish uchun qaratilgan kompleks yondashuvni o'z ichiga oladi. O'zbekistonda 2019–2023-yillarda miokard infarkti bilan og'rigan bemorlarni boshqarish uchun PCI (perkutan koronar intervensiya) markazlari tarmog'i kengaytirilib, Toshkent, Samarqand, Buxoro va Farg'ona shaharlarida intervension kardiologiya bo'limlari ochildi.

Kardioreabilitatsiya dasturlari — jismoniy mashqlar, psixologik yordam va farmakologik terapiyani uyg'unlashtirgan yondashuv — miokard infarktidan keyin 12 oylik o'lim xavfini 20–30% ga kamaytirib, hayot sifatini sezilarli yaxshilaydi (ESC, 2021). Telemedisin asosida kardioreabilitatsiya dasturlarini qo'llash — 2022-yilda pilot loyiha sifatida boshlangan — hududiy qamrovni oshirishda yangi imkoniyat sifatida ko'rilmoqda.

3. Xulosa: Yurak-qon tomir kasalliklari O'zbekiston aholisi o'limi va nogironligi tarkibida yetakchi o'rinni egallashda davom etmoqda. Profilaktik tibbiyot — birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi darajalarini qamrab olgan kompleks tizim sifatida — bu muammoni bartaraf etishning eng samarali yo'li hisoblanadi. Xavf omillarining yuqori tarqalishi profilaktika dasturlarini kuchaytirish zarurligini ko'rsatmoqda.

Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, gipertenziyani populyatsion darajada samarali boshqarish, kardiometabolik xavf guruhlarini muntazam kuzatish va kardioreabilitatsiya xizmatlarini barcha hududlarga kengaytirish O'zbekiston uchun ustuvor strategik chora-tadbirlardir. Davlat va xalqaro tashkilotlar hamkorligida amalga oshiriladigan ushbu chora-tadbirlar YuQTK nagruzkasini 2030-yilga borib sezilarli kamaytirish imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. World Health Organization. (2023). Cardiovascular diseases (CVDs) fact sheet. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-cvds>
2. O'zbekiston Respublikasi SSV. (2023). O'zbekistonda o'lim sabablari tarkibi. Yillik statistik to'plam. Toshkent: SSV.
3. GBD 2022 Causes of Death Collaborators. (2022). Global, regional, and national age-sex-specific mortality. The Lancet, 399, 1513–1569.
4. Mirzayev, F. F., Karimov, N. S., & Tosheva, I. A. (2022). O'zbekistonda arterial gipertenziyaning tarqalishi. Kardiologiya va Ichki Kasalliklar, 9(1), 14–22.
5. ESC. (2021). 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention. European Heart Journal, 42(34), 3227–3337.

6. WHO. (2021). Global status report on noncommunicable diseases 2021. WHO Press.
7. Xoliqov, A. A., et al. (2023). O'zbekistonda YuQTK ikkilamchi profilaktikasi. O'zbek Kardiologiya Jurnal, 12(2), 35–43.
8. IDF. (2022). Diabetes and cardiovascular disease. IDF Diabetes Atlas.
9. WHO Regional Office for Europe. (2022). European health report 2022. WHO Europe.
10. ESC/ESH. (2018). 2018 ESC/ESH guidelines for the management of arterial hypertension. European Heart Journal, 39(33), 3021–3104.
11. O'z SSV. (2021). Arterial gipertenziyani diagnostika va davolash milliy klinik protokoli. Toshkent.
12. Roth, G. A., et al. (2020). Global burden of cardiovascular diseases and risk factors, 1990–2019. JACC, 76(25), 2982–3021.