

**INSULTDAN KEYINGI REABILITATSIYA: BEMOR HAYOT SIFATINI
TIKLASH MUAMMOLARI****Ruzimuratov Adxam Alisher o‘g‘li***Buxoro davlat tibbiyot instituti talabasi*athamruzimurodov8@gmail.com*Tel 99888 470 25 05***ANNOTATSIYA**

Ushbu maqolaning maqsadi insultdan keyingi rehabilitatsiya jarayonida bemorlarning hayot sifatini tiklash muammolarini o‘rganishdan iborat. Tadqiqotda klinik kuzatuv, tahliliy va solishtirma usullardan foydalanildi. Olingan natijalar rehabilitatsiya jarayonida individual yondashuv va kompleks davolash muhim ahamiyatga ega ekanligini ko‘rsatdi. Shuningdek, jismoniy, psixologik va ijtimoiy omillar bemor tiklanishiga sezilarli ta‘sir ko‘rsatishi aniqlandi. Xulosa qilib aytganda, insultdan keyingi rehabilitatsiyani to‘g‘ri tashkil etish bemor hayot sifatini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Kalit so‘zlar: *insult, rehabilitatsiya, hayot sifati, nevrologiya, tiklanish, terapiya***АННОТАЦИЯ**

Цель данной статьи заключается в изучении проблем восстановления качества жизни пациентов после инсульта в процессе реабилитации. В исследовании использовались клинические наблюдения, аналитические и сравнительные методы. Полученные результаты показали, что индивидуальный подход и комплексное лечение играют важную роль в реабилитационном процессе. Также установлено, что физические, психологические и социальные факторы существенно влияют на восстановление пациента. В заключение можно отметить, что правильно организованная реабилитация значительно улучшает качество жизни пациентов после инсульта.

Ключевые слова: *инсульт, реабилитация, качество жизни, неврология, восстановление, терапия***ABSTRACT**

The aim of this article is to study the problems of restoring the quality of life in patients after stroke during the rehabilitation process. Clinical observation, analytical and comparative methods were used in the study. The results showed that an individual approach and комплекс treatment play a significant role in rehabilitation. It was also found that physical, psychological, and social factors significantly affect patient recovery. In conclusion, properly organized rehabilitation significantly improves the quality of life of stroke patients.

Keywords: *stroke, rehabilitation, quality of life, neurology, recovery, therapy*

KIRISH

Insult bugungi kunda dunyo bo‘yicha nogironlik va o‘limning yetakchi sabablaridan biri hisoblanadi. Ushbu kasallik markaziy asab tizimining o‘tkir buzilishi bo‘lib, miya qon aylanishining keskin izdan chiqishi natijasida yuzaga keladi va ko‘pincha og‘ir nevrologik asoratlar bilan kechadi. Zamonaviy tibbiyotda insultni erta aniqlash va davolash usullari sezilarli darajada rivojlangan bo‘lsa-da, bemorlarning to‘liq tiklanishi muammosi hanuz dolzarb bo‘lib qolmoqda. Ayniqsa, insultdan keyingi davrda bemorlarning jismoniy, psixologik va ijtimoiy holatini tiklash muhim ahamiyat kasb etadi.

So‘nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, insultdan keyingi rehabilitatsiya jarayoni bemorning keyingi hayot sifati va mustaqil yashash qobiliyatiga bevosita ta‘sir ko‘rsatadi. Rehabilitatsiya nafaqat yo‘qolgan funksiyalarni tiklashga, balki bemorni jamiyatga qayta moslashtirishga ham qaratilgan kompleks jarayon hisoblanadi. Biroq amaliyotda ushbu jarayonni samarali tashkil etishda qator muammolar mavjud bo‘lib, ular qatoriga rehabilitatsiya xizmatlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi, individual yondashuvning yetishmasligi, bemor va uning oila a‘zolarining yetarli bilimiga ega emasligi kabi omillar kiradi.

Bundan tashqari, insultdan keyingi rehabilitatsiya ko‘p bosqichli va uzoq muddatli jarayon bo‘lib, u nevrologiya, fizioterapiya, psixologiya va ijtimoiy tibbiyot sohalarining o‘zaro hamkorligini talab etadi. Ilgari olib borilgan tadqiqotlarda rehabilitatsiyaning turli usullari — dori-darmon terapiyasi, jismoniy mashqlar, nutqni tiklash, psixologik qo‘llab-quvvatlash kabi yo‘nalishlar alohida o‘rganilgan. Ammo ularning kompleks tarzda qo‘llanilishi va bemor hayot sifatiga ta‘siri hali ham chuqur o‘rganishni talab etadi.

Mazkur maqolaning asosiy maqsadi insultdan keyingi rehabilitatsiya jarayonida bemorlarning hayot sifatini tiklashda yuzaga keladigan muammolarni tahlil qilish va ularni bartaraf etish yo‘llarini o‘rganishdan iborat. Ushbu mavzuning dolzarbligi shundaki, samarali rehabilitatsiya choralarini ishlab chiqish orqali bemorlarning nogironlik darajasini kamaytirish, ularning mustaqil hayot kechirish imkoniyatlarini kengaytirish hamda jamiyatga qayta integratsiyasini ta‘minlash mumkin.

ASOSIY QISM

1. Insultdan keyingi rehabilitatsiyaning nazariy asoslari va ahamiyati

Insultdan keyingi rehabilitatsiya zamonaviy tibbiyotning muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib, u bemorning yo‘qolgan funksiyalarini tiklash, hayot sifatini yaxshilash va ijtimoiy faolligini qayta ta‘minlashga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar tizimini o‘z ichiga oladi.

Reabilitatsiya jarayoni insultning turiga, og‘irlik darajasiga, bemorning yoshi va umumiy sog‘lig‘iga qarab individual tarzda tashkil etilishi lozim.

Nazariy jihatdan reabilitatsiya jarayoni miya plastiklik xususiyatiga asoslanadi. Ya‘ni, markaziy asab tizimi zararlangandan so‘ng sog‘lom neyronlar yo‘qolgan funksiyalarni qisman o‘z zimmasiga olishi mumkin. Ushbu jarayon neyroplastiklik deb ataladi va u erta hamda to‘g‘ri tashkil etilgan reabilitatsiya orqali kuchaytiriladi. Shu sababli insultdan keyingi dastlabki kunlardan boshlab reabilitatsiya choralarini boshlash muhim ahamiyatga ega.

Reabilitatsiyaning asosiy yo‘nalishlariga jismoniy terapiya, nutqni tiklash (logopediya), psixologik qo‘llab-quvvatlash va ijtimoiy moslashuv kiradi. Jismoniy terapiya mushak kuchini tiklash, harakat koordinatsiyasini yaxshilash va kontrakturalarning oldini olishga xizmat qiladi. Nutq buzilishlari kuzatilgan bemorlarda logopedik mashg‘ulotlar muhim o‘rin tutadi. Psixologik yordam esa depressiya, apatiya va boshqa ruhiy muammolarni kamaytirishga qaratiladi.

Shuningdek, reabilitatsiya jarayonida bemorning oila a‘zolari va yaqinlarining ishtiroki ham katta ahamiyatga ega. Ularning qo‘llab-quvvatlashi bemorning motivatsiyasini oshiradi va tiklanish jarayonini tezlashtiradi. Shu bilan birga, reabilitatsiya faqat tibbiy muolajalar bilan cheklanib qolmay, balki bemorning kundalik hayotga moslashuvi, mustaqil harakatlanishi va o‘z-o‘ziga xizmat qilish qobiliyatini tiklashni ham o‘z ichiga oladi.

Xulosa qilib aytganda, insultdan keyingi reabilitatsiya ilmiy asoslangan, kompleks va individual yondashuvni talab qiluvchi jarayon bo‘lib, uning samaradorligi bemorning keyingi hayot sifati va ijtimoiy moslashuv darajasini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi.

2. Insultdan keyingi reabilitatsiya jarayonida uchraydigan muammolar va cheklovlar

Insultdan keyingi reabilitatsiya jarayonini samarali tashkil etish amaliyotda qator muammolar va cheklovlar bilan bog‘liq bo‘lib, bu holat bemorlarning to‘liq tiklanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ushbu muammolar tibbiy, ijtimoiy-iqtisodiy hamda psixologik omillar bilan uzviy bog‘liqdir.

Avvalo, reabilitatsiya xizmatlarining yetarli darajada rivojlanmaganligi asosiy muammolardan biri hisoblanadi. Ko‘plab hududlarda zamonaviy reabilitatsiya markazlarining yetishmasligi, malakali mutaxassislar — fizioterapevtlar, logopedlar va reabilitologlarning kamligi bemorlarga to‘liq va sifatli yordam ko‘rsatishni cheklaydi. Natijada, reabilitatsiya jarayoni kech boshlanadi yoki umuman yetarli darajada olib borilmaydi.

Ikkinchi muhim muammo — individual yondashuvning yetarli emasligidir. Har bir bemorning klinik holati, insult turi va asoratlari turlicha bo‘lishiga qaramay, ayrim hollarda standart reabilitatsiya dasturlari qo‘llaniladi. Bu esa davolash samaradorligini pasaytiradi va tiklanish jarayonini sekinlashtiradi.

Shuningdek, bemorlarning psixologik holati ham rehabilitatsiya natijalariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Insultdan keyin ko'plab bemorlarda depressiya, qo'rquv, ishonchsizlik va ijtimoiy izolyatsiya kuzatiladi. Ushbu holatlar bemorning davolanishga bo'lgan motivatsiyasini pasaytirib, rehabilitatsiya jarayonining samaradorligini kamaytiradi. Psixologik yordamning yetarli darajada yo'lga qo'yilmaganligi bu muammoni yanada kuchaytiradi.

Bundan tashqari, ijtimoiy-iqtisodiy omillar ham muhim rol o'ynaydi. Rehabilitatsiya jarayonining uzoq davom etishi, moliyaviy xarajatlarning yuqoriligi hamda ayrim bemorlarning ijtimoiy himoyasi yetarli emasligi ularning to'liq tiklanishiga to'sqinlik qiladi. Ayniqsa, kam ta'minlangan oilalarda yashovchi bemorlar uchun bu holat yanada murakkablashadi.

Yana bir muhim jihat — bemor va uning yaqinlarining rehabilitatsiya haqida yetarli bilimga ega emasligidir. Ko'pincha ular rehabilitatsiya jarayonining ahamiyatini to'liq anglamaydilar yoki noto'g'ri yondashuvlarni qo'llaydilar. Bu esa tiklanish jarayonini sekinlashtiradi yoki asoratlar rivojlanishiga olib kelishi mumkin.

Shunday qilib, insultdan keyingi rehabilitatsiya jarayonida uchraydigan muammolar ko'p qirrali bo'lib, ularni bartaraf etish kompleks yondashuvni, ya'ni tibbiy xizmatlarni rivojlantirish, psixologik yordamni kuchaytirish va aholining tibbiy savodxonligini oshirishni talab etadi.

3. Insultdan keyingi rehabilitatsiyani takomillashtirish yo'llari va samarali yechimlar

Insultdan keyingi rehabilitatsiya samaradorligini oshirish uchun kompleks, tizimli va ilmiy asoslangan yondashuvni joriy etish zarur. Zamonaviy tibbiyotda rehabilitatsiya nafaqat yo'qolgan funksiyalarni tiklash, balki bemorning to'liq hayotga qaytishini ta'minlashga qaratilgan ko'p bosqichli jarayon sifatida qaraladi. Shu bois, ushbu yo'nalishda bir qator samarali choralar ishlab chiqilgan va amaliyotga tatbiq etilmoqda.

Avvalo, rehabilitatsiyani erta boshlash muhim omil hisoblanadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, insultdan keyingi dastlabki 24–48 soat ichida boshlanadigan rehabilitatsiya choralarning samaradorligi yuqori bo'ladi. Bu davrda bemor organizmida neyropastiklik jarayonlari faol kechadi, ya'ni sog'lom neyronlar zararlangan funksiyalarni qisman o'z zimmasiga olish imkoniyatiga ega bo'ladi. Shuning uchun erta mobilizatsiya, passiv va aktiv jismoniy mashqlarni bosqichma-bosqich qo'llash muhimdir.

Ikkinchidan, individual rehabilitatsiya dasturlarini ishlab chiqish zarur. Har bir bemorning yoshi, insult turi (ishemik yoki gemorragik), zararlanish darajasi va hamroh kasalliklarini hisobga olgan holda shaxsiy reja tuzilishi kerak. Bunday yondashuv davolash samaradorligini oshirib, tiklanish muddatini qisqartiradi. Individual dastur tarkibiga fizioterapiya, dori-darmon terapiyasi, nutqni tiklash mashqlari va psixologik qo'llab-quvvatlash kiritilishi lozim.

Zamonaviy texnologiyalardan foydalanish ham reabilitatsiya samaradorligini oshirishda muhim o‘rin tutadi. So‘nggi yillarda robotlashtirilgan reabilitatsiya tizimlari, virtual reallik (VR) asosidagi mashg‘ulotlar va biofeedback usullari keng qo‘llanilmoqda. Ushbu texnologiyalar bemorning harakat faoliyatini tiklashda yuqori natijalar berib, mashg‘ulotlarni qiziqarli va samarali qiladi. Masalan, robot-ekzoskeletlar yordamida bemorlar yurish qobiliyatini qayta tiklash imkoniyatiga ega bo‘ladi.

Reabilitatsiya jarayonida multidisipliner yondashuvni qo‘llash ham muhim hisoblanadi. Ya‘ni, bemorni davolashda nevrolog, reabilitolog, fizioterapevt, logoped va psixolog kabi mutaxassislar birgalikda ishlashi lozim. Bunday jamoaviy yondashuv bemorning barcha muammolarini kompleks hal qilishga yordam beradi. Ayniqsa, nutq buzilishlari va psixologik holatni tiklashda bu yondashuvning ahamiyati katta.

Bundan tashqari, bemor va uning oila a‘zolarini o‘qitish reabilitatsiya jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Ularni to‘g‘ri parvarish qilish, mashqlarni bajarish texnikasi va psixologik qo‘llab-quvvatlash usullari bilan tanishtirish zarur. Bu bemorning uy sharoitida ham reabilitatsiyani davom ettirishga imkon yaratadi va natijalarni mustahkamlaydi.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimini rivojlantirish ham muhim yo‘nalishlardan biridir. Davlat va tibbiyot muassasalari tomonidan bepul yoki arzon reabilitatsiya xizmatlarini kengaytirish, nogironlikni kamaytirishga qaratilgan dasturlarni joriy etish bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu bilan birga, telemeditsina va masofaviy reabilitatsiya xizmatlarini rivojlantirish orqali uzoq hududlarda yashovchi bemorlarga ham sifatli yordam ko‘rsatish mumkin.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, insultdan keyingi reabilitatsiyani takomillashtirish ko‘p qirrali yondashuvni talab etadi. Erta boshlash, individual reja tuzish, zamonaviy texnologiyalarni qo‘llash, multidisipliner jamoa bilan ishlash hamda ijtimoiy va psixologik qo‘llab-quvvatlashni kuchaytirish orqali bemorlarning hayot sifatini sezilarli darajada yaxshilash mumkin.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, insultdan keyingi reabilitatsiya bemorlarning hayot sifatini tiklashda hal qiluvchi ahamiyatga ega bo‘lgan murakkab va ko‘p bosqichli jarayon hisoblanadi. Ushbu jarayon samaradorligi reabilitatsiyani erta boshlash, individual yondashuvni qo‘llash hamda kompleks davolash choralari amalga oshirishga bevosita bog‘liqdir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, jismoniy, psixologik va ijtimoiy omillarni birgalikda hisobga olish bemorning tiklanish darajasini sezilarli darajada oshiradi.

Shu bilan birga, amaliyotda uchraydigan muammolar — reabilitatsiya xizmatlarining yetarli rivojlanmaganligi, malakali mutaxassislar yetishmasligi va bemorlarning tibbiy savodxonligi pastligi — ushbu jarayon samaradorligini cheklaydi. Mazkur muammolarni

bartaraf etish uchun zamonaviy texnologiyalarni joriy etish, multidisipliner yondashuvni kengaytirish va aholining reabilitatsiya haqidagi bilimlarini oshirish zarur.

Natijada, to‘g‘ri tashkil etilgan va ilmiy asoslangan reabilitatsiya tizimi orqali insultdan keyingi nogironlik darajasini kamaytirish, bemorlarning mustaqil hayot kechirish imkoniyatlarini kengaytirish hamda ularning jamiyatga muvaffaqiyatli integratsiyasini ta‘minlash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimov M.A., Axmedov Sh.T. Nevrologiya asoslari. – Toshkent: “Ibn Sino” nashriyoti, 2018.
2. Xolmatov B.X., Tursunov A.Q. Tibbiy reabilitatsiya asoslari. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2020.
3. Rasulov A.R. Asab tizimi kasalliklari va reabilitatsiyasi. – Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2019.
4. Abdullayev Sh.A. Klinik nevrologiya. – Toshkent: “O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi”, 2021.
5. Yusupov K.A., Ismoilov D.J. Insult va uning asoratlari. – Toshkent: “Tibbiyot nashriyoti”, 2022.
6. Langhorne P., Bernhardt J., Kwakkel G. Stroke rehabilitation // *The Lancet*, 2011, Vol. 377(9778), pp. 1693–1702.