

**OQ DOG‘LAR.**

Alfraganus universiteti tibbiyot fakulteti davolash ishi yo‘nalishi 3-kurs talabalari

Bahodirova Mohichehra

Pardayeva Munavvar

Annotatsiya: ushbu maqolada oq dog‘lar bu o‘zi nima davolash usullari, ko‘rinishi va qay holatda paydo bo‘lishi haqida malumot berib o‘tamiz.

Kalit so‘zlar: oq dog‘lar, akne, teri parvarishi, tashxis, davolash usullari.

Kirish: Oq dog‘lar, keng tarqalgan teri kasalligi, har qanday yoshdagi odamlarga ta’sir qilishi mumkin bo‘lgan akne turidir. Ko‘pincha oddiy kosmetik muammo sifatida e’tibordan chetda qolsa-da, ular o‘z-o‘zini hurmat qilish va terining umumiy salomatligiga sezilarli ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Oq dog‘larni tushunish samarali davolash va oldini olish uchun juda muhimdir. Ushbu maqolada oq dog‘larning ta’rifi, sabablari, belgilari, diagnostikasi, davolash usullari, asoratlari, oldini olish strategiyalari va prognozi ko‘rib chiqiladi, bu keng tarqalgan teri holatini tushunishga intilayotganlar uchun keng qamrovli ma’lumot beradi.

Yopiq komedonlar deb ham ataladigan oq dog‘lar teri yuzasida hosil bo‘ladigan kichik, dumaloq, oq dog‘lardir. Ular soch follikulalari yog ‘, o‘lik teri hujayralari va bakteriyalar bilan tiqilib qolganda paydo bo‘ladi. Oksidlanish natijasida qoraygan ochiq komedonlar bo‘lgan qora nuqtalardan farqli o‘laroq, oq nuqta sirtida yopiq qoladi va ularga o‘ziga xos oq ko‘rinish beradi. Ular ko‘pincha yuzda, ayniqsa peshonada, burunda va iyakda uchraydi, lekin orqa, ko‘krak va elkada ham paydo bo‘lishi mumkin.

Geografik joylashuvi: Nam iqlimda yashovchi odamlarda ter va yog ‘ishlab chiqarishning ko‘payishi tufayli ko‘proq oq dog‘lar paydo bo‘lishi mumkin.

Asosiy shartlar: Polikistik tuxumdon sindromi (PCOS) kabi holatlar akne xavfini oshiradigan gormonal nomutanosiblikka olib kelishi mumkin.

Belgilari: Oq dog‘larning umumiy belgilari

Oq dog‘lar quyidagilar bilan tavsiflanadi:

Terida mayda, dumaloq, oq yoki go’sht rangli dog‘lar.

Bir oz ko‘tarilgandek tuyulishi mumkin bo‘lgan silliq sirt.

Ta’sirli hududda vaqti-vaqti bilan sezgirlik yoki sezuvchanlik.

Asosiy qism: Oq dog‘lar quyidagilar bilan tavsiflanadi:

Terida mayda, dumaloq, oq yoki go’sht rangli dog‘lar.

Bir oz ko‘tarilgandek tuyulishi mumkin bo‘lgan silliq sirt.

Ta’sirli hududda vaqti-vaqti bilan sezgirlik yoki sezuvchanlik.

Tibbiy yordam uchun ogohlantirish belgilari

Oq dog‘lar odatda tashvishga sabab bo‘lmasa-da, ba’zi alomatlar tibbiy baholash zarurligini ko‘rsatishi mumkin:



Oq nuqta atrofida kuchli yallig'lanish yoki qizarish.

Og'riq yoki noqulaylik davom etuvchi yoki yomonlashadi.

Yiring yoki isitma kabi infektsiya belgilari.

Kistik akne yoki tugunlarning rivojlanishi.

Diagnoz:

Klinik baholash: Oq dog'larni tashxislash odatda to'liq klinik baholashni o'z ichiga oladi. Tibbiy yordam ko'rsatuvchi provayder bemorning batafsil tarixini, shu jumladan oldingi teri kasalliklarini, oiladagi akne tarixini va turmush tarzi omillarini oladi. Terining fizik tekshiruvi oq dog'lar mavjudligini aniqlashga va ularning zo'ravonligini baholashga yordam beradi.

Tashxis Testlari: Aksariyat hollarda oq dog'larni aniqlash uchun maxsus laboratoriya tekshiruvlari talab qilinmaydi. Ammo, agar akne kuchli yoki atipik bo'lsa, dermatolog tavsiya qilishi mumkin:

Terini qirib tashlash: Qo'ziqorin infektsiyalarini istisno qilish uchun.

Gormonal test: Gormonal muvozanatdan shubha qilingan hollarda.

Differentsial tashxis

Oq dog'larni boshqa teri kasalliklaridan farqlash juda muhim, masalan:

Qora nuqtalar: Oksidlanish tufayli qorong'i ko'rinadigan ochiq komedonlar.

Kistik akne: Skarlanishga olib kelishi mumkin bo'lgan chuqur, og'riqli bo'laklar.

Miliya: Oq dog'larga o'xshash kichik, oq kistlar, lekin tiqilib qolgan teshiklardan kelib chiqmaydi.

Tibbiy yordam uchun ogohlantirish belgilari: Oq dog'lar odatda tashvishga sabab bo'lmas-da, ba'zi alomatlar tibbiy baholash zarurligini ko'rsatishi mumkin:

Oq nuqta atrofida kuchli yallig'lanish yoki qizarish.

Og'riq yoki noqulaylik davom etuvchi yoki yomonlashadi.

Yiring yoki isitma kabi infektsiya belgilari.

Kistik akne yoki tugunlarning rivojlanishi.

Genetik/autoimmun sabablar

Oq dog'lar paydo bo'lishida genetika muhim rol o'ynaydi. Oilada akne tarixi bo'lgan odamlarda oq dog'lar paydo bo'lishi ehtimoli ko'proq. Oq dog'lar otoimmün holat sifatida tasniflanmagan bo'lsa-da, gormonal tebranishlar, ayniqsa balog'atga etishish, hayz ko'rish yoki homiladorlik davrida, yog 'ishlab chiqarishning ko'payishiga olib kelishi mumkin, bu esa oq dog'lar paydo bo'lishiga olib keladi.

Turmush tarzi va ovqatlanish omillari

Turmush tarzini tanlash va ovqatlanish odatlari ham oq dog'lar paydo bo'lishiga ta'sir qilishi mumkin. Qayta shakar, sut mahsulotlari va nosog'lom yog'larga boy dietalar akne rivojlanishiga hissa qo'shishi mumkin. Stress, uyqusizlik va noto'g'ri gigiena qoidalari vaziyatni yanada kuchaytirishi mumkin.



Asosiy xavf omillari

Yosh: O'smirlar va yoshlar gormonal o'zgarishlar tufayli oq dog'larga ko'proq moyil.

Jins: Ayollarda gormonal o'zgarishlar, ayniqsa hayz davrida, oq dog'lar paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin.

Asosiy shartlar: Polikistik tuxumdon sindromi (PCOS) kabi holatlar akne xavfini oshiradigan gormonal nomutanosiblikka olib kelishi mumkin.

Xulosa: Natijalar va xavf omillari

Yuqumli ekologik sabablar: Oq dog'lar yuqumli vositadan kelib chiqmasa-da, ba'zi atrof-muhit omillari ularning shakllanishini kuchaytirishi mumkin. Masalan, ifloslantiruvchi moddalarga ta'sir qilish, namlik va ortiqcha terlash teshiklarning tiqilib qolishiga yordam beradi. Bundan tashqari, og'ir yoki komedogen (teshiklarni yopish) terini parvarish qilish



vositalaridan foydalanish oq dog'larning ko'payishiga olib kelishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.O'zbekiston Respublikasi sog'liqni saqlash vazirligi. (2020). Dermatovenerologiya bo'yicha klinik qo'llanma. Toshkent.
2. Mayo Clinic Staff. (2023). Whiteheads (closed comedones): Symptoms and causes. Mayo Clinic. www.mayoclinic.org
- 3.Akhmedova, S., & Karimova, D. (2021). Teri kasalliklari va ularning diagnostikasi. Toshkent: Tibbiyot nashriyoti.
4. James, W. D., Berger, T. G., & Elston, D. M. (2020). Andrews' Diseases of the Skin: Clinical Dermatology. 13th Edition. Elsevier.