

## JIGAR SEROZI

**Boboqulov Abror**

*Toshkent davlat stomotologiy instituti*

*Davoash ishi fakulteti 2-kurs talabasi*

**Annotatsiya:** *ushbu maqolada jigar sirozning belgilari, diagnostikasi, davolash, oldini olish va boshqalar to'g'risida yozilgan.*

**Kalit so'zlar:** *zaif, kasal, vazn, mushak, massa, dog'lar.*

Siroz - bu jigarning uzoq muddatli shikastlanishi natijasida kelib chiqadigan chandiqlik (fibroz). Skar to'qimasi jigarning to'g'ri ishlashiga to'sqinlik qiladi. Siroz ba'zan jigar kasalligining so'nggi bosqichi deb ataladi, chunki u gepatit kabi jigarga ta'sir qiladigan kasalliklarning boshqa bosqichlaridan keyin sodir bo'ladi. Jigar sirozi bo'lsa ham ishlashda davom etishi mumkin. Biroq, siroz oxir-oqibat jigar etishmovchiligiga olib kelishi mumkin va siz hayot uchun xavfli bo'lgan jiddiy asoratlarni olishingiz mumkin.

Davolash sirozning kuchayishini to'xtatishi mumkin.

Sirozning belgilari. Sizda sirozning dastlabki bosqichlarida hech qanday alomat bo'lmasligi mumkin.

Jigaringiz shikastlanganda siz:

- o'zingizni juda charchagan va zaif his qilasiz
- kasal his qilish (ko'ngil aynishi)
- ishtahani yo'qotadi
- vazn va mushak massasini yo'qotish
- kaftlaringizdagi qizil dog'lar va teringizdagi o'rgimchakka o'xshash mayda qon tomirlari (o'rgimchak angiomas) bel darajasidan yuqori bo'ladi

Agar siroz yomonlashsa, ba'zi alomatlar va asoratlar:

- terining va ko'z oqlarining sarg'ayishi (sariqlik)
- qon qusish
- qichiydigan teri
- qoramtir siyish va qatronga o'xshash kaka
- osonlik bilan qon ketish yoki ko'karish
- suyuqlik to'planishi natijasida shishgan oyoqlar (shish) yoki qorin (astsit).
- jinsiy aloqani yo'qotish (libido)

Agar sizda siroz bor deb o'ylasangiz, shifokorga murojaat qiling.

Siroz diagnostikasi



Agar shifokor sirrozdan shubhalansa, u sizning tibbiy tarixingizni tekshiradi va uzoq muddatli jigar kasalligi belgilarini izlash uchun fizik tekshiruvdan o'tadi.

Tashxisni tasdiqlash uchun siz testlarni o'tkazishingiz mumkin, masalan:

- qon testlari

- ultratovush, KT, MRI yoki vaqtinchalik elastografiya kabi skanerlar

jigar biopsiyasi, bu erda mayda igna jigar hujayralari namunasini olib tashlash uchun ishlatiladi, shuning uchun ularni mikroskop ostida tekshirish mumkin.

Agar testlar sizda siroz borligini ko'rsatsa, GP sizni jigar muammolari bo'yicha ixtisoslashgan shifokorga (gepatolog) murojaat qilishi kerak.

Agar sizda sirozdan asoratlar bo'lsa yoki asoratlarni olish ehtimoli yuqori bo'lsa, siz ixtisoslashgan jigar markaziga borishingiz mumkin.

Sirozni davolash

Ayni paytda sirozni davolovchi vosita yo'q. Biroq, simptomlarni va har qanday asoratlarni boshqarish va uning rivojlanishini sekinlashtirish usullari mavjud.

Sirozga olib keladigan muammoni davolash (masalan, gepatit C davolash uchun virusga qarshi dorilarni qo'llash) sirozning kuchayishini to'xtatishi mumkin.

Sizga spirtli ichimliklarni iste'mol qilishni kamaytirish yoki to'xtatish yoki ortiqcha vaznga ega bo'lsangiz, vazn yo'qotish tavsiya qilinishi mumkin.

Agar sizga ichishni to'xtatish yoki vazn yo'qotish uchun yordam kerak bo'lsa, GP sizga yordam berishi mumkin.

Agar sizning jigaringiz jiddiy shikastlangan bo'lsa, jigar transplantatsiyasi yagona davolash usuli bo'lishi mumkin.

Sirozga nima sabab bo'ladi

Buyuk Britaniyada sirozning eng keng tarqalgan sabablari:

- ko'p yillar davomida juda ko'p spirtli ichimliklarni iste'mol qilish

- uzoq vaqt davomida gepatit, xususan gepatit B yoki gepatit C bilan kasallangan

- alkogolsiz yog'li jigar kasalligining (NAFLD) og'ir shakli, alkogolsiz steatogepatit deb ataladi, bu erda jigar ortiqcha yog' to'planishi natijasida yallig'lanadi.

- Siroz, shuningdek, o't yo'llariga ta'sir qiladigan muammo (masalan, birlamchi biliar xolangit) yoki immunitet tizimi (masalan, otoimmün gepatit), ba'zi irsiy kasalliklar va ba'zi dori-darmonlarni uzoq muddat qo'llash natijasida yuzaga kelishi mumkin.

- Spirtli ichimliklar bilan bog'liq jigar kasalligi

- Spirtli ichimliklarni ko'p ichish jigarga zarar etkazadi. Vaqt o'tib, bu spirtli ichimliklar bilan bog'liq jigar kasalligiga olib kelishi mumkin.



Siroz alkogol bilan bog'liq jigar kasalligining oxirgi bosqichidir. Odatda ko'p yillar davomida ko'p ichishdan keyin sodir bo'ladi.

- Sirozni qanday oldini olish mumkin
- Spirtli ichimliklarni cheklang
- Spirtli ichimliklar bilan bog'liq sirozning oldini olishning eng yaxshi usuli tavsiya etilgan chegaralarda ichishdir.

Ko'rsatmalar tavsiya qiladi:

- erkaklar va ayollar muntazam ravishda haftasiga 14 birlikdan ortiq spirtli ichimliklarni iste'mol qilmasliklari kerak

- Agar siz haftasiga 14 birlik ichsangiz, ichimlikni 3 kun yoki undan ko'proq vaqtga tarqatishingiz kerak

- Spirtli ichimliklar bilan bog'liq siroz bo'lsa, darhol spirtli ichimliklarni iste'mol qilishni to'xtating. Spirtli ichimliklar ichish, sababdan qat'i nazar, sirozning rivojlanish tezligini tezlashtiradi.

Agar siz ichish miqdorini kamaytirish qiyin bo'lsa, shifokor yordam va maslahat berishi mumkin.

Spirtli ichimliklarni qo'llab-quvvatlashni qaerdan olish haqida ko'proq o'qing.

O'zingizni gepatitdan saqlang

Gepatit B va C - bu virus tufayli kelib chiqqan jigar infeksiyalari.

Gepatit B virusi qon va tana suyuqliklarida tarqaladi. Gepatit C virusi odatda qon orqali tarqaladi.

Ushbu viruslarni tarqatishning keng tarqalgan usullari orasida prezervativ ishlatmasdan infeksiyalangan odam bilan jinsiy aloqada bo'lish yoki infeksiyalangan odamning qoni bilan yaqin aloqada bo'lish, masalan, tish cho'tkasini baham ko'rish yoki giyohvand moddalarni kiritish uchun ignalarni baham ko'rish kiradi.

Gepatit B ga qarshi emlash NHS bolalarni emlash taqvimining bir qismidir. Vaktsina gepatit B bilan kasallanish ehtimoli yuqori bo'lgan har bir kishi uchun ham mavjud.

Hozirgi vaqtda gepatit C ga qarshi emlash mavjud emas.

Sog'lom vaznga intiling

Sirozga olib kelishi mumkin bo'lgan alkogolsiz yog'li jigar kasalligi (NAFLD) bilan kasallanish ehtimolini kamaytirish uchun sog'lom, muvozanatli ovqatlanish va muntazam ravishda mashq qilish orqali sog'lom vaznga ega ekanligingizga ishonch hosil qiling.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI





1. Shpynova Irina Aleksandrovna, Bartosh-yashil Svetlana Yurievna, Novikov Vladimir Igorevich Ishemik mitral etishmovchilik // Sankt-Peterburg universiteti axborotnomasi. Dori. 2012. № 1.
2. Borisov I.A., Krylov Vladislav Viktorovich, Dalinin V.V. Ishemik kelib chiqishi mitral etishmovchiligi haqidagi zamonaviy g'oyalar // Klinik tibbiyot. 2015 yil. 12-son. .
3. Cherepanova E.V., Gurevich M.A. Mitral etishmovchilik: tizimlashtirish, konservativ va jarrohlik davolash // Tizimli gipertenziya. 2017 yil. 1-son. .
4. Shevchenko Yu.L., Volkova L.V., Gudimovich V.G., Zikov A.V. Og'ir mitral etishmovchilik: regurgitatsiya darajasini baholash // Milliy tibbiyot va jarrohlik markazining axborotnomasi. N.I.Pirogova. 2016 yil. 3-son. .
5. <https://www.healthline.com/health/nervous-system-diseases#when-to-get-care>
6. [https://www.nhs.uk/conditions/cirrhosis/#:~:text=Cirrhosis%20is%20scarring%20\(fibrosis\)%20of,the%20liver%2C%20such%20as%20hepatitis.](https://www.nhs.uk/conditions/cirrhosis/#:~:text=Cirrhosis%20is%20scarring%20(fibrosis)%20of,the%20liver%2C%20such%20as%20hepatitis.)

