

AYOLLAR CHANOQ RAZMERLARINI O'RGATISH VA O'LCHASHNING MATEMATIK METODI

Uktamova Gavhar Tolibovna
Toshkent tibbiyot akademiyasi o'qituvchisi

***Annotatsiya:** Sog'liqni saqlash tizimini isloh qilish va rivojlantirish, ayni damda sohani tubdan takomillashtirish, qolaversa, ayollar chanoq razmerlarini o'rgatish va o'lchashning matematik metodi masalalari hisoblanadi. Ayni damda ushbu sohada olib borilayotgan iqtisodiy islohotlardan ko'zlangan maqsad sog'liqni saqlashning samaradorligi, qulayligi va sifatini oshirish, shuningdek, xarajatlarni kamaytirish va tizim barqarorligini ta'minlashdan iborat.*

***Kalit so'zlar:**Sog'liqni saqlash tizimini, chanoq razmerlari, tibbiyot muassasalari, tibbiyot xodimlari, sog'liqni saqlash tizimidagi islohotlar.*

Chanoq, tos — gavda skeletining pastki qismi. Chanoq odamda oyoqlarni, sut emizuvchilarda esa orqa oyoqlarni, tanaga birlashtiradi. Chanoq umurtqa pog'onasi va tananing yuqori qismi uchun tayanch vazifasini bajaradi. Chanoq o'ng va chap nomsiz chanoq suyaklari hamda dumg'aza va [dum](#) suyaklaridan hosil bo'ladi. Chanoq suyaklari bir-biriga oldidan qov simfiziga o'xshab, orqadan esa juft dumg'aza yonbosh bo'g'imlari ko'rinishida dumg'azaga birlashadi. Har bir nomsiz suyaklar (o'sish davri oxirida qo'shib ketadi) yonbosh, quymuch va qov suyaklaridan tashkil topadi. Ular birlashish joyining tashqi tomonida quymuch kosasi joylashadi. Chanoq tuzilishining jinsiy xususiyatlari bor. Ayollarda chanoq erkaklarnikiga nisbatan bir qadar keng va kalta bo'ladi. Katta va kichik chanoq bor. Katta chanoq oldidan qorin old devori yumshoq to'qimalari bilan, orqadan umurtqa pog'onasi, yondan yonbosh [suyak](#) qanotlari bilan, kichik chanoq oldidan qov suyaklari, orqadan dumg'aza va dum suyagi, yondan quymuch suyagi va yumshoq to'qimalar bilan o'ralgan. Katta chanoqda qorin bo'shlig'i pastki qismidagi a'zolar, kichik chanoqda to'g'ri ichak, qovuq, erkaklarda [prostate bezi](#) va urug' pufaklari, ayollarda bachadon va uning ortiqlari hamda qin joylashgan. Chanoq suyaklarida orqa tomondan orqa va umurtqa pog'onasi muskullari, oldidan qorin muskullari birlashadi. Oyoq muskullari ham chanoqdan boshlanadi. Dumbaning katta muskuli chanoq sohasidagi eng katta muskul hisoblanadi. Yonboshning ichki juft arteriyalari chanoq devori va undagi ichki a'zolari qon bilan ta'minlaydi; dumg'aza nervi chigallarining shoxchalari innervatsiya qiladi. Chanoq sinishi chanoqning xavfli shikastlaridan xisoblanadi. Chanoq chikishi kam uchraydi, lekin bolalarda chanoq shikastlanishi natijasida boylamlar uzilishi, chanoq-son bo'g'imi chiqishi ko'proq kuzatiladi. Tug'ruq vaqtida ba'zan chanoqning qov birikmasi uzilishi mumkin. Quymuch kosasi singanda ko'pincha son chiqadi. Chanoq kasalliklariga qon orqali tarqaladigan (gematogen) osteomiyelit (bunda, odatda, yonbosh suyagi qanotlari va dumg'aza zararlanadi), brutsellyoz va revmatoid artritis esa dumg'aza yonbosh bo'g'imining zararlanishi va boshqa kiradi.

Chanoq-son bo'g'imi – chanoq suyagidagi quymuch kosasi bilan son suyagining boshi birlashishidan paydo bo'ladi. Quymuch kosasining qirg'og'ida chuqurchaning kattalashtirishga moslashgan fibroz tog'ay labi bor. Bo'g'im xaltasi erkin joylashgan bo'lib, son suyagi boshining harakat qilishiga xalaqit bermaydi. Chanoq-son bo'g'imi, yonboshson,

o'tirgichson, qovson boylamlari bilan mustahkamlanadi. Chanoq-son bo'g'im atrofidagi muskullar bo'g'im harakatida boylamlarning unchalik taranglanmasligiga imkon yaratadi. Bo'g'im yong'oqsimon shaklda bo'lib, frontal o'qida tanaga yaqinlashib uzoqlashishi, vertikal (tik) o'qi bo'ylab tashqari hamda ichkariga aylanishi va doira shaklida harakat qilishi mumkin.

Ba'zida biz oyoq og'rig'ini yurish paytida, tabiiy charchoq yoki uzoq muddatli jismoniy faollik bilan bog'laymiz. Biroq, bu holat jiddiy kasallik mavjudligini ham anglatishi mumkin. Muammoning asl ildizini qanday aniqlash va davolash kerak? Agar sizni yurish paytida tizza yoki tovon og'rig'i bezovta qilsa, bu holat vaqt o'tishi bilan har bir qadamingizda sizga hamroh bo'lib qolishi mumkin. Sababiga ko'ra, bunday og'riqli holat sust og'riqdan doimiy bezovtalikgacha turli darajalar bilan ifodalanishi mumkin. Yurish paytidagi oyoq og'rig'i turli strukturalarga bog'liq xolda har xil sabablarga ko'ra bo'ladi. Bu holat ko'pincha bemorlar tomonidan "oyog'imdan mana bunaqa ovoz chiqyapti" deb tushuntiriladi. Oyoq og'rig'ining umumiy sabablariga quyidagilar kiradi: Jismoniy faollik: intensiv mashg'ulotlar, ayniqsa siz yaqinda sport bilan shug'ullanishni boshlagan bo'lsangiz yoki mashg'ulot intensivligini oshirganingizda.

➤ Ortiqcha charchoq: haddan tashqari jismoniy zo'riqish yoki tiklanish uchun yetarli vaqt yo'qligi sababli oyoqlarning ko'p ishlashi.

➤ Minerallarning yetishmasligi: elektrolitlar yetishmovchiligi, masalan, kaliy, magniy yoki kaltsiyning yetishmasligi mushaklarning tirishishi va og'rishiga olib kelishi mumkin.

➤ Pastki qism arteriya kasalliklari: tromboz, emboliya, varikoz, arteriyalarning torayishi, oyoqlarning qon aylanishini ta'minlaydigan tomirlarning torayishi yurish paytida og'riqlarni keltirib chiqaradi. Bu ateroskleroz bilan bog'liq bo'lishi mumkin.

➤ Bo'g'in va muskul kasalliklari: oyoqlardagi bo'g'imlarning artriti yoki artrozi harakatlanayotganda og'riq paydo qilsishi mumkin.

➤ Jarohatlar: ko'karishlar, qo'qqislanishlar, suyak chiqib qolishlar yoki pay cho'zilishi ham og'riq manbai bo'lishi mumkin.

➤ Nevrologik muammolar: nerv muammolari, masalan, umurtqa pog'onasidagi disk siljib chiqib qolishi, tunnel sindromi, diabetik angiopatiya harakat paytida og'riq keltirib chiqarishi mumkin.

➤ Neyromuskulyar kasalliklar: mushak distrofiyasi yoki miyozit kabi turli xil tibbiy hollatlar mushaklarning og'rig'iga sabab bo'lishi mumkin.

➤ Spazmlar: turli sabablarga ko'ra yuzaga kelgan mushaklarning spazmlari ham og'riq chaqirishi mumkin.

➤ Suyak kasalliklari: osteomiyelit, plantar fastsit(tovon suyagi)

➤ Onkologik kasalliklar: xavfli o'smalar, shu jumladan sarkomalar va metastazlar oyoq og'rig'iga sabab bo'lishi mumkin.

Bu faqat umumiy tavsif. Oyoq og'rig'ining har bir holati tashxis qo'yish, davolash uchun individual yondashuvni talab qiladi. Agar sizda oyoq og'rig'i bilan bog'liq bezovtaliklar bo'lsa, tashxis qo'yish, aniqlash va eng yaxshi davolash usulini tanlash uchun shifokor bilan maslahatlashish kerak.

Og'riqning har bir sababi turli xil alomatlar bilan namoyon bo'lishi mumkin, masalan: Jismoniy faollik, ortiqcha ish:

➤ Alomatlar: charchoq hissi, oyoqlarda og'irlik, masg'ulotdan keyin sezilishi mumkin bo'lgan og'riq.

➤ Og'riq xususiyati: ko'pincha o'rtacha yoki yengil, jismoniy faollikdan keyin paydo bo'ladi.

Minerallarning yetishmasligi:

➤ Alomatlar: mushaklarning tirishishi, uyqusizlik, oyoqlarda zaiflik hissi.

➤ Og'riq xususiyati: ko'pincha o'tkir, mushaklarga kuch kelish hissi bilan birga keladi.

Jarohatlar:

➤ Alomatlar: shishish, qizarish, harakat paytida og'riq hissi, harakat bilan bog'liq muammolar bo'lishi mumkin.

➤ Og'riq xususiyati: shikastlanish xususiyatiga qarab o'tkir, sust yoki pulsatsiyalanuvchi (lo'qqillab og'rishi) bo'lishi mumkin.

Neyromuskulyar kasalliklar:

➤ Alomatlar: muvozanatning yomonlashishi, mushak massasining yo'qolishi, reflekslarda o'zgarishlar bo'lishi mumkin.

➤ Og'riq xususiyati: muayyan buzilishlarga qarab, doimiydan tortib vaqti vaqti bilan bo'ladigan og'riqlargacha turlicha mumkin.

Spazmlar:

➤ Alomatlar: o'tkir, kuchli og'riq, ba'zida tirishishlar bilan birga keladi.

➤ Og'riq xususiyati: ko'pincha o'tkir va kuchli, to'satdan paydo bo'lishi ham mumkin.

Ushbu alomatlar muammoning o'ziga xos xususiyatlariga qarab o'zgarishi mumkin. Agar oyoq og'rig'i bo'lsa, ayniqsa surunkali bo'lib qolsa yoki boshqa alomatlar bilan birga kelsa, tekshirish va tashxis qo'yish uchun shifokorga murojaat qilish tavsiya etiladi. Oyoq og'rig'ining sababini aniqlash uchun alomatlariga qarab vrach sizga turli tekshirishlarga buyurishi mumkin. Quyida ba'zi umumiy tashxis usullari keltirilgan:

1. Klinik tekshiruv va shifokor bilan suhbat:

➤ Shifokor sizga og'riqning xususiyati, uning paydo bo'lishi, yomonlashishi yoki turli vaziyatlarda yaxshilanishi haqida savollar berishi mumkin.

2. Rentgenologik tadqiqotlar:

➤ Rentgenografiya: suyaklardagi yoriqlar, chiqishlar, artrit va boshqa o'zgarishlarni aniqlash uchun rentgen tekshiruvi.

➤ Magnit-rezonans tomografiya (MRT): oyoq ichidagi yumshoq to'qimalarni, bo'g'inlarni, oyoq ichki tuzilishini batafsil o'rganishga imkon beradi.

➤ Kompyuter tomografiyasi (KT): suyaklarni, bo'g'inlarni yuqori aniqlikda tasvirlash uchun ishlatiladi.

3. Elektromiografiya (EMG), nerv-mushak o'tkazuvchanligi:

➤ Mushaklarning elektr faolligini o'rganish, nevrologik muammolarni aniqlash uchun nervlar bo'ylab impulslarni o'tkazish.

4. Laboratoriya tahlillari:

➤ Umumiy qon tahlili: yallig'lanish, infeksiya yoki boshqa holatlar belgilarini aniqlashga yordam beradi.

➤ Mineral darajasini o'rganish: kaltsiy, magniy, kaliy va boshqa elektrolitlar darajasini tekshirish.

5. Oyoq arteriyalarini dupleks skanerlash:

➤ Arteriyalardagi qon oqimini baholash, qon aylanishidagi mavjud muammolarini aniqlash imkonini beruvchi tadqiqot.

6. Biopsiya: Yallig'lanish jarayonlari yoki o'smalar kabi ba'zi kasalliklar ehtimolida, biopsiya uchun to'qima namunasini olish kerak bo'lishi mumkin. Bular mavjud bo'lgan tashxis usullarining bir nechtasi xolos. Shifokor sizning simptomlaringiz va tibbiy tarixingizga qarab qaysi testlar va tadqiqotlar mos kelishini hal qilishi mumkin.

Adabiyotlar ro'yxati

1.Sh.Mirziyoyevning Oliy Majlis va O'zbekiston xalqiga Murojaatnomasi, 28.12.2018

2.“Sog‘liqni saqlash sohasida ixtisoslashtirilgan tibbiy yordam ko‘rsatish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-5199-son 28.07.2022y.

3.“Sog‘liqni saqlash vazirligi faoliyatini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PF-156 - son 06.09.2023-y.

4.Косорукова И. В., Мощенко О. В., Усанов А. Ю. “Экономический анализ”: Учебник для бакалавриата и магистратури.– Москва: Университет “Синергия”, 2021. – 360 с.

5.M.Y. Raximov, N.N. Mavlanov N.N. Kalandarova; Iqtisodiy tahlil. Darslik.– T.: “Iqtisod-Moliya”, 2022.

6. I.N.Qo‘ziyev, Sh.V. G‘aniyev, A.S. Ramazonov. Byudjet hisobi va nazorati: Darslik. – T.: “Nihol print” OK, 2022. 632 b. 7. Muallif tadqiqotlari asosida tayyorlangan.