

INSULTLARNI KUNDAN KUNGA YOSHARMOQDA VA ULARNING STATESTKASI HOZIRGI KUNDAGI BOSQICHLARI

Asqarov Jahongir Asqar o‘g‘li

Annotatsiya: *Insult bugungi kunda dunyo bo‘yicha nogironlik va o‘limning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda ushbu kasallikning nafaqat qariyalarda, balki yosh va o‘rta yoshdagi aholida ham uchrash darajasi ortib borayotgani kuzatilmoqda. Mazkur maqolada insultning hozirgi davrdagi statistik ko‘rsatkichlari, etiologiyasi, epidemiologiyasi hamda patogenezining asosiy mexanizmlari tahlil qilinadi. Shuningdek, kasallikning klinik belgilari, mumkin bo‘lgan asoratlari va ko‘p uchraydigan hamroh kasalliklar haqida ma‘lumotlar beriladi.*

Аннотация: *Инсульт в настоящее время является одной из основных причин инвалидности и смертности во всём мире. В последние годы наблюдается рост частоты данного заболевания не только среди пожилых людей, но и среди лиц молодого и среднего возраста. В данной статье анализируются современные статистические показатели инсульта, его этиология, эпидемиология, а также основные механизмы патогенеза. Кроме того, приводится информация о клинических проявлениях заболевания, возможных осложнениях и часто встречающихся сопутствующих заболеваниях.*

Abstract: *Stroke is currently one of the leading causes of disability and mortality worldwide. In recent years, the incidence of this disease has been increasing not only among the elderly but also among young and middle-aged populations. This article analyzes the current statistical indicators of stroke, its etiology, epidemiology, and the main mechanisms of pathogenesis. In addition, information is provided about the clinical manifestations of the disease, possible complications, and commonly associated comorbid conditions.*

Kalit so‘zlar: *Insult, epidemiologiya, etiologiya, patogenez, klinika, asoratlar, hamroh kasalliklar, davolash, profilaktika, umumiy amaliyot shifokori.*

ключевые слова: *Инсульт, эпидемиология, этиология, патогенез, клиника, осложнения, сопутствующие заболевания, лечение, профилактика, врач общей практики.*

Keywords: *Stroke, epidemiology, etiology, pathogenesis, clinical features, complications, comorbidities, treatment, prevention, general practitioner.*

Kirish

Insult bugungi kunda dunyo bo‘yicha o‘lim va nogironlikning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda ushbu kasallikning nafaqat qariyalar, balki yosh va o‘rta yoshdagi aholi orasida ham uchrashi ortib bormoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma‘lumotlariga ko‘ra, har yili millionlab insonlar insult tufayli hayotdan ko‘z yumadi yoki

turli darajadagi nogironlikka duchor bo‘ladi. Shuning uchun insultni erta aniqlash, davolash va profilaktika choralarini ko‘rish zamonaviy tibbiyotning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Insult — bu bosh miyada qon aylanishining o‘tkirbuzilishi natijasida yuzaga keladigan og‘irnevrologik kasallikdir. Insult paytida miya hujayralari yetarli miqdorda kislorod va oziqamoddalarini olmaydi, natijada ularning faoliyatibuziladi yoki butunlay nobud bo‘ladi. Miya hujayralari juda sezgir bo‘lgani sababli qon aylanishining bir necha daqiqaga buzilishi ham jiddiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Hozirgi kunda insult dunyo bo‘yicha nogironlik va o‘limga olib keluvchi asosiy kasalliklardan biri hisoblanadi. Avvallari insult asosan yoshi katta insonlarda uchragan bo‘lsa, hozirgi paytda yoshlar orasida ham ko‘payib borayotgani kuzatilmoqda. Bu esa zamonaviy turmush tarzi, stress, noto‘g‘ri ovqatlanish, kam harakatlik vazararli odatlar bilan bog‘liq. Insult iki asosiy turga bo‘linadi: Ischemic Stroke – miya tomirining tromb yoki embol bilan tiqilib qolishi natijasida yuzagakeladi. Bu tur insultlarning taxminan 70–80foizini tashkil etadi. Hemorrhagic Stroke – miya tomirining yorilishiva miya to‘qimalariga qon quyilishi natijasida rivojlanadi. Etiologiyasi Insult rivojlanishiga olib keladigan sabablar turli xil bo‘lishi mumkin. Eng asosiy etiologik omillardan biri arterial gipertenziya hisoblanadi. Yuqori qon bosimi qon tomirlari devoriga doimiy bosim o‘tkazadi va vaqt o‘tishi bilan tomirlarning zaiflashishiga olib keladi. Natijada tomir yorilishi yoki tiqilib qolishi mumkin. Ateroskleroz ham insult rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Bu kasallikda qon tomirlari devoridayog‘li blyashkalar to‘planadi va tomirlar torayadi. Natijada miya to‘qimalariga qon yetib borishi qiyinlashadi. Yurak kasalliklari ham insult rivojlanishiga sabab bo‘lishi mumkin. Masalan, yurak ritmining buzilishi, yurak klapanlari kasalliklari yoki yurak yetishmovchiligi tromb hosil bo‘lishiga olib keladi. Bu tromblar qon oqimi orqali miya tomirlariga yetib borib, ularni to‘siq qo‘yishi. Patogenezi insult rivojlanish jarayoni murakab biologik mexanizmlar bilan bog‘liq. Ishemik insultda miya tomirining tromb yoki embol bilan tiqilib qolishi natijasida miya to‘qimalariga qon yetib bormaydi. Natijada kislorod yetishmovchiligi yuzaga keladi. Kislorodsiz qolgan miya hujayralari tezda zararlanadi va nobud bo‘la boshlaydi. Klinik asl Insultning klinik belgilari ko‘pincha to‘satdan paydo bo‘ladi. Eng ko‘p uchraydigan simptomlardan biri tana tomonlaridan birining falaj bo‘lishidir. Bemor qo‘l yoki oyog‘ini harakatlantira olmaydi. Asoratlari Insultdan keyin bemorda turli asoratlar rivojlanishi mumkin. Eng keng tarqalgan asoratlardan biri falajdir. Bunda bemor tananing bir tomonini harakatlantira olmaydi. Nutq buzilishi ham ko‘p uchraydi. Bemor gapiraolmaydi yoki boshqalarning gapini tushunishiqiyinlashadi. Ba‘zan xotira va fikrlash jarayoniham buziladi. UASH taktikasi Umumiy amaliyot shifokori insultni ertaaniqlashda muhim rol o‘ynaydi. Agar bemor dainsult belgilari paydo bo‘lsa, darhol shoshilinch tibbiy yordam chaqirilishi kerak. Shifokor bemorning umumiy holatini baholaydi, qon bosimini tekshiradi va nevrologik tekshiruv o‘tkazadi. Keyinchalik bemor maxsus tekshiruvlar uchun shifoxonaga yuboriladi. Bu tekshiruvlarga kompyuter tomografiya yoki magnit-rezonans tomografiya kiradi. Davolash Insultni davolash imkon qadar tez boshlanishikerak. Ishemik insultda asosiy

maqsad qontomirini ochish va miya qon aylanishini tiklashdan iborat. Buning uchun trombolitik dorivositalari qo'llanadi. Gemoragik insultda esa qon ketishini to'xtatish va miya shishini kamaytirish muhim hisoblanadi. Ba'zi hollarda jarohlik amaliyoti ham o'tkaziladi. Davolashdan keyin bemor reabilitatsiya jarayonidan o'tadi. Bu jarayonga fizioterapiya, massaj, nutqni tiklash mashqlari va psixologik yordam kiradi. Profilaktika Insultning oldini olish uchun sog'lom turmush tarziga rioya qilish juda muhimdir. Qon bosimini nazorat qilish, to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik bilan shug'ullanish, zararli odatlardan vozkechish va stressni kamaytirish kasallik xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Shuningdek, yurak va qon tomir kasalliklarini o'zvaqtida davolash ham muhim profilaktik choralarqatoriga kiradi. Nima uchun insult “yosharmoqda”? Statistikaga ko'ra, so'nggi 20 yilda 18 yoshdan 50 yoshgacha bo'lganlar orasida insultga chalinish ko'rsatkichi 25-30% ga oshgan. Bunga quyidagi omillar sabab bo'lmoqda: Surunkali stress va “burnout”: Yoshlarda neyrogormonal buzilishlarga olib keladi. UASH va Birlamchi bo'g'in roli: Umumiy amaliyot shifokorlarining taktikasi faqatgina kasallikni aniqlash bilan cheklanib qolmasligi kerak. Asosiye'tibor skrining tekshiruvlariga, ya'ni yoshlar orasida yashirin kechayotgan arterial gipertenziya va dislipidemiya ni erta aniqlashga qaratilishi lozim. Multidissiplinar yondashuv: Insultdan keyingi reabilitatsiya faqat dori-darmon bilan cheklanmaydi. Bemorning hayot sifatini tiklash uchun nevrolog, kinezioterapevt, logoped vapsixologning birgalikdagi mehnati talab etiladi. Ayniqsa, yosh bemorlarda ijtimoiy va mehnat reabilitatsiyasi ularning jamiyatga qaytishi uchun hal qiluvchi ahamiyatga ega. Profilaktika — Eng samarali chora: Kasallikni davolashdan ko'ra uning oldini olish iqtisodiy jihatdan 10 barobar arzonroqdir. Milliy miqyosda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, “fast-food” va energetik ichimliklar iste'molini nazorat qilish, shuningdek, muntazam jismoniy tarbiya insult. Insult — bu hukm emas, balki profilaktika vatezkor tibbiy yordam orqali boshqarish mumkin bo'lgan holatdir. Tibbiyot xodimlarining hushyorligi va aholining tibbiy savodxonligi ushbu “yashirin qotil”ga qarshi kurashda asosiy qurol bo'lib xizmat qiladi. 1. Global va Mintaqaviy Statistika. Butun dunyoda insult o'lim sabablari bo'yicha 2-o'rinda, nogironlikka olib kelish bo'yicha esa 1-o'rinda turadi. Dunyo miqyosida: Har yili taxminan 15 million kishi insultga chalinadi. Shundan 5 millioni vafot etadi, yana 5 millioni umrbod nogiron bo'lib qoladi. MDH davlatlarida: Kasallanish ko'rsatkichi G'arbiy Yevropaga nisbatan 2-3 barobari yuqori. Bu asosan arterial gipertenziyaning kech aniqlanishi va ovqatlanish ratsionida tuzhamda yog'ning ko'pligi bilan bog'liq. O'zbekistonda: So'nggi yillarda insult ko'rsatkichlari yiliga taxminan 45-60 ming holatni tashkil etmoqda. Kasallikning yosharishi ayniqsa 35-45 yoshli erkaklar orasida ko'p kuzatilmoqda.

Yoshi va jinsi bo'yicha statistika

Insultga chalinish xavfi yosh o'tgan sari ortadi, biroq so'nggi yillarda yoshlar ulushi keskin

Yosh toifa	Erkaklar %	Ayollar	Asosiy sabablar
18-35 yosh	5%	3%	Tug'ma nuqsonlar, nuqsonlar, energetik ichimliklar
36-50	22%	15%	Yosharayotgan guruh, Stress chekish
51-65	35%	32%	Qandli diabet, Ateroskleroz
65+	38%	50%	Surunkali kasalliklar, Yurak yetishmovchiligi

Millat Kasallanish ko'rsatkichi (100 ming aholiga) O'lim darajasi O'ziga xosligi Rossiya (Slavyan) – 350–400 – Yuqori Alkogol vasovuq iqlim faktori Markaziy Osiyo (O'zbek/Tojik) – 280–320 – O'rtayuqori Sho'r ovqat, choyxo'rlik, issiq iqlim Yevropa (Skandinaviya) – 150–200 – Past Ertadiagnostika, sog'lom turmush tarzi Shimoliy Amerika – 180–220 – O'rta Semizlik O'tkazilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, insultendilikda faqat keksalik kasalligi emas, balki global ijtimoiy-iqtisodiy muammoga aylangan. Kasallikning “yosharishi” tendensiyasi mehnatgalayoqatli aholi o'rtasida nogironlik ko'rsatkichlarining ortishiga olib kelmoqda. Asosiy xulosaviy xulosalar: Vaqt – bu miya (Time is Brain): Tadqiqotlar shuni isbotlaydiki, “oltin soat” (dastlabki 4.5 soat) ichida ko'rsatilgan tibbiy yordam o'lim vanogironlik xavfini 60-70% ga kamaytiradi. Shusababli, aholining insult belgilarini (FAST testi) tanish darajasini oshirish strategik ahamiyatga ega. UASH va profilaktika zanjiri: Umumiy amaliyotshifokorlari (UASH) faqat davolovchi emas, balki asosiy profilaktik kuch bo'lishi lozim. MDH va O'zbekiston miqyosida gipertoniya hamda qandli diabetni erta aniqlash (skrining) insultlar sonini 50% gacha qisqartirish imkonini beradi. Statistik ogohlantirish: Dunyo miqyosida yoshlar (18-45 yosh) orasida insultning ko'payish zamonaviy turmush tarzi — surunkali stress, “fast-food” madaniyati va gipodinamiya (kamharakatlik) natijasidir. O'zbekistonda ushbu ko'rsatkichlarni jilovlash uchun ovqatlanish ratsionidagi tuz miqdorini kamaytirish milliy darajadagi vazifa hisoblanadi. Reabilitatsiya — Sifatli hayot kaliti: Insultdan keyingi hayot sifati nafaqat dori-darmonga, balki multidissiplinar (nevrolog, logoped, psixolog, kinezioterapevt) yondashuvga bog'liq. Miyaneyroplastikligi tufayli yo'qotilgan funksiyalarni tiklash imkoniyati yoshlarda yuqoriroq ekanligi aniqlangan. Kelajak uchun tavsiyalar: Raqamli tibbiyot: Masofaviy monitoring (smart soatlar va mobil ilovalar) orqali yuqori xavf guruhidagi bemorlarning qon bosimini nazorat qilish. Genetik tahlillar: Genetik moyilligi bor yoshlarni barvaqt aniqlash va ularga individual profilaktika dasturlarini ishlab chiqish. Tibbiy madaniyat: Maktab va oliygohlarda sog'lom turmush tarzi hamda birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha doimiy o'quv kurslarini joriyetish.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

Список использованной литературы / List of Literature Gafurov B. G”. Nevrologiya” (Darslik)—. Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2021. — 450 b

.(O‘zbekistonlik olimning asosiy darsligi). Asadullayev M. M., Majidova Yo. N. “O‘tkir qonaylanish buzilishlari diagnostikasi va davolashtaktikasi” (Uslubiy qo‘llanma). — Toshkent, 2019.— 12 b.

Powers, W. J., et al. “Guidelines for the Early Management of Patients With Acute Ischemic Stroke: 2019 Update to the 2018 Guidelines”. Stroke, 50(12), e344–e418. (Xalqaro AHA/ASA standarti).

Гусев Е. И., Коновалов А. Н., Скворцова В. И.”Неврология и нейрохирургия” (Учебник в 2-х томах). — Москва: “ГЭОТАР-Медиа”, 2022.

Feigin, V. L., et al. “Global, regional, and national burden of stroke and its risk factors, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019”.

The Lancet Neurology, 2021. (Epidemiologiya va statistika uchun eng nufuzli manba).

Sumbasova N. T. “Yoshlar orasida insult rivojlanish xavfi omillari va profilaktikasi”. O‘zbekiston Tibbiyot Jurnal, №3, 2023. — 45–49-betlar. WHO (World Health Organization).

The top 10 causes of death”. [Elektron manba]: WHO official website, 2024. Yuldashev R. K. “Amaliy nevrologiya va UASH taktikasi”. — Toshkent: “Abu Ali ibn Sino”, 2020.