



**ALKOGOLNING JIGAR VA OSHQOZON-ICHAK TIZIMIGA TA'SIRI:
ZARARLANISH MEXANIZMLARI, XAVF OMILLARI VA OLDINI OLISH**

Qurbonova Zarina Anvarovna

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

zqurbonova554@gmail.com

Abdipattayeva Kibriyo Abror qizi

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

kibriyoabdipattayeva905@gmail.com

Turaxonova Malika Muzaffar qizi

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

malikaturaxanova011@gmail.com

Shopulatova Dilnavo Erkin qizi

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

dilnavoshopulatova@gmail.com

Annotatsiya. *Alkogolli ichimliklar dunyoning aksariyat mamlakatlarida keng tarqalgan psixofaol modda hisoblanib, uning surunkali va me'yoridan ortiq iste'moli ko'plab a'zo va tizimlarga, birinchi navbatda jigar hamda oshqozon-ichak traktiga zarar yetkazadi. Ushbu maqolada etanol metabolizmining toksik mahsuloti bo'lgan atsetaldegidning to'qimalarga bevosita ta'siri, oksidlanish stressi, steatozdan sirrozgacha bo'lgan jigar zararlanishi bosqichlari, shuningdek oshqozon-ichak mukozasi, oshqozon osti bezi va ichak mikrobiotasidagi patologik o'zgarishlar tizimli tarzda tahlil qilingan. Zamonaviy diagnostika mezonlari, xavf omillarining tasnifi va profilaktikaning amaliy yo'nalishlari yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *alkogol, alkogolli jigar kasalligi, jigar sirrozi, atsetaldegid, oksidlanish stressi, alkogolli gastrit, pankreatit, ichak mikrobiotasi, AUDIT test, profilaktika.*

Kirish

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, alkogolli ichimliklarning zararli iste'moli har yili dunyo bo'yicha millionlab kishilarning o'lim sababi bo'lib, 200 dan ortiq kasallik va shikastlanish holatlari bilan bog'liq deb topilgan. Alkogolning organizmga ta'siri ko'p qirrali bo'lib, markaziy asab tizimidan tortib yurak-qon tomir tizimigacha bo'lgan deyarli barcha a'zolari qamrab oladi. Biroq eng ko'p va eng erta zararlanadigan a'zolar qatoriga jigar va oshqozon-ichak trakti kiradi, chunki aynan shu tizimlar orqali etanol so'rilishi, metabolizmi va zararli metabolitlarning asosiy qismi zararsizlantirilishi amalga oshadi. So'nggi yillarda mamlakatimizda ham, xususan yosh aholi orasida, alkogolli ichimliklarni iste'mol qilish tendensiyasining o'zgarishi ushbu muammoning tibbiy-ijtimoiy ahamiyatini yanada oshirmoqda. Shu sababli alkogolning jigar va oshqozon-ichak tizimiga ta'sir mexanizmlarini chuqur tushunish, xavf omillarini aniqlash hamda samarali profilaktik yondashuvlarni ishlab chiqish dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.



Alkogol iste'molining global va mintaqaviy ko'lami

Epidemiologik yuk. jahon miqyosida alkogol bilan bog'liq o'limlarning sezilarli qismini aynan jigar sirrozi va u bilan bog'liq asoratlar tashkil etadi.

Yosh tendensiyasi. yoshlar orasida alkogolni birinchi marta iste'mol qilish yoshining pasayishi surunkali zararlanish rivojlanish xavfini oshiradi.

Ijtimoiy-madaniy omil. ijtimoiy-madaniy an'analar, marosimlar va reklama ta'siri alkogol iste'molining ko'lami va tarqalish sur'atiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Hisobga olish muammosi. statistik hisobga olishning to'liq emasligi va o'z-o'zini davolashga moyillik haqiqiy tarqalish ko'lamini aniqlashni qiyinlashtiradi.

Xavf omillarining tasnifiy spektri

O'zgartirish mumkin bo'lgan omillar

Miqdor va muddat. kuniga iste'mol qilinadigan sof etanol miqdori va surunkali iste'mol muddati zararlanish darajasini bevosita belgilaydi.

Ovqatlanish tarzi. ovqatlanmagan holda yoki oqsilga kambag'al ratsion fonida ichish mukoza va jigar hujayralarining zararlanishini kuchaytiradi.

Boshqa moddalar bilan birgalik. gepatotoksik dorilar (masalan, parasetamol) yoki chekish bilan birgalikda qabul qilinishi zararli ta'sirni potentsirlaydi.

Yondosh infeksiyalar. virusli gepatit B yoki C infeksiyasi mavjudligi jigar zararlanishining tezroq fibroz va sirrozga o'tishiga olib keladi.

O'zgartirib bo'lmaydigan omillar

Genetik polimorfizm. alkogolni parchalovchi ADH va ALDH fermentlari faolligidagi irsiy farqlar zararlanish xavfini individuallashtiradi.

Jins. tana vazni va tana suyuqligi hajmi kamligi sababli ayollarda bir xil dozada ham jigar zararlanishi erkaklarga nisbatan tezroq rivojlanadi.

Metabolik holat. semizlik yoki metabolik sindrom fonida alkogolning jigarga toksik ta'siri kuchayadi.

Patogenez: zararlanish mexanizmlari

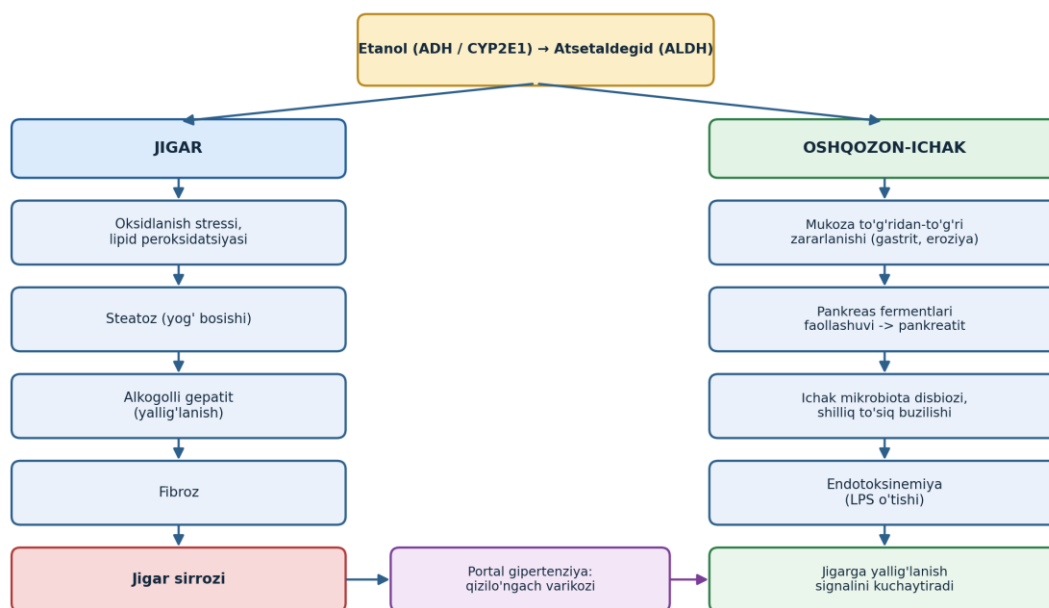
Etanol asosan alkogoldehidrogenaza (ADH) fermenti yordamida, surunkali iste'molda esa qo'shimcha ravishda induksiyalangan CYP2E1 fermenti orqali atsetaldegidga aylanadi. Atsetaldegid — DNK va oqsillar bilan bog'lanib, ularning tuzilishini buzadigan kuchli toksik birikma bo'lib, keyinchalik aldegiddehidrogenaza (ALDH) yordamida atsetatga aylanadi. CYP2E1 yo'lining faollashishi bilan bir qatorda reaktiv kislorod birikmalari (ROS) ko'p hosil bo'lib, oksidlanish stressi va mitoxondrial disfunktsiyani keltirib chiqaradi, bu esa lipid peroksidatsiyasi va hepatotsitlar apoptozini kuchaytiradi.



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR



Surunkali alkohol ta'sirida jigar va oshqozon-ichak tizimi zararlanish bosqichlari



1-rasm. Surunkali alkohol ta'sirida jigar va oshqozon-ichak tizimida zararlanish bosqichlari

Jigar zararlanishining bosqichma-bosqich rivojlanishi

Steatoz — hepatotsitlarda triglitseridlar to'planishi natijasida rivojlanadi va odatda alkogolni to'xtatgach qaytar xarakterga ega bo'ladi.

Alkogolli gepatit — yallig'lanish hujayralari infiltratsiyasi, hepatotsitlar nekrozi va Mallori tanachalari paydo bo'lishi bilan kechadi, og'ir holatlarda o'tkir jigar yetishmovchiligiga olib kelishi mumkin.

Fibroz — surunkali yallig'lanish natijasida yulduzsimon hujayralar faollashib, ortiqcha kollagen sintezlanadi, jigar arxitektonikasi asta-sekin buziladi.

Sirroz — fibroz to'qimaning tugunlar hosil qilib qayta tuzilishi, jigar funksiyasining og'ir buzilishi va portal gipertenziya rivojlanishi bilan xarakterlanadi.

Oshqozon-ichak traktidagi zararlanish mexanizmlari

Mukoza zararlanishi. yuqori konsentratsiyali etanol mukoza epiteliy hujayralarini bevosita shikastlab, gastrit va eroziv-yarali o'zgarishlarni chaqiradi.

Pankreas. alkohol oshqozon osti bezi fermentlarining bezcha ichida erta faollashuviga sabab bo'lib, o'tkir yoki surunkali pankreatit rivojlanish xavfini oshiradi.

Qizilo'ngach. kuchli qusish refleksi qizilo'ngach-oshqozon o'tish qismida shilliq qavat yorilishiga (Mallori-Veyss sindromi) olib kelishi mumkin.

Mikrobiota va bariyer funksiyasi. etanol ichak shilliq qavati o'tkazuvchanligini oshirib, bakterial endotoksinlarning (LPS) qon aylanish tizimiga o'tishini kuchaytiradi va bu jigardagi yallig'lanishni yanada avj oldiradi — bu jarayon "ichak-jigar o'qi" deb ataladi.

Diagnostika

Anamnez va skrining so'rovnomalari



Bemor bilan suhbatda alkogol iste'moli haqida ma'lumot yig'ish uchun AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) va CAGE kabi standartlashtirilgan so'rovnomalardan foydalanish tavsiya etiladi. Bu usullar birlamchi tibbiy yordam bosqichida xavfli iste'molni erta aniqlash imkonini beradi.

Laborator ko'rsatkichlar

AST/ALT nisbati. AST/ALT nisbatining 2 dan yuqori bo'lishi ko'pincha alkogolli jigar zararlanishiga xos belgi hisoblanadi.

GGT. gamma-glutamyltransferaza darajasining oshishi surunkali alkogol iste'moli uchun sezgir, ammo o'ziga xos bo'lmagan ko'rsatkichdir.

Makrotsitoz (MCV). eritrotsitlar o'rtacha hajmining kattalashishi surunkali iste'molning bilvosita belgisi bo'lib xizmat qiladi.

CDT. uglevodsiz transferrin darajasi so'nggi 2-3 haftadagi og'ir iste'molni aniqlashda yuqori o'ziga xoslikka ega.

Instrumental va endoskopik tekshiruvlar

Ultratovush tekshiruvi. qorin bo'shlig'i a'zolari UTT jigar strukturasi, o'lchami va steatoz belgilarini baholashda birinchi qadam hisoblanadi.

Elastografiya. elastografiya usuli fibroz va sirroz darajasini invaziv bo'lmagan yo'l bilan baholash imkonini beradi.

Endoskopiya. gastroduodenoskopiya gastrit, eroziv-yarali o'zgarishlar va qizilo'ngach varikoz tomirlarini vizual aniqlashda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Farqlash (differensial diagnostika)

Alkogolli jigar kasalligini metabolik disfunksiya bilan bog'liq yog'li jigar kasalligi (MAFLD/NAFLD), virusli hepatitlar va dori-vositalari qo'zg'atgan jigar zararlanishidan farqlash zarur; bunda anamnez ma'lumotlari, virusli markerlar va AST/ALT nisbati muhim yordamchi rol o'ynaydi. Xuddi shunday, alkogolli gastrit va pankreatitni H. pylori bilan bog'liq gastrit yoki o'twak toshi qo'zg'atgan pankreatitdan farqlash klinik anamnez va qo'shimcha tekshiruvlar orqali amalga oshiriladi.

Muhokama va profilaktika yo'nalishlari

Xalqaro amaliyot tajribasi

Erta skrining. birlamchi bo'g'inda AUDIT asosida skrining o'tkazish va xavfli iste'mol aniqlanganda qisqa maslahat berish (brief intervention) usuli samarali profilaktik chora hisoblanadi.

Farmakologik yordam. naltrekson va akamprosats kabi preparatlar alkogolga qaramlikni davolashda qo'shimcha vosita sifatida qo'llaniladi.

Davlat siyosati. kam xavfli iste'mol me'yorlari haqida aholini xabardor qilish va reklamani cheklovchi siyosat alkogolga bog'liq kasalliklar yukini kamaytirishga xizmat qiladi.

Milliy sharoitdagi muammolar va imkoniyatlar

Ta'lim-tarbiya ishlari. aholi orasida alkogolning zararli ta'siri, ayniqsa uzoq muddatli asoratlari haqida bilim darajasini oshirish talab etiladi.



Kech murojaat muammosi. belgilar paydo bo'lgunga qadar tibbiy yordamga murojaat qilmaslik kasallikning kech, ko'pincha sirroz bosqichida aniqlanishiga olib keladi.

Birlamchi bo'g'inni kuchaytirish. oilaviy shifokorlar darajasida skrining va maslahat xizmatlarini joriy etish erta aniqlash imkoniyatlarini kengaytiradi.

Xulosa

Alkogolning jigar va oshqozon-ichak tizimiga ta'siri ko'p bosqichli va o'zaro bog'liq patogenetik jarayonlar zanjiridan iborat bo'lib, etanol metabolizmi mahsuli atsetaldegidning toksik ta'siri, oksidlanish stressi va ichak mikrobiotasi disbiozi markaziy o'rin tutadi. Steatozdan sirrozgacha bo'lgan jigar zararlanishi, shuningdek gastrit, pankreatit va qizilo'ngach varikozi kabi oshqozon-ichak asoratlari ko'p hollarda o'zaro bog'liq holda rivojlanadi. Xavf omillarini erta aniqlash, standartlashtirilgan skrining vositalaridan foydalanish va profilaktik tadbirlarni birlamchi tibbiy yordam bosqichiga integratsiyalash ushbu kasalliklar yukini sezilarli darajada kamaytirishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

World Health Organization. Global status report on alcohol and health. Geneva: WHO, 2024.

O'Shea R.S., Dasarathy S., McCullough A.J. Alcoholic liver disease. AASLD Practice Guideline. Hepatology, 2010.

Rehm J., Samokhvalov A.V., Shield K.D. Global burden of alcoholic liver diseases. Journal of Hepatology, 2013.

Bishehsari F., Magno E., Swanson G. et al. Alcohol and gut-derived inflammation. Alcohol Research: Current Reviews, 2017.

Sherlock S., Dooley J. Diseases of the Liver and Biliary System. Wiley-Blackwell.

Harrison's Principles of Internal Medicine. McGraw-Hill (alkogolli jigar kasalliklari bo'limi).

Тошматов P.A. va boshq. Ichki kasalliklar propedevtikasi. Toshkent, o'quv qo'llanma.