KO‘KRAK SARATONI: ZAMONAVIY DIAGNOSTIKA, PROFILAKTIKA VA DAVOLASH USULLARI

Axmadova Dilnoza Sherzod qizi
Toshkent Davlat Tibbiyot universiteti
1-davolash ishi fakulteti
Davolash ishi yo‘nalishi
5-kurs talabasi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada ko‘krak saratoni kasalligining kelib chiqish sabablari, xavf omillari, zamonaviy diagnostika usullari hamda profilaktika choralari yoritilgan. Tadqiqotning maqsadi ko‘krak saratonini erta aniqlashning ahamiyatini ochib berish va bugungi kunda qo‘llanilayotgan davolash usullari haqida umumiy ma’lumot berishdan iborat. Maqolani tayyorlashda ilmiy adabiyotlar, tibbiy tavsiyalar va so‘nggi ilmiy manbalarni tahlil qilish usullaridan foydalanildi. Kasallikni erta bosqichda aniqlash bemorlarning sog‘ayish ehtimolini sezilarli darajada oshiradi hamda davolash samaradorligini kuchaytiradi. Sog‘lom turmush tarziga rioya qilish, muntazam tibbiy ko‘rikdan o‘tish va skrining tekshiruvlarini o‘z vaqtida amalga oshirish kasallikning oldini olishda muhim omillardan biri hisoblanadi. Mazkur maqola ko‘krak saratoni haqida xabardorlikni oshirish va kasallikni erta aniqlashning ahamiyatini yoritishga xizmat qiladi.*

Kalit so‘zlar: *ko‘krak saratoni, erta diagnostika, mammografiya, profilaktika, onkologiya, davolash usullari.*

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti ma’lumotlariga ko‘ra, ko‘krak saratoni ayollar orasida eng ko‘p uchraydigan onkologik kasalliklardan biri bo‘lib, har yili millionlab yangi holatlar aniqlanadi. Ushbu kasallik nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy va iqtisodiy jihatdan ham dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Kasallikning keng tarqalishi, mehnatga layoqatli yoshdagi ayollar salomatligiga salbiy ta’siri hamda o‘lim ko‘rsatkichlariga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi uning oldini olish va erta aniqlash masalasiga alohida e’tibor qaratishni talab etadi.

Buyuk tabib Abu Ali ibn Sino o‘zining «Tib qonunlari» asarida kasalliklarni erta aniqlash va o‘z vaqtida davolash inson salomatligini saqlashning eng muhim shartlaridan biri ekanligini ta’kidlagan. Ushbu fikr bugungi kunda ham o‘z ahamiyatini yo‘qotmagan. Zamonaviy tibbiyot taraqqiyoti natijasida ko‘plab xavfli kasalliklarni dastlabki bosqichlarda aniqlash imkoniyati yaratilgan bo‘lsa-da, ko‘krak saratoni bilan bog‘liq kech tashxis qo‘yish holatlari hanuz uchrab turadi.

Ko‘krak saratoni sut bezining hujayralarida yuzaga keladigan xavfli o‘smalardan biri bo‘lib, uning rivojlanishiga irsiy moyillik, gormonal o‘zgarishlar, yosh omili, zararli odatlar, ortiqcha vazn, jismoniy faollikning yetishmasligi hamda ayrim tashqi muhit omillari sabab bo‘lishi mumkin. Kasallikning dastlabki bosqichlarida ko‘pincha yaqqol belgilar kuzatilmasligi sababli bemorlar shifokorga kech murojaat qiladilar va davolash jarayoni murakkablashadi va uning samaradorligi pasayadi.

Bugungi kunda mammografiya, ultratovush tekshiruvi, magnit-rezonans tomografiya, biopsiya hamda molekulyar-genetik tahlillar kabi zamonaviy diagnostika usullari kasallikni erta bosqichda aniqlash imkonini bermoqda. Erta tashxis qo‘yilgan holatlarda jarrohlik amaliyoti, kimyoterapiya, nur terapiyasi, gormonal va maqsadli davolash usullarini qo‘llash orqali bemorlarning sog‘ayish ehtimoli sezilarli darajada ortadi. Aholi o‘rtasida profilaktik ko‘riklar va skrining dasturlarini keng joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolada ko‘krak saratonining kelib chiqish sabablari, asosiy xavf omillari, zamonaviy diagnostika usullari, profilaktika choralari hamda davolashning bugungi kunda qo‘llanilayotgan yondashuvlari ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi. Shuningdek, kasallikni erta aniqlashning afzalliklari, sog‘lom turmush tarzining ahamiyati va muntazam tibbiy nazoratning zarurligi yoritiladi. Maqola tibbiyot yo‘nalishida tahsil olayotgan talabalar, amaliyotchi mutaxassislar hamda o‘z salomatligiga befarq bo‘lmagan keng kitobxonlar uchun foydali bo‘lishi ko‘zda tutilgan.

Ko‘krak saratoni sut bezining epitelial hujayralaridan rivojlanadigan xavfli o‘smalardan biri bo‘lib, ayollar orasida eng ko‘p uchraydigan onkologik kasallik hisoblanadi. Kasallik dunyoning deyarli barcha mamlakatlarida uchraydi va sog‘liqni saqlash tizimi oldidagi eng muhim muammolardan biri sifatida e'tirof etiladi. So‘nggi yillarda tibbiyot sohasida erishilgan yutuqlarga qaramay, ko‘krak saratoni bilan kasallanish holatlari ortib bormoqda. Bunga aholining o‘rtacha umr ko‘rish davomiyligining uzayishi, urbanizatsiya, turmush tarzidagi o‘zgarishlar va ayrim ekologik omillar sabab bo‘lmoqda.

Ko‘krak saratoni hujayralarning nazoratsiz ko‘payishi natijasida yuzaga keladi. Sog‘lom organizmda hujayralar ma’lum tartib asosida bo‘linadi va eskirgan hujayralar o‘rnini yangilari egallaydi. Ammo genetik o‘zgarishlar yuz berganda ushbu jarayon buziladi va hujayralar cheksiz ravishda ko‘payishni boshlaydi. Natijada xavfli o‘sma shakllanadi. Vaqt o‘tishi bilan o‘sma atrofdagi to‘qimalarga o‘tishi hamda qon va limfa tomirlari orqali boshqa a’zolarga tarqalishi mumkin. Bu jarayon metastaz deb ataladi.

Ko‘krak saratonining kelib chiqishiga yagona sabab mavjud emas. Kasallikning rivojlanishida irsiy, biologik, gormonal va tashqi muhit omillari birgalikda ishtirok etadi. Tibbiyotda xavf omillari deb kasallik rivojlanish ehtimolini oshiradigan holatlarga aytiladi.

Eng muhim xavf omillaridan biri irsiy moyillik hisoblanadi. Agar ona, opa-singil yoki buvida ko‘krak saratoni kuzatilgan bo‘lsa, ushbu kasallikka chalinish ehtimoli yuqoriroq bo‘ladi. Ayniqsa BRCA1 va BRCA2 genlaridagi mutatsiyalar aniqlangan ayollarda kasallik rivojlanish xavfi sezilarli darajada ortadi. Biroq barcha bemorlarda ham irsiy omil uchramaydi. Ko‘pchilik holatlar hayot davomida orttirilgan omillar ta’sirida rivojlanadi.

Yosh omili ham muhim ahamiyatga ega. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, ko‘krak saratoni 40 yoshdan keyin ko‘proq uchraydi. Yosh ulg‘aygani sari hujayralarda genetik o‘zgarishlar to‘planib boradi va bu xavfli o‘smalar rivojlanish ehtimolini oshiradi.

Gormonal muvozanatning buzilishi ham kasallik rivojlanishida muhim rol o‘ynaydi. Hayz siklining juda erta boshlanishi, menopauzaning kech kuzatilishi, birinchi farzandni kech tug‘ish yoki umuman tug‘maslik kabi holatlar estrogen gormonining organizmga uzoq muddat ta’sir qilishiga olib keladi. Bu esa sut bezi hujayralarida o‘zgarishlar yuz berishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Turmush tarzi ham kasallik rivojlanishiga sezilarli ta’sir qiladi. Kamharakat hayot kechirish, ortiqcha tana vazni, noto‘g‘ri ovqatlanish, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish va chekish xavf omillarini kuchaytiradi. Aksincha, muntazam jismoniy faollik, meva va sabzavotlarga boy ovqatlanish hamda tana vaznini me'yorda ushlab turish kasallik rivojlanish xavfini kamaytiradi.

Ko‘krak saratonini muvaffaqiyatli davolash ko‘p jihatdan uning qanchalik erta aniqlanishiga bog‘liq. Zamonaviy diagnostika usullari kasallikni dastlabki bosqichlarda aniqlash imkonini bermoqda. Erta tashxis qo‘yilgan bemorlarda davolash natijalari ancha yuqori bo‘ladi.

Diagnostikaning dastlabki bosqichi shifokor ko‘rigi va sut bezini klinik tekshirishdan boshlanadi. Bunda bezning shakli, teri holati, so‘rg‘ichdagi o‘zgarishlar hamda qo‘ltiq osti limfa tugunlari baholanadi. Shuningdek, ayollarga oyiga bir marta o‘z-o‘zini tekshirish tavsiya etiladi. Bu usul kasallikni to‘liq aniqlab bermasa-da, shubhali o‘zgarishlarni erta sezishga yordam beradi.

Mammografiya ko‘krak saratonini aniqlashda eng ishonchli skrining usullaridan biri hisoblanadi. Rentgen nurlari yordamida olingan tasvirlar orqali hali qo‘l bilan paypaslab bilinmaydigan kichik o‘smalarni ham aniqlash mumkin. Shu sababli ko‘plab mamlakatlarda 40 yoshdan oshgan ayollarga muntazam mammografik tekshiruv tavsiya etiladi.

Ultratovush tekshiruvi, ayniqsa yosh ayollarda va zich bez to‘qimasiga ega bemorlarda keng qo‘llaniladi. Zarurat tug‘ilganda magnit-rezonans tomografiya, kompyuter tomografiyasi va biopsiya usullaridan foydalaniladi. Biopsiya yakuniy tashxis qo‘yishda eng muhim usul bo‘lib, olingan to‘qima namunasi mikroskop ostida tekshiriladi va o‘smaning turi hamda biologik xususiyatlari aniqlanadi.

Ko‘krak saratonini davolash usuli kasallikning bosqichi, o‘smaning hajmi, uning biologik xususiyatlari, bemorning yoshi va umumiy sog‘lig‘i hisobga olingan holda tanlanadi. Hozirgi vaqtda davolashning asosiy usullariga jarrohlik amaliyoti, kimyoterapiya, nur terapiyasi, gormonoterapiya, maqsadli terapiya hamda immunoterapiya kiradi. Ko‘pincha ushbu usullar birgalikda qo‘llaniladi. Kompleks davolash bemorning sog‘ayish imkoniyatini oshiradi va kasallikning qaytalanish xavfini kamaytiradi.

Jarrohlik amaliyoti ko‘krak saratonini davolashning eng samarali usullaridan biri hisoblanadi. Kasallik erta bosqichda aniqlanganda faqat o‘sma joylashgan qism olib tashlanishi mumkin. Ayrim hollarda esa sut bezini to‘liq olib tashlashga to‘g‘ri keladi. Zarurat tug‘ilganda qo‘ltiq ostidagi limfa tugunlari ham tekshiriladi yoki olib tashlanadi. Zamonaviy rekonstruktiv jarrohlik usullari tufayli operatsiyadan keyin ko‘krak shaklini tiklash imkoniyati ham mavjud.

Kimyoterapiya xavfli hujayralarning ko‘payishini to‘xtatishga qaratilgan dori vositalari yordamida amalga oshiriladi. U operatsiyadan oldin o‘sma hajmini kichraytirish yoki operatsiyadan keyin organizmda qolishi mumkin bo‘lgan saraton hujayralarini yo‘q qilish maqsadida qo‘llanadi. Kimyoterapiya vaqtida soch to‘kilishi, ko‘ngil aynishi, holsizlik kabi nojo‘ya ta’sirlar kuzatilishi mumkin. Biroq zamonaviy dori vositalari bu noqulayliklarni sezilarli darajada kamaytirishga yordam bermoqda.

Nur terapiyasi yuqori energiyali nurlar yordamida saraton hujayralarini yo‘q qilishga qaratilgan. Ushbu usul asosan operatsiyadan keyin qo‘llanib, kasallikning qayta rivojlanish ehtimolini kamaytiradi. Davolash jarayoni bir necha hafta davom etishi mumkin va mutaxassis nazorati ostida olib boriladi.

Gormonoterapiya gormonga sezgir o‘smalarda samarali natija beradi. Bunday holatlarda estrogen ta’sirini kamaytiruvchi preparatlar qo‘llaniladi va o‘smaning o‘sishi sekinlashadi yoki to‘xtaydi. So‘nggi yillarda maqsadli terapiya va immunoterapiya ham keng qo‘llanilmoqda. Ushbu usullar saraton hujayralariga aniq ta’sir ko‘rsatishi bilan ajralib turadi va sog‘lom hujayralarga kamroq zarar yetkazadi.

Har qanday kasallikni davolashdan ko‘ra uning oldini olish osonroq. Ko‘krak saratoni profilaktikasida sog‘lom turmush tarziga rioya qilish muhim o‘rin tutadi. Muvozanatli ovqatlanish, ortiqcha vazndan saqlanish, jismoniy mashqlar bilan muntazam shug‘ullanish va zararli odatlardan voz kechish kasallik rivojlanish xavfini kamaytiradi.

Mutaxassislarning tavsiyasiga ko‘ra, ayollar har oy o‘z-o‘zini tekshirib turishlari lozim. Bunda ko‘krak bezida tugun, qattiqlashish, og‘riq, teri rangining o‘zgarishi yoki so‘rg‘ichdan ajralma kelishi kabi belgilar kuzatilsa, darhol shifokorga murojaat qilish zarur.

40 yoshdan oshgan ayollarga muntazam mammografik skriningdan o‘tish tavsiya etiladi. Agar oilada ko‘krak saratoni bilan kasallangan yaqin qarindoshlar bo‘lsa, tekshiruvlarni shifokor tavsiyasiga ko‘ra ertaroq boshlash maqsadga muvofiq. Muntazam profilaktik ko‘riklar kasallikni dastlabki bosqichlarda aniqlash imkonini beradi va davolash samaradorligini sezilarli darajada oshiradi.

Ko‘krak saratoni xavfini kamaytirish va uni erta aniqlash maqsadida quyidagi tavsiyalarga amal qilish maqsadga muvofiq:

• Sog‘lom ovqatlanish va me'yoriy tana vaznini saqlash;

• Haftasiga kamida 150 daqiqa jismoniy faollik bilan shug‘ullanish;

• Tamaki mahsulotlari va spirtli ichimliklarni iste'mol qilmaslik;

• Oyiga bir marta ko‘krak bezini mustaqil tekshirish;

• Shifokor tavsiyasiga muvofiq muntazam mammografiya va boshqa skrining tekshiruvlaridan o‘tish;

• Organizmda kuzatilgan har qanday shubhali o‘zgarishlarda vaqtni boy bermasdan mutaxassisga murojaat qilish.

Ko‘krak saratoni bugungi kunda ayollar salomatligi uchun eng dolzarb onkologik kasalliklardan biri bo‘lib qolmoqda. Kasallikning uchrash tezligi yildan-yilga ortib borayotgani uni erta aniqlash, samarali davolash va profilaktika choralarini takomillashtirish zarurligini ko‘rsatadi. Ilmiy tadqiqotlar shuni tasdiqlaydiki, kasallik dastlabki bosqichda aniqlangan bemorlarda davolash natijalari ancha yuqori bo‘lib, ularning hayot sifati va umr davomiyligi sezilarli darajada yaxshilanadi.

Maqolada ko‘krak saratonining rivojlanishiga ta’sir etuvchi asosiy xavf omillari, zamonaviy diagnostika usullari, davolashning yangi yondashuvlari hamda profilaktika choralari tahlil qilindi. Mammografiya, ultratovush tekshiruvi, biopsiya va molekulyar diagnostika usullarining amaliy ahamiyati yoritildi. Shuningdek, jarrohlik, kimyoterapiya,

nur terapiyasi, gormonoterapiya va maqsadli terapiyaning afzalliklari haqida ma’lumot berildi.

Xulosa sifatida aytish mumkinki, kasallikning oldini olishda sog‘lom turmush tarziga amal qilish, muntazam jismoniy faollik bilan shug‘ullanish, zararli odatlardan voz kechish hamda profilaktik tibbiy ko‘riklardan o‘z vaqtida o‘tish muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Abu Ali ibn Sino. Tib qonunlari. – Toshkent: Fan, 1981.
2. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Onkologik kasalliklarni erta aniqlash bo‘yicha klinik protokol. – Toshkent, 2024.
3. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Onkologiya bo‘yicha milliy klinik tavsiyalar. – Toshkent, 2023.
4. Niyozmatov B., Ismoilov A. Onkologiya. – Toshkent: Yangi asr avlodi, 2022.
5. World Health Organization. Breast Cancer: Fact Sheet. Geneva: WHO, 2024.
6. American Cancer Society. Breast Cancer Facts & Figures 2024–2025. Atlanta, 2025.
7. DeVita V. T., Lawrence T. S., Rosenberg S. A. Cancer: Principles and Practice of Oncology. 12th ed. Philadelphia, 2023.
8. Kumar V., Abbas A., Aster J. Robbins and Cotran Pathologic Basis of Disease. 11th ed. Elsevier, 2023.
9. Давыдов М. И., Аксель Е. М. Статистика злокачественных новообразований в России. – Москва, 2023.
10. Чиссов В. И. Онкология. Национальное руководство. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023.
11. Каприн А. Д. Клиническая онкология. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2022.