



ZAMONAVIY TIBBIYOTDA KASALLIKLARNI ERTA ANIQLASH VA PROFILAKTIKANING AHAMIYATI

Bakiyev Shavkat Sherzodovich

Stomatologiya ishi fakulteti talabasi

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Annotatsiya: Mazkur maqolada zamonaviy tibbiyotda kasalliklarni erta aniqlash va profilaktika tadbirlarining inson salomatligini saqlashdagi ahamiyati yoritilgan. Kasalliklarni dastlabki bosqichlarda aniqlash ularni samarali davolash, asoratlarning oldini olish va bemorning hayot sifatini yaxshilash imkonini beradi. Profilaktika esa kasalliklarning yuzaga kelish xavfini kamaytirish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish va aholining tibbiy savodxonligini oshirishga xizmat qiladi. Maqolada zamonaviy diagnostika usullari, muntazam tibbiy ko'riklar, skrining, emlash, sog'lom ovqatlanish, jismoniy faollik va zararli odatlardan voz kechishning ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, kasalliklarni erta aniqlash va profilaktikaning jamoat salomatligini mustahkamlashdagi o'rni ko'rsatib berilgan.

Kalit so'zlar: zamonaviy tibbiyot, erta tashxis, profilaktika, kasalliklarning oldini olish, skrining, diagnostika, sog'lom turmush tarzi, tibbiy ko'rik, jamoat salomatligi, tibbiy savodxonlik.

Kirish

Inson salomatligini saqlash zamonaviy jamiyatning eng muhim vazifalaridan biridir. Tibbiyot fanining rivojlanishi natijasida ko'plab kasalliklarni aniqlash, davolash va ularning oldini olish imkoniyatlari kengayib bormoqda. Shunga qaramay, ko'plab kasalliklar dastlabki bosqichlarda yaqqol belgilar bermasligi mumkin. Shu sababli kasalliklarni o'z vaqtida aniqlash va ularning rivojlanishiga yo'l qo'ymaslik tibbiyotning asosiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Kasallikni erta aniqlash bemorga o'z vaqtida tibbiy yordam ko'rsatish imkonini beradi. Dastlabki bosqichda aniqlangan kasallik ko'pincha davolashga



yaxshiroq javob beradi va og‘ir asoratlarning oldini olish imkoniyati yuqori bo‘ladi. Ayniqsa, yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, ayrim saraton turlari va boshqa surunkali kasalliklarda erta aniqlash katta ahamiyatga ega.

Profilaktika esa kasallik paydo bo‘lishidan oldin uning xavf omillarini kamaytirishga qaratilgan chora-tadbirlar majmuasidir. Sog‘lom ovqatlanish, jismoniy faollik, gigiyena, emlash, muntazam tibbiy ko‘rikdan o‘tish, zararli odatlardan voz kechish va sog‘lom kun tartibiga rioya qilish profilaktikaning muhim tarkibiy qismlaridir.

Bugungi kunda tibbiyotning asosiy maqsadi faqat kasallikni davolash emas, balki insonni sog‘lom saqlash va kasallikning oldini olishga ham qaratilgan. Shu sababli erta diagnostika va profilaktika zamonaviy tibbiy xizmatning ajralmas qismiga aylanmoqda.

Asosiy qism

Kasalliklarni erta aniqlash deganda kasallikning dastlabki bosqichlarida, uning belgilari hali kuchli namoyon bo‘lmagan yoki asoratlar yuzaga kelmagan paytda aniqlash tushuniladi. Bunday yondashuv tibbiyotda juda muhim hisoblanadi, chunki kasallik rivojlanib ketmasdan oldin tegishli choralarni ko‘rish imkoniyati paydo bo‘ladi.

Erta tashxisning asosiy afzalliklaridan biri davolash samaradorligini oshirishdir. Ko‘pgina kasalliklarda davolashni erta boshlash bemorning sog‘ayish imkoniyatlarini oshiradi. Bundan tashqari, kasallikning og‘irlashib ketishi, boshqa a‘zolariga zarar yetkazishi yoki doimiy asoratlar qoldirishining oldini olish mumkin.

Zamonaviy tibbiyotda kasalliklarni aniqlash uchun turli diagnostika usullaridan foydalaniladi. Laboratoriya tahlillari, ultratovush tekshiruvi, rentgenografiya, kompyuter tomografiyasi, magnit-rezonans tomografiyasi, elektrokardiografiya va boshqa diagnostika usullari shifokorga bemorning sog‘liq holati haqida muhim ma’lumotlarni beradi.

Tibbiy diagnostikaning rivojlanishi kasalliklarni yanada aniqroq aniqlash imkonini bermoqda. Raqamli texnologiyalar, zamonaviy laboratoriya usullari va



tibbiy tasvirlash texnologiyalari shifokorlarga kasalliklarni dastlabki bosqichlarda aniqlashda yordam beradi. Biroq diagnostika natijalarini to'g'ri baholashda malakali tibbiyot xodimining tajribasi va klinik fikrlashi muhim ahamiyatga ega.

Skrining kasalliklarni erta aniqlashning muhim usullaridan biridir. Skrining orqali ma'lum kasallik xavfi yuqori bo'lgan yoki muayyan yosh guruhiga kiruvchi odamlarda kasallik belgilari mavjud yoki mavjud emasligi tekshiriladi. Skriningning maqsadi kasallikni imkon qadar erta aniqlash va zarur bo'lsa, keyingi diagnostika hamda davolashga yo'naltirishdir.

Muntazam tibbiy ko'riklar ham kasalliklarni erta aniqlashda muhim ahamiyatga ega. Ba'zi insonlar o'zini sog'lom his qilgani sababli shifokorga murojaat qilishni zarur deb hisoblamaydi. Ammo ayrim kasalliklar uzoq vaqt davomida sezilarli alomatlarsiz kechishi mumkin. Shu sababli tegishli tibbiy ko'riklardan o'z vaqtida o'tish sog'liqdagi ayrim muammolarni barvaqt aniqlashga yordam beradi.

Profilaktika zamonaviy tibbiyotning eng muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Profilaktik tadbirlar kasallikning oldini olish, uning xavf omillarini kamaytirish va aholining sog'lom hayot kechirishiga sharoit yaratishga qaratiladi. Profilaktika individual va jamoaviy darajada olib borilishi mumkin.

Birlamchi profilaktika kasallik hali yuzaga kelmagan paytda uning oldini olishga qaratiladi. Bunda sog'lom ovqatlanish, jismoniy faollik, zararli odatlardan voz kechish, emlash, shaxsiy gigiyena va sog'lom yashash sharoitlarini ta'minlash muhim o'rin tutadi.

Sog'lom ovqatlanish ko'plab kasalliklarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Ratsionda sabzavot va mevalar, to'liq don mahsulotlari, oqsil manbalari va boshqa foydali oziq moddalar yetarli bo'lishi organizmning normal faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi. Haddan tashqari tuz, shakar va to'yingan yog'larni iste'mol qilish esa ayrim kasalliklarning xavfini oshirishi mumkin.

Jismoniy faollik ham profilaktikaning muhim vositalaridan biridir. Muntazam jismoniy harakat yurak-qon tomir tizimi faoliyatini qo'llab-quvvatlash,



tana vaznini nazorat qilish, mushak va suyaklarni mustahkamlash hamda umumiy jismoniy holatni yaxshilashga yordam beradi. Jismoniy faoliyat insonning yoshiga va sogʻliq holatiga mos ravishda tashkil etilishi kerak.

Tamaki mahsulotlaridan foydalanish inson salomatligiga koʻplab salbiy taʼsirlar bilan bogʻliq. Shu sababli chekishni boshlamaslik yoki uni tashlash kasalliklar profilaktikasining muhim yoʻnalishlaridan biridir. Zararli odatlarning oldini olish boʻyicha aholiga tushuntirish ishlarini olib borish ham jamoat salomatligi uchun muhimdir.

Emlash yuqumli kasalliklarning oldini olishning samarali usullaridan biridir. Vaksinalar organizmning ayrim infeksiyalarga qarshi himoya mexanizmlarini shakllantirishga yordam beradi. Aholining emlash dasturlarida ishtirok etishi nafaqat shaxsiy, balki jamoaviy salomatlik uchun ham muhim ahamiyatga ega.

Shaxsiy gigiyena ham kasalliklar profilaktikasida muhim oʻrin tutadi. Qoʻllarni muntazam yuvish, toza ichimlik suvidan foydalanish, oziq-ovqat xavfsizligiga rioya qilish, yashash joyini ozoda saqlash va gigiyenik qoidalarga amal qilish koʻplab infeksiyalarning oldini olishga yordam beradi.

Ikkinchi darajali profilaktika kasallikni imkon qadar erta aniqlash va uning rivojlanishini toʻxtatishga qaratiladi. Skrining, muntazam tibbiy tekshiruvlar va xavf guruhidagi shaxslarni kuzatib borish ushbu yoʻnalishning muhim qismlaridir.

Uchinchi darajali profilaktika mavjud kasallikning asoratlarini kamaytirish va bemorning hayot sifatini yaxshilashga qaratiladi. Bunda shifokor tavsiyalariga amal qilish, dori vositalarini belgilangan tartibda qabul qilish, reabilitatsiya tadbirlarida qatnashish va sogʻlom turmush tarzini davom ettirish muhimdir.

Yurak-qon tomir kasalliklarini erta aniqlash va profilaktika qilish alohida ahamiyatga ega. Qon bosimini muntazam nazorat qilish, tana vaznini kuzatish, jismoniy faol boʻlish, toʻgʻri ovqatlanish va zararli odatlardan voz kechish ushbu kasalliklarning ayrim xavf omillarini kamaytirishga yordam beradi.

Qandli diabetda ham erta aniqlash va profilaktika muhim hisoblanadi. Ortiqcha tana vazni, kamharakatlik va notoʻgʻri ovqatlanish kabi omillar ayrim



hollarda kasallik xavfining oshishi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Xavf guruhidagi insonlarni o'z vaqtida tekshirish va sog'lom turmush tarzini shakllantirish muhim profilaktik choralardandir.

Onkologik kasalliklarda ham erta aniqlash muhim o'rin tutadi. Ayrim saraton turlarida tegishli skrining dasturlari kasallikni dastlabki bosqichlarda aniqlashga yordam beradi. Bunday tekshiruvlarning turi va davriyligi insonning yoshi, jinsi, xavf omillari va amaldagi tibbiy tavsiyalarga bog'liq.

Kasalliklarni erta aniqlashda aholining tibbiy savodxonligi ham katta ahamiyatga ega. Inson o'z salomatligiga e'tiborli bo'lsa, kasallikning dastlabki belgilariga befarq qaramasa va o'z vaqtida shifokorga murojaat qilsa, tibbiy yordamni kechiktirish xavfi kamayadi.

Tibbiy savodxonlikni oshirishda ta'lim muassasalari, tibbiyot tashkilotlari, ommaviy axborot vositalari va jamoatchilikning hamkorligi muhimdir. Aholiga sog'lom turmush tarzi, kasalliklarning xavf omillari va profilaktik tekshiruvlarning ahamiyati haqida sodda va tushunarli ma'lumotlar berish zarur.

Zamonaviy texnologiyalar ham profilaktika va erta diagnostika imkoniyatlarini kengaytirmoqda. Elektron tibbiy ma'lumotlar, masofaviy maslahatlar, raqamli monitoring va zamonaviy diagnostika vositalari tibbiy xizmatlardan foydalanish imkoniyatlarini yaxshilashi mumkin.

Biroq texnologiyalar rivojlanishi bilan bir qatorda inson omili ham muhimligicha qolmoqda. Har qanday tibbiy tekshiruv natijasini shifokor klinik holat bilan birgalikda baholashi kerak. Internet yoki turli raqamli vositalar orqali olingan ma'lumotlar asosida mustaqil tashxis qo'yish to'g'ri emas.

Kasalliklarni erta aniqlash va profilaktika iqtisodiy jihatdan ham muhimdir. Kasallikning dastlabki bosqichida yordam ko'rsatish ayrim hollarda murakkab davolash va uzoq muddatli parvarish ehtiyojini kamaytirishi mumkin. Sog'lom aholining ko'payishi esa jamiyatning mehnat salohiyati va umumiy farovonligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.



Profilaktik tibbiyotning samaradorligi shifokor va bemorning hamkorligiga ham bog'liq. Shifokor zarur tavsiyalarni berishi, bemor esa o'z salomatligiga mas'uliyat bilan qarashi kerak. Muntazam ko'rik, sog'lom odatlar va tavsiyalarga rioya qilish kasalliklarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Ayniqsa, bolalikdan sog'lom turmush tarzini shakllantirish katta ahamiyatga ega. Bolalarga to'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik, shaxsiy gigiyena va sog'liqni asrash odatlarini o'rgatish kelajakda sog'lom avlodni shakllantirishga yordam beradi.

Shuningdek, profilaktika faqat kasalliklarning oldini olish emas, balki insonning hayot sifatini yaxshilashga ham xizmat qiladi. Sog'lom turmush tarziga amal qilgan inson o'zini yaxshi his qilishi, mehnat qobiliyatini saqlashi va kundalik hayotda faol bo'lishi mumkin.

Xulosa

Zamonaviy tibbiyotda kasalliklarni erta aniqlash va profilaktika inson salomatligini saqlashning eng muhim yo'nalishlaridan biridir. Kasallikni dastlabki bosqichda aniqlash o'z vaqtida davolashni boshlash, asoratlarning oldini olish va bemorning hayot sifatini yaxshilash imkonini beradi.

Profilaktika esa kasallik paydo bo'lishidan oldin xavf omillarini kamaytirishga qaratilgan. Sog'lom ovqatlanish, muntazam jismoniy faollik, shaxsiy gigiyena, emlash, zararli odatlardan voz kechish va tibbiy ko'riklardan o'z vaqtida o'tish profilaktikaning asosiy yo'nalishlari hisoblanadi.

Bugungi kunda zamonaviy diagnostika texnologiyalarining rivojlanishi kasalliklarni aniqlash imkoniyatlarini sezilarli darajada kengaytirmoqda. Shu bilan birga, tibbiy texnologiyalardan samarali foydalanish uchun malakali mutaxassislar, aholining tibbiy savodxonligi va tibbiyot xodimlari bilan bemorlarning hamkorligi zarur.

Kasalliklarni erta aniqlash va profilaktika faqat tibbiyot xodimlarining emas, balki har bir insonning mas'uliyatidir. Har bir kishi o'z salomatligiga e'tibor berishi,



sogʻlom turmush tarziga amal qilishi va zarur hollarda oʻz vaqtida tibbiy yordamga murojaat qilishi lozim.

Shunday qilib, zamonaviy tibbiyotning asosiy vazifalaridan biri kasallikni faqat davolash emas, balki uning oldini olish va insonni imkon qadar uzoq vaqt sogʻlom hayot kechirishiga yordam berishdir. Erta tashxis va samarali profilaktika sogʻlom jamiyatni shakllantirishning muhim shartlaridan biri hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. World Health Organization. **Guide to Cancer Early Diagnosis**. – Geneva: WHO, 2017.
2. World Health Organization. **Noncommunicable Diseases**. – Geneva: WHO.
3. World Health Organization. **WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour**. – Geneva: WHO, 2020.
4. World Health Organization. **Primary Health Care: Now More Than Ever**. – Geneva: WHO.
5. Centers for Disease Control and Prevention. **Preventing Chronic Diseases and Promoting Health**. – Atlanta: CDC.
6. U.S. Preventive Services Task Force. **Guide to Clinical Preventive Services**. – Agency for Healthcare Research and Quality.
7. Kasper D. L., Fauci A. S., Hauser S. L. va boshqalar. **Harrison's Principles of Internal Medicine**. – McGraw-Hill Education.