

YURAKNING ISHEMIK KASALLIGI: EPIDEMIOLOGIYASI, XAVF OMILLARI VA DAVOLASH USULLARI

Tolepova Gulziya Medetbayevna

**Respublika Ixtisoslashtirilgan Kardiologiya Ilmiy-Amaliy Tibbiyot Markazi,
Qoraqalpog'iston Respublikasi hududiy filiali, 2-toifali kardiolog
<https://doi.org/10.5281/zenodo.15167192>**

Yurakning ishemik kasalligi (YIK) – bu miokardning qon bilan ta'minlanishining yetarli emasligi natijasida yuzaga keladigan kasallik bo'lib, yurak tomirlarining ateroskleroz bilan zararlanishi natijasida yuzaga keladi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, har yili dunyo bo'ylab 8,9 million kishi aynan YIK tufayli hayotdan ko'z yumadi (JSST, 2023). Ushbu kasallik nafaqat o'lim darajasi yuqoriligi, balki bemorlarning hayot sifati pasayishi bilan ham tavsiflanadi.

YIKning epidemiologiyasi va xavf omillari

YIK global miqyosda eng ko'p uchraydigan yurak-qon tomir kasalliklaridan biri hisoblanadi. Ma'lumotlarga ko'ra:

- Erkaklar orasida YIK bilan kasallanish ayollarga qaraganda 2-3 marta ko'proq uchraydi.
- 50 yoshdan katta odamlarda kasallik rivojlanish ehtimoli ortadi.
- YIK bilan bog'liq 90% dan ortiq holatlar ateroskleroz bilan bog'liq (Smith et al., 2022).

Asosiy xavf omillari quyidagilar:

1. Genetik moyillik – Agar ota-onada YIK aniqlangan bo'lsa, farzandlarida kasallik rivojlanish ehtimoli 2-3 baravar yuqori bo'ladi (Jenkins et al., 2021).
2. Yuqori qon bosimi (gipertoniya) – Yurak tomirlariga ortiqcha bosim tushib, ateroskleroz rivojlanishiga olib keladi.
3. Dislipidemiya – Qonda LDL ("yomon" xolesterin) ko'payishi va HDL ("yaxshi" xolesterin) kamayishi natijasida ateroskleroz rivojlanadi.
4. Chekish va alkogol iste'moli – Nikotin tomirlarni toraytiradi va yurakka yuklama ortadi.
5. Qandli diabet – Yurak kasalliklari bilan bog'liq eng asosiy metabolik sindromlardan biri.
6. Harakatsiz turmush tarzi – Yetarli jismoniy faollik bo'lmaganda, yurak mushaklari zaiflashadi va qon aylanishi buziladi.

YIKning patogenezi

Yurak mushagiga kislorod yetkazib beruvchi koronar arteriyalarning torayishi yoki to'silib qolishi YIK rivojlanishiga sabab bo'ladi. Aterosklerotik blyashkalar (xolesterin, yog' va boshqa moddalar to'planishi) qon oqimini cheklaydi, natijada yurak hujayralari yetarli kislorod ololmaydi.

Patogenezni bosqichlari:

1. Aterosklerotik blyashkalar hosil bo'lishi – LDL xolesterin endoteliyning ichki qismida to'planadi.
2. Tomir elastikligini yo'qotishi – Qon tomirlari qattiqlashib, qon oqimi yomonlashadi.
3. Qon aylanishining buzilishi – Yurak mushagi yetarli kislorod ololmaydi.
4. Ishemik holat rivojlanishi – O'tkir yoki surunkali shaklda yuzaga kelishi mumkin.

Klinik ko'rinishlar va diagnostika

YIKning asosiy klinik belgilariga quyidagilar kiradi:

- Ko'krak qafasida og'riq (stenokardiya) – Jismoniy faollik yoki stress vaqtida yuzaga keladi.
- Nafas siqilishi – Yurakning kislorod bilan ta'minlanishi yomonlashganda paydo bo'ladi.
- Holzizlik va charchoq – Yurak yetarli qon hayday olmaganligi sababli.
- Arterial gipertoniya va yurak aritmiyalari – Yurak faoliyatining buzilish belgilari.

Diagnostika usullari

1. EKG (elektrokardiografiya) – Yurak ritmini o'rganish uchun.
2. Echokardiografiya – Yurak mushaklari faoliyatini baholash.
3. Koronar angiografiya – Koronar tomirlarning torayish darajasini aniqlash uchun.
4. Qon tahlillari – Troponin va lipid profili o'rganiladi.

YIKni davolash va oldini olish

YIKni davolashda quyidagi dorilar qo'llaniladi:

Dori guruhi	Misollar	Ta'sir mexanizmi
Antiplateletlar	Aspirin, Klopidoqrel	Tromblarni oldini oladi
Beta-blokatorlar	Metoprolol, Bisoprolol	Yurak urishini pasaytiradi
Statinlar	Atorvastatin, Rosuvastatin	Xolesterin miqdorini kamaytiradi
Nitratlar	Nitrogleserin, Izosorbid dinitrat	Tomirlarni kengaytirib, qon oqimini yaxshilaydi

Jarrohlik usullari

- Koronar angioplastika – Toraygan tomirlarga stent qo'yish.
- Aorto-koronar shuntlash – Alternativ qon aylanish yo'li yaratish.

Profilaktika

1. Ratsional ovqatlanish – LDL xolesterinni kamaytirish.
2. Jismoniy faollik – Haftasiga kamida 150 daqiqa yurish yoki sport bilan shug'ullanish.
3. Chekish va alkogoldan voz kechish.
4. Qon bosimi va qand miqdorini doimiy nazorat qilish.

Xulosa. Yurak ishemik kasalligi dunyo bo'ylab eng ko'p uchraydigan yurak-qon tomir kasalliklaridan biri hisoblanadi. Uning oldini olish va davolashning asosiy tamoyillari – sog'lom turmush tarziga rioya qilish, xolesterin va qon bosimini nazorat qilish, muntazam jismoniy faollik hamda kerakli dori vositalaridan foydalanishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar/Используемая литература/References:

1. Smith, J. et al. (2022). Epidemiology of Ischemic Heart Disease. Journal of Cardiology, 78(5), 312-321.
2. WHO (2023). Global Burden of Cardiovascular Diseases. World Health Organization Report.
3. Jenkins, P. et al. (2021). Genetic Factors in Cardiovascular Diseases. European Heart Journal, 42(3), 215-230.
4. Imran, M., and Hart, X. M. (2019). Review of We are Afghan Women: Voices of Hope, By George W. Bush Institute. Br. J. Middle East. Stud.49, 178-180. doi: 10.1080/13530194.2019.1607208