



**QANDLI DIABET BILAN OG'RIGAN BEMORLARDA ALKOGOL
ISTE'MOLI: GIPOGLIKEMIYA, JIGAR ZARARLANISHI VA BOSHQA
XAVFLAR**

Abduxalilova Sabina Farrux qizi

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

abduxalilovasabina990@gmail.com

Ochilov Xushnud Jamshidjonovich

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

xushnudochilov902@gmail.com

Axatova Zarina Shuxratovna

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

axatova.zarina1@gmail.com

Narzulloyeva Fariza Sherzodovna

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

farizanarzullayeva7@gmail.com

Annotatsiya. *Qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda alkogol iste'moli sog'lom shaxslarga nisbatan ancha yuqori va ko'p qirrali xavf tug'diradi. Ushbu maqolada etanolning jigarda glyukoneogenez va glikogenoliz jarayonlariga ta'siri natijasida rivojlanadigan kechikkan hamda uzoq davom etadigan gipoglikemiya mexanizmi, insulin va sulfonilmochevina guruhi dorilari bilan o'zaro ta'siri, metformin qabul qiluvchilarda laktatsidoz xavfi, shuningdek surunkali iste'mol fonida rivojlanadigan jigar zararlanishining diabetik yog' bosishi (NAFLD) bilan qo'shib ketishi tizimli tarzda tahlil qilingan. Diagnostika yondashuvlari, xavf omillarining tasnifi va bemorlarga amaliy tavsiyalar keltirilgan.*

Kalit so'zlar: *qandli diabet, alkogol, gipoglikemiya, gepatotoksiklik, insulin, metformin, laktatsidoz, diabetik neyropatiya, profilaktika.*

Kirish

Qandli diabet — surunkali metabolik kasallik bo'lib, uning nazorati ko'p jihatdan bemorning turmush tarzi, jumladan ovqatlanish va alkogol iste'moliga bog'liq. Alkogolli ichimliklar sog'lom odam organizmida ham glyukoza almashinuviga ta'sir ko'rsatsa, qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda bu ta'sir insulin, sulfonilmochevina yoki metformin kabi qandni pasaytiruvchi dorilar bilan o'zaro ta'sirlashib, ancha og'ir va kutilmagan asoratlarga olib kelishi mumkin. Ayniqsa, alkogol ta'sirida rivojlanadigan gipoglikemiyaning kechikib namoyon bo'lishi va uning belgilarining mastlik holati bilan aralashib ketishi bemor va uning yaqinlari uchun jiddiy xavf tug'diradi. Bundan tashqari, diabet fonida allaqachon rivojlangan yoki rivojlanish arafasida turgan yog'li jigar kasalligi alkogolning gepatotoksik ta'siri bilan qo'shib, jigar zararlanishini tezlashtiradi. Shu sababli diabetik bemorlarda alkogol



iste'molining xavf omillari va oldini olish yo'llarini alohida ko'rib chiqish katta amaliy ahamiyatga ega.

Diabet bemorlarida alkogol iste'molining xususiyatlari

- **Tarqalishi.** qandli diabet bilan og'rigan bemorlar orasida alkogol iste'moli sog'lom aholi bilan taqqoslanganda alohida nazoratni talab qiladi, chunki metabolik fon o'zgargan.
- **Xabardorlik darajasi.** ko'pchilik bemorlar alkogolning glyukoza darajasiga ta'sirini yetarlicha bilmasligi sabab ehtiyotsizlik bilan iste'mol qiladi.
- **Vaziyatga bog'liq iste'mol.** bayram va marosimlarda katta miqdorda va ovqatsiz holda ichish o'tkir gipoglikemik holatlar sonini oshiradi.
- **Surunkali iste'mol.** uzoq muddatli surunkali iste'mol diabetning kechishini yomonlashtiradigan qo'shimcha metabolik yukni yaratadi.

Xavf omillarining tasnifiy spektri

O'zgartirish mumkin bo'lgan omillar

- **Dori turi va dozasi.** insulin yoki sulfonilmochevina guruhi dorilarini qabul qilayotgan bemorlarda alkogol gipoglikemiya xavfini sezilarli darajada oshiradi.
- **Ovqatsiz iste'mol.** ovqat qabul qilmagan holda ichish jigar glyukoza zaxirasining tezroq tugashiga olib keladi.
- **Iste'mol miqdori.** bir vaqtning o'zida katta miqdorda ichish gipoglikemiya va laktatsidoz xavfini kuchaytiradi.
- **Nazoratning susayishi.** glyukoza monitoringini kamaytirish yoki dori qabul qilishni unutish alkogol ta'siri bilan birga xavfni yanada oshiradi.

O'zgartirib bo'lmaydigan omillar

- **Diabet turi.** 1-tur diabetda insulin terapiyasiga bog'liqlik gipoglikemiya xavfini 2-tur diabetga nisbatan yuqori qiladi.
- **Yondosh asoratlar.** diabetik nefropatiya yoki jigar funksiyasining boshlang'ich buzilishi alkogol va dorilarning organizmdan chiqarilishini sekinlashtiradi.
- **Kasallik staji.** uzoq davom etgan diabet stajida avtonom neyropatiya gipoglikemiya belgilarini sezishni qiyinlashtiradi.

Patogeneza: ta'sir mexanizmlari

Etanolning jigarda metabolizmi NADH/NAD⁺ nisbatining o'zgarishiga olib keladi, bu esa glyukoneogeneza va glikogenolizning bosilishiga sabab bo'ladi. Natijada jigar qonda glyukoza darajasini barqarorlashtirish qobiliyatini vaqtincha yo'qotadi. Bu holat insulin yoki sulfonilmochevina guruhi dorilarini qabul qiluvchi bemorlarda ayniqsa xavfli bo'lib, alkogol iste'molidan bir necha soat, hatto tunda ham davom etadigan kechikkan gipoglikemiyaga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, alkogolning markaziy asab tizimiga ta'siri gipoglikemiyaning odatiy ogohlantiruvchi belgilarini (titroq, tez yurak urishi, tashvishlanish) yashirishi va bemorning holatni to'g'ri baholay olmasligiga sabab bo'lishi mumkin. Metformin qabul qilayotgan bemorlarda katta miqdordagi alkogol laktatning jigarda parchalanishini susaytirib, kamdan-kam, ammo og'ir kechuvchi laktatsidoz rivojlanish xavfini oshiradi. Surunkali iste'mol esa jigarda steatoz va fibrozni kuchaytiradi, bu jarayon diabetga xos

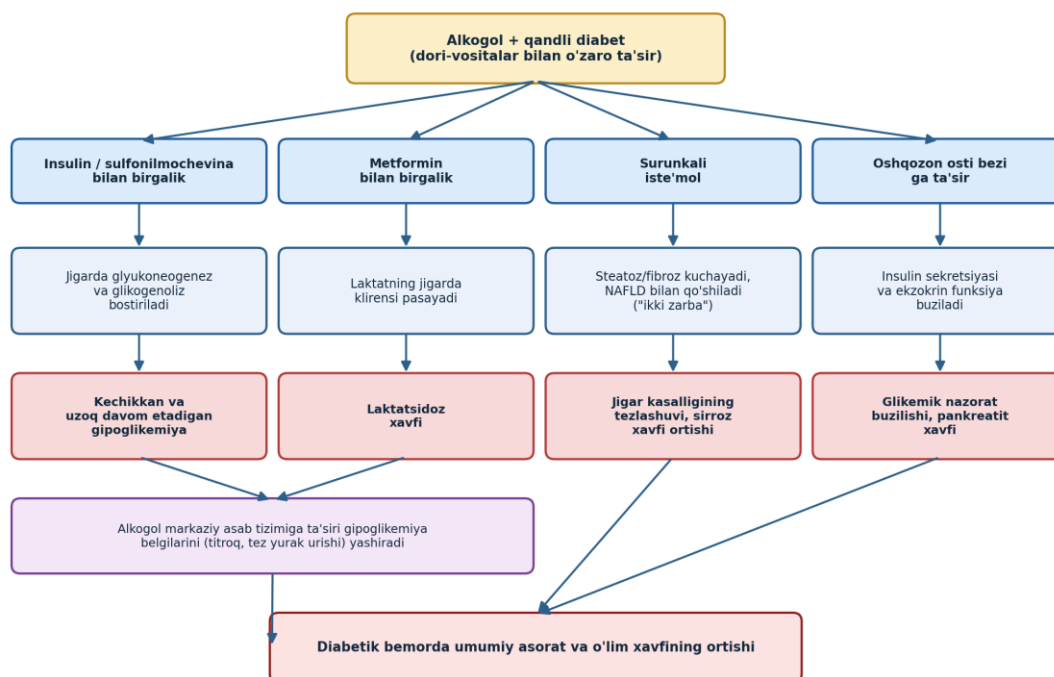


TANQIDIY NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR



metabolik yog' bosishi (NAFLD/MAFLD) bilan qo'shilib, "ikki zarba" mexanizmi orqali jigar kasalligining tezroq rivojlanishiga olib keladi. Alkogol shuningdek oshqozon osti bezining ekzokrin va endokrin funksiyasiga ta'sir ko'rsatib, insulin sekretsiyasini buzishi va pankreatit xavfini oshirishi mumkin.

Qandli diabet fonida alkogol iste'molining asosiy xavf yo'nalishlari



1-rasm. Qandli diabet fonida alkogol iste'molining asosiy xavf yo'nalishlari

Asosiy asoratlar

1. **Kechikkan gipoglikemiya** — insulin/sulfonilmochevina qabul qiluvchilarda alkogol iste'molidan keyin bir necha soat o'tib, ko'pincha tunda rivojlanadi va o'z vaqtida aniqlanmasa og'ir asoratlarga olib kelishi mumkin.

2. **Laktatsidoz** — asosan metformin bilan katta miqdorda alkogol qo'shilganda rivojlanadi, klinik jihatdan og'ir metabolik atsidoz bilan namoyon bo'ladi.

3. **Jigar zararlanishining tezlashuvi** — surunkali iste'mol fonida diabetik yog' bosishi bilan qo'shilib, fibroz va sirrozga o'tish sur'atini tezlashtiradi.

4. **Neyropatiyaning kuchayishi** — mavjud diabetik periferik neyropatiya alkogolning to'g'ridan-to'g'ri neyrotoksik ta'siri bilan kuchayib, og'riq va sezuvchanlik buzilishini og'irlashtiradi.

Diagnostika

Anamnez va monitoring

Diabetik bemorda alkogol iste'moli haqida to'g'ri va xolis anamnez yig'ish, qabul qilinayotgan qandni pasaytiruvchi dorilar turini aniqlash diagnostikaning asosiy bosqichi hisoblanadi. Uzlaksiz glyukoza monitoringi (CGM) yoki uyda glyukometr bilan tez-tez o'lchash, ayniqsa alkogol iste'mol qilingan kunlarda kechqurun va tunda, kechikkan gipoglikemiyaning o'z vaqtida aniqlashga yordam beradi.



Laborator ko'rsatkichlar

- **Jigar funksiya testlari.** AST, ALT va GGT darajalarini baholash jigar zararlanishi darajasini aniqlashda birinchi qadam hisoblanadi.
- **Laktat darajasi.** metformin qabul qiluvchi bemorda ogir umumiy holat kuzatilganda laktat darajasini aniqlash zarur bo'ladi.
- **HbA1c.** uzoq muddatli glikemik nazorat holatini baholash uchun qo'llaniladi, biroq o'tkir gipoglikemik epizodlarni aks ettirmaydi.

Skrining vositalari

Alkogol iste'molining xavfli darajasini aniqlash uchun AUDIT so'rovnomasidan foydalanish, diabet bilan og'rigan bemorlar uchun tibbiy ko'rikning majburiy qismiga aylantirilishi maqsadga muvofiqdir.

Farqlash (differensial diagnostika)

Alkogol ta'sirida rivojlangan gipoglikemiya insulin yoki sulfonilmochevina dozasi oshib ketishi, ovqatlanishning o'tkazib yuborilishi yoki jismoniy zo'riqish natijasida kelib chiqadigan gipoglikemiya bilan farqlash uchun vaziyat, iste'mol vaqti va dori qabul qilish tartibi haqidagi ma'lumotlar muhim ahamiyatga ega. Laktatsidozni diabetik ketoatsidozdan farqlash zarur — bunda qonda keton tanachalarining sezilarli darajada oshmagani, ammo laktat darajasining yuqori bo'lishi va metabolik atsidoz belgilari xarakterlidir.

Muhokama va profilaktika yo'nalishlari

Bemorlar uchun amaliy tavsiyalar

- **Ovqat bilan birga iste'mol.** agar bemor alkogol iste'molini tanlasa, buni albatta ovqat bilan birga va kam miqdorda amalga oshirishi tavsiya etiladi.
- **Qo'shimcha monitoring.** alkogol iste'molidan keyingi kechqurun va tungi soatlarda glyukoza darajasini qo'shimcha nazorat qilish zarur.
- **Dori-alkogol o'zaro ta'siri haqida xabardorlik.** metformin qabul qiluvchi bemorlarga katta miqdorda alkogol iste'mol qilishning laktatsidoz xavfi haqida alohida tushuntirish berilishi lozim.
- **Yaqinlarni xabardor qilish.** gipoglikemiya belgilarini va yordam ko'rsatish tartibini oila a'zolariga tushuntirish o'z vaqtida yordam berish imkonini oshiradi.

Tibbiy yordam darajasidagi chora-tadbirlar

- **Muntazam so'rov.** har bir diabetik bemorda alkogol iste'moli haqida savol berish va individual tavsiyalar berish amaliyotga joriy etilishi kerak.
- **Ta'limiy ishlar.** endokrinolog va terapevtlar hamkorligida bemorlarga alkogol va diabet dorilari o'zaro ta'siri bo'yicha ta'limiy materiallar taqdim etilishi maqsadga muvofiqdir.

Xulosa

Qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda alkogol iste'moli oddiy metabolik yukdan farqli o'laroq, dori-vositalar bilan o'zaro ta'sirlashadigan ko'p qirrali xavf manbai hisoblanadi. Etanolning jigarda glyukoneogenezni bosishi natijasida kechikkan va uzoq davom etadigan gipoglikemiya, metformin bilan birgalikda laktatsidoz, surunkali iste'molda esa jigar kasalligining tezlashuvi va neyropatiyaning kuchayishi kabi asoratlar rivojlanishi mumkin.



Bemorlarni bu xavflar haqida xabardor qilish, glyukoza monitoringini kuchaytirish va tibbiy yordam ko'rsatuvchilar tomonidan muntazam so'rov o'tkazish — diabetik bemorlarda alkogolga bog'liq asoratlarning oldini olishning eng samarali yo'li hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. American Diabetes Association. Standards of Care in Diabetes. Diabetes Care, 2024.
2. Emanuele N.V., Swade T.F., Emanuele M.A. Consequences of alcohol use in diabetics. Alcohol Health and Research World, 1998.
3. Kalra S., Jena B.N., Yeravdekar R. Alcohol and diabetes mellitus: A review. Journal of the Pakistan Medical Association, 2016.
4. Harrison's Principles of Internal Medicine. McGraw-Hill (qandli diabet va uning asoratlari bo'limi).
5. World Health Organization. Global status report on alcohol and health. Geneva: WHO, 2024.
6. Steiner J.L., Crowell K.T., Lang C.H. Impact of alcohol on glycemic control and insulin action. Biomolecules, 2015.
7. Тошматов P.A. va boshq. Ichki kasalliklar propedevtikasi. Toshkent, o'quv qo'llanma.