



ALTSGAYMER XASTALIGI

Urunbayeva Irodahon Shuhratbek qizi

Qo'qon universiteti Andijon filiali Tibbiyot

fakulteti Stomatologiya yo'nalishi

Email: irodaaurunbayeva@gmail.com

Tel: +998 97 273 42 95

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17384427>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 07-oktabr 2025 yil

Ma'qullandi: 11-oktabr 2025 yil

Nashr qilindi: 18-oktabr 2025 yil

KEY WORDS

Altsgeymer kasalligi, demensiya, xotira yo'qolishi, kognitiv buzulishlar, nevrologik kasallik, asab hujayralarning yemirilishi, ruhiy o'zgarishlar, simptomatik o'zgarishlar, genetic omil, parvarish va ijtimoiy qo'llab - quvvatlash.

ABSTRACT

Ushbu maqolada Altsgeymer kasalligining sabablari, belgilari, tashxis qo'yish usullari, davolash yo'llari va profilaktika haqida batafsil ma'lumot beriladi. Bu kasallik miya hujayralarining asta-sekin nobut bo'lishi natijasida yuzaga keladigan va insonning xotirasi hamda kundalik hayot faoliyatiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Hozirda uni to'liq davolashning imkoni bo'lmasa-da, erta aniqlash va simptomatik davolash orqali kasallik kechishi sekinlashtirish mumkin. Sog'lom turmush tarziga amal qilish, aqliy faollik va ijtimoiy hayotda ishtirioq etish orqali Altsgeymer kasalligining oldini olishda muhim qadamlar tashlash mumkin.

• **Altsgeymer kasalligi** neyrodegenerativ kasallik bo'lib, birinchi marta Alois Altsgeymer tomonidan tasvirlangan. Kasallik zo'rayib boradigan demensiya bilan ta'riflanadi va odatda keksa odamlarda boshlanadi, lekin kamdan kam hollarda yoshlik davrida ham boshlanishi mumkin.

Sabablari

Altsgeymer kasalligining sabablari miyadagi almashinuv jarayonlarining buzilishi bilan bog'liq. Uchta asosiy nazariya mavjud:

• Xolinerjik gipoteza: atsetilxolinning kamayishi yallig'lanish va amiloid pilakchalar hosil bo'lishiga olib kelishi mumkin.

• Genetik nazariya: amiloid pilakchalarning hosil bo'lishi genetik omillar bilan bog'liq.

• Tau-nazariya: tau-oqsildagi buzilishlar nerv impulslari o'tkazilishini izdan chiqarib, neyrofibrillar koptokchalar hosil bo'lishiga olib keladi.

Bu o'zgarishlar neyronlarning progressiv destruksiyasiga va miya faoliyatining buzilishiga olib keladi. Irsiy omillar 10% dan ko'p bo'lmagan hollarda rol o'ynaydi.

Belgilari

Altsgeymer kasalligi - bu zo'rayib boruvchi neyrodegenerativ kasallik bo'lib, u bosh miyadagi neyronlarning parchalanishiga olib keladi, uning funksiyalarini buzadi va kognitiv buzilishlarni keltirib chiqaradi. U odatda 65 yoshdan keyin boshlanadi, lekin ancha yoshroq yoshda ham namoyon bo'lishi mumkin. Asosiy belgilarga xotiraning yomonlashuvi, nutqdagi qiyinchiliklar va xulq-atvordagi o'zgarishlar kiradi.

Altsgeymer kasalligi bosqichlari:

- Predemensiya: Yengil kognitiv buzilishlar, masalan, axborotni to'plash va eslab qolish muammolari.

- Erta demensiya: Xotira va nutqning zo'rayib boruvchi buzilishlari, kundalik vazifalarni bajarishda qiyinchiliklar.

- O'rtacha demensiya: Xotira bilan bog'liq jiddiy muammolar, mustaqil faoliyat qobiliyatini yo'qotish, xulq-atvor buzilishi va hissiy beqarorlik.

- Og'ir demensiya: O'zgalarning yordamiga to'liq qaramlik, nutq tovushlar bilan cheklangan, jismoniy va hissiy apatiya.

-

Umumiy alomatlar:

- Gaplarni tushunishdagi qiyinchiliklar

- Tajovuz

- Fikrlarni ifodalay olmaslik

- Xotiraning buzilishi

- Kayfiyatning tez-tez o'zgarishi

- Xulq-atvor o'zgarishi

- Jahldorlik

Agar o'zingizda shunga o'xshash alomatlarni sezsangiz, darhol shifokorga murojaat qiling. Kasallikning oldini olish oqibatlarini bilan kurashishdan osonroqdir.

Diagnostika

Altsgeymer kasalligini erta tashxislash uchun anamnezni to'g'ri yig'ish muhimdir. Muhim lahzalar:

- Bemorning alomatlari: Bemor o'z muammolarini o'zi tasvirlashi mumkin, ammo o'zgarishlar atrofdagilar uchun sezilmasligi mumkin.

- Qarindoshlarning kuzatishlari: Ba'zida yaqinlari bemorning o'zi anglamagan alomatlarni sezishlari mumkin.

- Asosiy belgilar: hikoyalarning takrorlanishi, xotira bilan bog'liq qiyinchiliklar, parishonxotirlik, kundalik vazifalarni bajara olmaslik, vaqt va makon tuyg'usining buzilishi, apatiya, shaxs o'zgarishi.

Aniqroq tashxis qo'yish uchun quyidagilar ishlatiladi:

- Maxsus testlar: Masalan, kognitiv funksiyalar, xotira, nutq va hissiy holatni baholash uchun MMSE shkalasi.

- Tasvirlash usullari: KT va MRT demensiyaning keltirib chiqarishi mumkin bo'lgan o'smalar va boshqa kasalliklarni istisno qilishga yordam beradi.

- PET skanerlash: miyadagi amiloid pilakchalarini ko'rish imkonini beradi.

- Orqa miya suyuqligi tahlili: α - β -42 amiloid oqsili konsentratsiyasining pasayishi va tau-proteinining ko'payishi orqali tashxisni tasdiqlashga yordam beradi.

Differensial diagnostika demensiyaning boshqa sabablarini istisno qilish uchun zarur:

- KT va MRT: miyadagi o'smalarni istisno qiladi.

- Bosh tomirlarining UTTsi: Dissirkulyator ensefalopatiyalarni aniqlaydi.

- Boshqa kasalliklar bilan taqqoslash: Altsgeymer kasalligi o'zining xarakterli belgilari va patogenetik mexanizmlariga ega bo'lgan Parkinson kasalligi va Pik kasalligidan farq qiladi.

- Miyani KT qilish

- Miyani MRT qilish
- Boshni UZI qilish

Altsgeymer kasalligini davolash

Altsgeymer kasalligini davolab bo'lmaydi, lekin uning rivojlanishini dori-darmonlar va qo'shimcha usullar yordamida sekinlashtirish mumkin.

Dori vositalari:

- Xolinesteraza ingibitorlari: dastlabki bosqichlarda holatni yaxshilaydi.
- Memantin: miyani zaharli glutamatdan himoya qiladi.
- Qo'shimcha ravishda: qon aylanishini yaxshilash uchun preparatlar, antidepressantlar va antioksidantlar.

Ruhiy-ijtimoiy qo'llab-quvvatlash:

- Xotirani mashq qildirish uchun mashqlar.
- Mustaqillikni saqlash uchun buyumlardagi ko'rsatmalar va imzolar.
- Stressni kamaytirish.

Xalq tabobati:

- Ginkgo biloba: miya faoliyatini rag'batlantiradi.
- Asab tizimini qo'llab-quvvatlash uchun o'tlardan choy, qaynatmalar va damlamalar.

Xavf

Altsgeymer kasalligi zo'rayib boradi, bu esa o'z-o'ziga xizmat ko'rsatish va kundalik vazifalarni bajarish qobiliyatining to'liq yo'qolishiga olib keladi. Bemor yolg'iz qolmasligi kerak, chunki u o'zi va atrofdagilar uchun xavfli vaziyatlar yaratishi mumkin (masalan, suv yoki gazni o'chirishni unutish).

Bashorat parvarishlashga bog'liq. Kasallikning o'zi o'limga olib kelmasa-da, bemor baxtsiz hodisa, kechki bosqichlardagi holsizlik yoki yondosh kasalliklardan vafot etishi mumkin.

Xavf guruhi

Altsgeymer kasalligi ko'pincha 65 yoshdan oshgan keksa odamlarda, ayniqsa 70 yoshdan keyin, xavf taxminan 30% ni tashkil qilganida uchraydi. Ayollar kasallikka ko'proq moyil bo'lib, irsiy moyillik asosiy sabab bo'lmasa-da, kasallikning erta shakliga moyillik mavjud. Xavf omillariga qon tomir kasalliklari, bosh jarohati va toksik ta'sirlar kiradi. Kasallik, shuningdek, malakasiz mehnat bilan shug'ullanadiganlarda ko'proq uchraydi, chunki aqliy faoliyat neyronlararo aloqalarni shakllantirishga yordam beradi, bu esa ularning buzilishini qiyinlashtiradi.

Oldini olish

Altsgeymer kasalligining oldini olish uchun quyidagilar muhimdir:

- Miya tomirlariga ta'sir qiluvchi arterial gipertenziya va qandli diabet kabi kasalliklarni o'z vaqtida davolash.
- Insultdan keyingi holatni kuzatib boring, chunki u kasallikning rivojlanish xavfini oshiradi.

Xavfni kamaytirish uchun tavsiyalar:

- Chekishni tashlash.
- Alkogolni cheklash, ammo qizil sharobni o'rtacha iste'mol qilish foydali bo'lishi mumkin.
- Muvozanatli ovqatlanish, shu jumladan meva va sabzavotlar bilan O'rta yer dengizi parhezi.

- Folat kislota va ovqatdan olinishi mumkin bo'lgan omega-3 yog' kislotalarini qabul qilish (masalan, semga va tunets).

- Muntazam jismoniy mashqlar, shu jumladan piyoda yurish.
- Xobbi, krossvordlar yechish va kurslarda o'qish kabi faol ijtimoiy va aqliy faoliyat.
- Sog'lom turmush tarzi va aqliy mashqlar kasallikning rivojlanishini sekinlashtirishga yoki uning oldini olishga yordam beradi.

Parhez

Asab tizimi salomatligini saqlash va Alsgaymer kasalligining oldini olish uchun quyidagilar muhimdir:

- Yog' kislotalari: Ratsioningizga zaytun va zig'ir moylari, baliqlarni qo'shing. Aterosklerozning oldini olish uchun qovurilgan va yog'li taomlarni cheklang.

- Antioksidantlar: pomidor, piyoz, sarimsoqpiyoz, karam, sabzi, ismaloq, brokkoli, qovun, kivi va qora smorodina kabi yangi sabzavot va mevalarni iste'mol qiling. Xom mahsulotlar va yangi siqilgan sharbatlar konservalanganlarga qaraganda foydaliroqdir.

- Vitaminlar va minerallar: A, E, C, B3 vitaminlari, shuningdek, rux va selen minerallarini olish muhimdir. Buning uchun, agar ratsionda vitamin-mineral komplekslar yetarli bo'lmasa, ulardan foydalanish mumkin.

Xulosa

Altsgaymer kasalligi insoning xotirasi, tafakkuri va kundalik hayot faoliyatiga jiddiy ta'sir ko'rsatadigan og'ir nerologik kasallikdor. Miya hujayralarining asta sekin nobut bo'lish natijasida yuzaga keladigan bu kasallikning to'liq daolash imkoniyati hozircha mavjud emas. Biroq, erta tashhislash va simptomatik davolash orqali uning rivojlanishini sekinlashtirish mumkin. Sog'lom turmush tarzini yuritish, aqliy faoliyatini saqlash va ijtimoiy hayotda faol bo'lish kasallik xavfini kamaytirishga yordam beradi. Altsgaymer kasalligiga qarshi kurashda tibbiy, psixologik va ijtimoiy yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.Қодиров Ж.Ш., Тоиров Б.Қ. Неврология асослари. – Тошкент: Tibbiyot nashriyoti, 2018.
- 2.Назарова С.Т. Гериатрия ва кексалардаги деменциялар. – Тошкент: Ilm-Ziyo, 2020.
- 3.World Health Organization (WHO). Dementia Fact Sheet. – Geneva: WHO Publications, 2021.
- 4.Alzheimer's Association. 2023 Alzheimer's Disease Facts and Figures. – Chicago, IL: Alzheimer's Association, 2023.
- 5.Kumar V., Abbas A.K., Aster J.C. Robbins Basic Pathology. – 10th ed. – Philadelphia: Elsevier, 2017.