



AYOLLAR GINEKOLOGIK KASALLIKLARINI FIZOTERAPEVTIK DAVOLLASH USULLARI VA AFZALLIKLARI

Tilyavova Sitora Amirzoda

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti o'qituvchisi (Phd)

O`rinboyeva Mastura O`ktam qizi

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti Akusherlik va
ginekologiya yo'nalishi 1-bosqich ordinatori

Qamarova Zarnigor Shamsiddinova

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti Akusherlik va
Ginekologiya yo'nalishi 1-bosqich ordinatori

Annotatsiya: ushbu tezis ayollarda uchraydigan infeksiyon yalig'lanish kasalliklariga bog'liq bo'lmagan kasalliklarni medamikantoz davolash usullaridan foydalanilmagan holatda, davolash samaradorligi va uzoq muddatli tasirga ega bo'lgan usullar haqida

Kalit so'zlar: infeksiyon, yalig'lanish, elektroterapiya, ionoterapiya, galvanik tok, quyosh vannalari, diatermiya, gonokokk, yod, kalsiy, kasalliklar

Abstract: this thesis is about the effectiveness and long-term effects of medamicanthosis treatment of non-infectious inflammatory diseases in women.



Key words: infection, inflammation, electrotherapy, ionotherapy, galvanic current, sun baths, diathermy, gonococcus, iodine, calcium, diseases

Аннотация: диссертация посвящена эффективности и отдаленным последствиям лечения медамикантозом неинфекционных воспалительных заболеваний у женщин.

Ключевые слова: инфекция, воспаление, электротерапия, ионотерапия, гальванический ток, солнечные ванны, диатермия, гонококк, йод, кальций, заболевания.

Har qandey tirik organizmda uchraydigan kasalliklarni medamikantoz usul yani dorilar bilan davolashdan tashqari yana boshqa fizik usullar bilan davolash usullari ham mavjud. Bu usullardan ham ginekologik kasalliklar doirasida ham keng foydalaniladi. Bu usullar turlari ko'pki shulardan eng ko'p foydalaniladigani va qaysi kasalliklarda ekanligi haqida malumot berib o'taman

Avvalom shuni bilishimiz kerak, organizmga biron fizioterapevtik usul bilan tasir ko'rsatilganda shuni esda saqlash kerak, har qandey boshqa tasirlar kabi fizioterapevtik tasir ham organizmni reflektor reaksiyalariga sabab bo'ladi.

Fizioterapevtik muolajalarning shifobaxsh ta'siri ko'rsatishida reflektor reaksiyalarning ahamiyati katta. Kasalxonalarda bajarariladigan terapevtik tasirlarda shartsiz tasirot bilan birga, har xil tashqi omillar ham birgalikda tasir kursatishini yodda tutmoq lozim.

Elektroterapiya - ginekologim bemorlarni davolashda elektr tokidan galvanik, faradey va yuksak kuchlanishli o'zgaruvchan tok shaklida foydalaniladi. Texnikasi: ta'sir etib turgan vaqtda kuchlanish bir xil bo'lgani holda bir yo'nalishga ega bo'ladigan tok galvanik tok yoki o'zgarmas tok deb yuritiladi. Galvanik tok galvanik batereya,



akkumulator yoki maxsus mashinadan olinadi. Terapevtik maqsad uchun tok kuchlanishi 60-80 V dan oshmasligi kerak. 0,25-1mm qalinlikdagi yupqa qalay elektrodlar eng yaxshi va ko'p foydalaniladigan elektrodlar hisoblanadi. Elektrodlar yuzaga zich yopishib turishi va shu bilan bir vaqtda tokni bir xil taqsimlashi kerak. Paxmoq laxtaklardan qalin gigroskopik qistirma qo'yiladi. Qistirma fiziologik eritma bilan xo'llanib, siqiladi va tanani elektron bilan tasir etiladigan yuzasiga joylashtiriladi. Ustidan qalay elektrod plastinkalari qo'yiladi va vint bilan mahkamlanib amaliyot boshlanadi. Bu usul ko'p hollarda jinsiy azolarni nevrologik yalig'lanishida foydalaniladi

Ionoterapiya muayyan dori moddalarini, masalan, yod, kalsiy va boshqa elementlarning oinlarini ovzgarmas eletr toki yordamida organizmga yuborishim ionoterapiya deb ataladi. Ayni vaqda organizmga samarasibyuqori bo'lgan ionlar organizmga yuboriladi

Bu amaliyotni texnikasi quyidagicha: elektroionoterapiya bemorni dumg'aza sohasiga qumli halta qo'yilib, indefferent elektrod badanga zich taqaladi. Bu elektrod iliq fiziologik eritmaga ho'llangan matoni qalin qavati bilan qoplangan 10x15 sm kattalikdagi qo'rg'oshin plastinkadan iborat. Mato qavati bilan qoplangan ikkinchi elektrod qorinning pastki qavatiga qoviyiladi. Bu elektrod matosi ham dori moddasi eritmasiga botirilgan bo'ladi. Ginekologiya amaliyotida bu usul ionoterapiya ko'oincha win yoki bachadon bo'yni kanalining bshilliq pardasi orqali o'tkaziladi.

Vaginal terapiya uchun silindrik uchlik shaklidagi elektroddan foydalaniladi.

Quyosh nuri bilan davolash, gelioterapiya — quyosh nuridan davo-profilaktika maqsaaida foydalanish. Havo vannasi va muddatini vrach belgilaydi. Havo vannasi organizmda o'pka sili, kamqonlik, nerv sistemasining funksional kasalliklarida, yurak-to-mir sistemasi kasalliklarida tavsiya etiladi. O'tkir isitma, revmatizm, bo'g'imlarning surunkali yalliglani-shida, nevrit va miozit kasalliklarida havo vannasi buyurilmaydi. Havo vannalari issiq (22° dan yuqori), salqin (17—20°) va sovuq (17° dan past) bo'lishi mumkin. Davo kursi 20° dan yuqori temperaturada boshlanadi; birinchi kuni 10—15 min. qabul qilib, keyin kun sayin 10— 15 min. dan qo'shib boriladi va 1,5—2 soatgacha



yetkaziladi. Salqin havo vannalari boshlanishda 3—7 min. qabul qilinadi, keyin kun sayin 3 — 5 min.dan uzaytirib borib, 1 soatga yetkaziladi. Havo temperaturasi 17° dan past bo'lganda sovqotmaslik maqsadida yengil jismoniy mashqlar ham qilish kerak. Sovuq havo vannalari chiniqqan kishilargagina buyuriladi va uning vaqti 7—20 min.dan oshirilmaydi. Havo vannalarini et junjikib, "badan tuklari tikkayadigan" darajagacha qabul qilmaslik lozim. Quyosh vannalari. Quyosh nurining tarkibi va odam organizmiga ta'siri bir xil emas. Quyosh nurlari ko'zga ko'rinadigan (yoruglik) va ko'zga ko'rinmaydigan infraqizil hamda ultrabinafsha nurlardan iborat. Infraqizil nurlar organizm to'qimalaridan o'tayotganida issiqlik effekti hosil qiladi va terining nurla-nayotgan qismi trasini oshiradi. Quyosh vannalari ko'rsatmasiga muvofiq bir qator teri va bo'g'im kasalliklarida, radikulit, nevrit va boshqa kasalliklarda qabul qilinadi, undan chiniqtiruvchi muolaja sifatida gripp, angina, yuqori nafas yo'llari katari kabi kasalliklarni oldini olishda foydalaniladi. Ayrim kasalliklarning o'tkir davri, o'pka va me'-da-ichak kasalliklarida quyosh vannasi tavsiya etilmaydi. Quyosh vannalari umumiy (butun badanni nurlantirish) va mahalliy (badanning bir qismini nurlantirish) bo'lishi mumkin. Badanni nurlantirishda quyoshning umumiy radiatsiyasidan foydalaniladi. Quyosh vannasini kushetkada yotib yoki o'ti-rib badanning har tomonini quyoshga toblab qabul qilinadi. Quyosh vannasidan avval havo vannasini qabul qilgan ma'qul. To'g'ri radiatsiyali quyosh vannasini qabul qilishda boshni soyabon yoki to'siq bilan pana qilib olish, ko'zga qora ko'zoynak taqish kerak, uni nahorga, ovqatlanishdan oldin va ovqatlangan zahoti qabul qilish tavsiya etilmaydi. Quyosh vannasi soyada dam olish bilan tugallanadi, shundan keyin cho'milish yoki dush qabul qilish maqsadga muvofiq. Badanning juda qizib ketishiga va ultrabinafsha nurlarning ortiqcha ta'sir etishiga yo'l qo'ymaslik uchun vaqt-vaqti bilan soyada dam olib turish zarur. Ortiqcha quyosh nuri organizmga yomon ta'sir etib, terining kuyishi (ba'zan nekroz kuzatilishi), oftob urishi, yallig'lanish, char-chash, bosh og'rishi, uyqusizlik, isitma ko'tarilishiga va ba'zi kasalliklarning zo'rayib ketishiga olib kelishi mumkin.

Foto: Freepik D vitamini D vitamin suyaklar mustahkamligi uchun organizmning asosiy yordamchilaridan biri sanaladi. Ushbu vitamin mahsulot tarkibidagi kalsiyni yaxshi singishini ta'minlaydi, shuningdek, suyak to'qimasining regeneratsiyasiga javob beradigan



hujayralarni ragʻbatlantiradi. Quyoshning ultrabinafsha nurlar taʼsirida mazkur vitamin organizmda koʻproq ajraladi. Quyosh vannasi ham bu borada yaxshi yordam berishi mumkin. Sut ichish, tuxum, kartoshka, baliq va qoʻziqorin isteʼmol qilish ham organizmning ushbu vitaminga boʻlgan ehtiyojini qoplashga yordam beradi. Kalsiy Kalsiy suyaklar, umuman olganda organizm uchun juda ham muhim sanaladi. Ammo oʻzi yaxshi singmagani sabab ham uni D vitamini bilan birga qabul qilish tavsiya qilinadi. Organizmdagi kalsiy yetishmasligi oʻrnini bosish uchun baliq, bodom, yongʻoq va koʻkatlarni kanda qilmaslik kerak. Fosfor Fosfor yetishmasligi nafaqat suyaklarning moʻrtlashishi, balki tishlar bilan bogʻliq muammolarning koʻplab kuzatilishiga ham olib keladi.

Tarkibida oqsil boʻlgan mahsulotlarni taomnomadan chiqarib tashlaganlar, shirin gazlangan ichimlik isteʼmol qiladiganlarda, ayniqsa bu kabi holatlar koʻp boʻladi. Fosfor balansda boʻlishi uchun baliq, tovuq va sut isteʼmol qiling. C vitamini Kollagen ishlab chiqarilishi uchun javob beradigan mazkur vitamin sitrus mevalar, shuningdek, qulupnay va yashil bulgʻori qalampirida bisyor boʻladi. Kollagenning yetarli miqdorda ekani pay choʻzilishi kabi muammolarning oldini olib, faol, egiluvchan boʻlishga yordam beradi. K vitamini Oqsil sintezida ishtirok etadigan mazkur vitamin, shuningdek, suyaklarning mineral toʻyinish jarayonida ishtirok etadi. Qolaversa, kalsiyni organizmga yaxshi singishiga hissa qoʻshadi. Zaytun yogʻi, koʻkatlar, lavlagi va koʻk choy ushbu vitaminning koni sanaladi. B12 vitamini Suyaklarning qayta tiklanishida muhim rol oʻynaydigan mazkur vitamin yetishmaganda, organizmga kollagen singishi qiyinlashadi. Bu paylarning boʻshashishi hamda osteoporozga olib keladi. B 12 vitaminiga boʻlgan ehtiyojni qoplash uchun qizil goʻsht, sut va tuxumni kanda qilmaslik kerak. Kaliy, A vitamini va omega-3 yogʻ kislotasi Foydali ekani bilan oʻziga xos boʻlgan mazkur moddalar kalsiyni yaxshi singishida ham ahamiyatli sanaladi. Shu sabab ham kundalik ratsionga banan, yongʻoq, zigʻir donlari, shuningdek, baliq va koʻkatlarni kiritish tavsiya qilinadi. Tiylilish kerak boʻlgan mahsulotlar Qora choy, qahva va gazlangan ichimliklarni meʼyoridan ortiq isteʼmol qilmaslik, osteoporozni keltirib chiqarishi mumkin boʻlgan tuz hamda oqsildan tiylilish kerak. Faol turmush tarziga amal qiling Toʻgʻri va foydali mahsulotlarga



asoslangan parhez tutish salomatlik uchun foydali, ammo sog'lom turmush tarziga ham amal qilish kerak. Spirtli ichimlik, stress va kam harakatlilik urinishlaringiz besamar ketishiga sabab bo'lishi mumkin. Sport bilan shug'ullaning, kamroq asabiylashishga harakat qiling.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Ya.N.Allayarov akusherlik va ginekologiya kitobi 352-380- betlardan
2. M. F Ziyayeva, G. X. Mavlyanova ginekologiya kitobi 2018 14-19 betlar
3. <https://avitsenna.uz/hayz-funksiyasining-buzilishi/>
4. <https://www.savol-javob.com/hayz-haqida-toliq-malumot/>
5. <https://avitsenna.uz/hayz-funksiyasining-buzilishi/>
6. BuxTI axborot resurs markazi
7. Sammi 1-son akusherlik va ginekologiya kafedrası ilmiy bazasi
8. Med24