



**OSTEOPOROZNING AHOLI ORASIDA KELIB CHIQISH SABABLARI VA
YOSHGA DOIR UCHRASHI**

U.T.Nugmonova

D.S.Kushayeva

Sh.E.Rahimova

M.A.Rixsiyeva

*Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti "Gistologiya va tibbiy
biologiya" kafedrası*

Dolzarbli. O'rta yoshdagi erkaklar va menopauza yoshdagi ayollarda osteoporoz kasalligining kasalliklar foizining ortishi muhim muammo hisoblanadi. Osteoporoz (OP) eng keng tarqalgan kasalliklardan biri bo'lib, 50 yoshdan oshgan aholi orasida kasallanish va o'limning asosiy sababi bo'lib, butun jamiyat uchun katta iqtisodiy yo'qotishlarga olib keladi. Nogironlik sababi sifatida va o'lim darajasi bo'yicha bu patologiya to'rtinchi o'rinda turadi.

Kalit so'zlar: Osteoporoz; menopauza; kalsiy;

Tadqiqot maqsadi. Osteoporozning yoshga doir uchrashi bo'yicha zamonaviy nashrlarning ma'lumotlarini baholash.

Materiallar va usullar Asosiy manba sifatida ilmiy maqolalardan foydalanildi.

Natijalar va muhokama Erkaklarning 40-60 foizida osteoporoz ikkilamchi, ya'ni hayoti davomida boshqa kasalliklar va omillar fonida rivojlanadi. Glyukokortikosteroid gormonlarni muntazam 3 oy davomidan iste'mol qilish ; 70 yoshdan katta keksalar; Qo'shimcha omillar orasida turli surunkali kasalliklar yoki suyak mineral zichligi, irsiyat, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish, birlamchi yoki ikkilamchi gipogonadizm, past BMI (<20 kg / m²), chekish, chekish bilan bog'liq sharoitlar, vitamin D so'rilishining o'zgarishlarni o'z ichiga oladi(1)

Kalsiy organizmdagi eng ko'p mineral hisoblanadi. Inson tanasida u har xil miqdorda oziq-ovqat va orqali qabul qilinadi. Tug'ilganda chaqaloq umumiy miqdorning atigi 2-3 foizini o'z ichiga oladi. Kattalarda kalsiy, ayniqsa balog'at davrida kalsiyning kamayishi kelajakda suyak sinishi xavfini oshiradi.[2,3]. Ratsionda fosfor iste'molini oshirish ham osteoporoz rivojlanishiga olib keladi. Yoshlarning shirin gazlangan ichimliklarga haddan tashqari ko'p iste'mol qilishi fosfor iste'molini oshiradi va bu esa erimaydigan kalsiy tuzlari hosil bo'lishiga va so'rilishini pasayishiga olib keladi. Ratsionda kalsiy va fosfor o'rtasidagi optimal nisbat bo'lishi kerak 1:0,8 bo'lsin. Kalsiyning to'liq so'rilishi uchun D3 vitamini kerak, bu ham oziq-ovqatdan va quyosh nurlari ta'sirida terida ham sintezlanadi.(4)

Qizlarda balog'at davrida suyaklarda kalsiy to'planishi maksimal darajaga yetadi. Ushbu paytda suyakdagi kalsiyning cho'kish tezligi taxminan kattalarga qaraganda 5 baravar yuqori. [5].



Osteoporoz bilan og'rigan bemorlarni bioximik qon analizlari tekshirilganda ALT, albumin va kreatinin sezilarli darajada past bo'lgani aniqlandi (6)

Xulosa: Aholi orasida osteoporozni kelib chiqishini kamaytirish uchun erta tashxislash, har yili profilaktik bioximik qon analizini topshirish, ovqatlanish ratsioniga rioya qilish, hazm qilish tizimida muommalarni bartaraf etish, sog'lom turmush tarziga rioya qilishni targ'ib qilish

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-gormonalnogo-statusa-na-razvitiie-osteoporoza-i-perelomov-kostey-u-muzhchin-obzor-literatury>

О.Б. Ершова, О.С. Синицына, К.Ю. Белова, О.А. Ганерт, М.А. Романова, А.В. Назарова “ Влияние гормонального статуса на развитие остеопороза и переломов костей у мужчин”

2. Родионова С. С. Системный остеопороз (механизмы развития, диагностика, лечение) : методические материалы / С. С. Родионова, С. Т. Зацепин, Л. Т. Кузьмина // Клиническая фармакология и терапия. – 1996. – № 5. – С. 21–26. 28.

3. Рожинская Л. Я. Минеральная плотность ткани при эндогенном и экзогенном гиперкортицизме / Л. Я. Рожинская // Остеопороз и остеопатии. – 2000. – № 2. – С. 12–17.

4. Гигиенические аспекты развития остеопороза (по результатам анкетирования студентов-медиков) Р.С. Волкова, О.Ю. Милушкина

file:///C:/Users/User/Downloads/gigienicheskie-aspekty-razvitiya-osteoporoza-po-rezultatam-anketirovaniya-studentov-medikov.pdf

5. Hagino H. The incidence of fractures of the proximal femur and distal radius in Tottorio prefecture, Japan / H. Hagino, K. Yamamoto, R. Teshima et al. // Arch. Ortop. Trauma Surg. – 1990. – Vol. 109. – P. 43.

6. file:///C:/Users/User/Downloads/mineralnaya-plotnost-kostnoy-tkani-u-zhenschin-s-revmatoidnym-artritom-svyaz-s-immunologicheskimi-i-biohimicheskimi-markerami.pdf