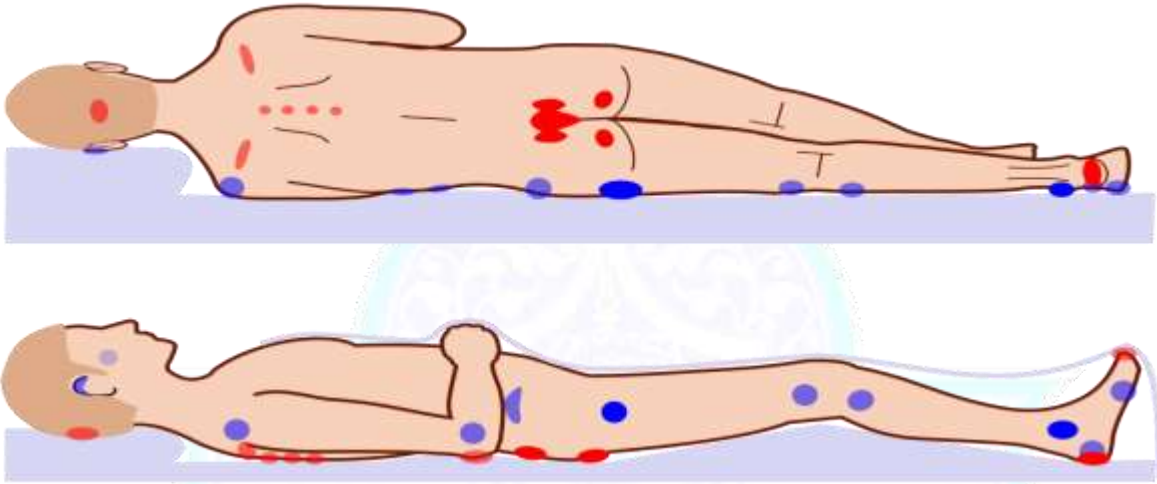


YOTOQ YARALARI VA ULARNING OLDINI OLISH

*Arslonqulova Nodiraxon*

*Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi
Hamshiralik ishi fani o'qituvchisi.*

Yotoq yara — ko'pincha darmonsiz, og'ir xastalik oqibatida uzoq vaqt ko'rpato'shak qilib yotib qolgan bemorlarda tananing suyak bo'rtib chiqqan joylari (dumg'aza, tirsak, tovon, kallaning ensa qismi)da paydo bo'ladigan yara. Asosan bo'rtib chiqqan suyaklar teri osti yog' qatlamining yupqaligi va terining doimo bosilib, mahalliy qon aylanishining buzilishi sabab bo'ladi. Yostiqtumor. Bunda yumshoq to'qimalar iriydi. Uzoq vaqt bitmaydigan chuqur Yotoq yara. orqa miya shikastlanganda, shuningdek, orqa miyaning siqilib qolishi bilan kechadigan kasalliklarda; yirik nervlar, mas, quymich nervi zararlanganda esa tovonda hosil bo'ladi. Vitamin yetishmovchiligida, moddalar almashinuvi buzilganda Yotoq yara ning paydo bo'lish xavfi ko'payadi. Yuraktomir sistemasi yetishmovchiligiga chalinib, tinkamadori qurigan bemorlarda Yotoq yara. tez — bir kun ichida hosil bo'lishi mumkin. Yotoq yarada yuqumli kasalliklar (toshmali terlama, ich terlama va b.) zo'rayib ketadi. Shilliq qavatni yot jismlar qisib qo'yganida ham Yotoq yara paydo bo'lishi ehtimoli bor. Bemorni notekis to'shakka yotqizish, choyshabning ifloslanib, yig'ilib qolishi, ich kiyimning choklari va burmalari qalin bo'lishi, uringa to'kilgan ovqat qoldiklari, bemorni palapartish parvarish qilish Yo. ya. hosil bo'lishiga olib keladi. Yotoq yara astasekin rivojlanganda avvaliga chegarasi noaniq ko'kimtirqizil soha ko'zga tashlanadi, so'ngra epidermis (terining yuza qavati) ko'chib tusha boshlab, pufakchalar hosil bo'ladi (bu jarayon bo'lmasligi ham mumkin). Ichkariga va yon tomonlarga yiringli shish tarqalib, muskul, pay va suyaklar usti ochilib qolib, nekroz (to'qimalarning irishi) ro'y beradi. Yotoq yara saramas, flegmona, sepsis, gazli gangrena kabi asoratlar qolishi mumkin.



Yotoq yaralarning zamonaviy profilaktikasi



Ular uchun turli xil rehabilitatsion dasturlar tuzish, ijtimoiy moslashuvlari uchun ko‘mak berish jarayonida vasiy degan tushuncha paydo bo‘lgan. Bugun aynan mana shu mavzuni batafsil muhokama qilishni xohlardik.

Alohida e'tiborga muhtoj yaqinlarini parvarishlayotgan insonlar qanday vaziyatlarga tushadilar va nimalarga duch keladilar?

Alohida parvarish deganda bir kishini ovqatlantirish, harakatlanishiga ko‘maklashish, gigiyenik masalalarda yordam berish kabilar tushuniladi. Ovqatlantirish bo‘yicha hammasi oddiy va tushunarli bo‘lsa, harakatlanishda nogironlar aravachasi, yurishga ko‘maklashuvchi vositalar, hassalar kabi ayrim ko‘maklashuvchilar bor.

Gigiyenik jihatdan esa maxsus vositalar paydo bo‘lganiga hali ko‘p vaqt bo‘lgani yo‘q. Ular yordamga muhtoj odamning hayotini yengillashtirishga xizmat qiladi.

Gigiyenik muolajalar **vasiylar uchun qo‘llanmalarda** bir necha asosiy punktlarga bo‘lingan:

- 1) Terini tozalash;
- 2) Teri aktivatsiyasi va regeneratsiyasi;
- 3) Terini himoyalash;

Teri inson organizmida: nafas olish, himoya va organizmdan keraksiz moddalarni chiqarish kabi qator vazifalarni bajaradi. **Harakatlanish disfunktsiyasi** singari nuqsonga uchragan kishida teri quruqshashi, elastik va regenerativ xususiyatlari pasayishi kuzatiladi. Bu esa o'z navbatida **yotoq yaralar** paydo bo'lishiga sabab bo'ladi.

Gap shundaki, inson tanasi to'qimalari juda elastik devorlarga ega kapillyarlar yordamida kislorodga to'yinadi. Muntazam o'tirish yoki yotish natijasida ularning bosim ostida qolishi qon aylanishining susayishi yoki hatto butunlay to'xtab qolishiga sabab bo'lishi mumkin. Bunday paytda yotoq yaralar profilaktikasi davolash jarayonining ajralmas qismiga aylanadi.

Bemorlarning noto'g'ri parvarishi vaziyatni yanada chuqurlashtirishi mumkin. Axir to'g'ri va muntazam parvarish og'ir bemorlarda yotoq yaralar profilaktikasida muhim shartdir.

Kundalik parvarishlashda terini tozalash uchun suv bilan yuvib tashlash shart bo'lmagan ko'piklar va cho'milish uchun losonlar qo'llaniladi. Ayni holatda nega suv va sovun to'g'risida gapirmayapmiz? Gap shundaki, og'ir bemorni har kuni cho'miltirish jismonan juda murakkab va ayrim bosqichlarda hatto mumkin ham emas. Ammo tozalik ham bemorning sog'ayishi va kayfiyatida muhim o'rin tutadi.

Endi vasiylar uchun ajoyib yangilik bor!

O'zbekistonda Seni Care vositasi paydo bo'ldi. Yaqingacha ham vasiylar parvarishlash vositalarini xorijdan buyurtma qilib keltirishar edi va bu o'ziga yarasha noqulaylik tug'dirardi.

Og'ir bemorlar uchun ishlab chiqilgan bu mahsulot yotoq yaralar profilaktikasi bilan birga terisi siydik va axlat kabi ajralmalarga muntazam tegib turadigan insonlarga qo'l keladi.

Mahsulot vasiylar va og'ir bemorlar bilan muntazam ishlovchi xospislar xodimlari fikrlari hamda talablari asosida tayyorlangan.

Seni Care parvarishlovchi vositalarining barchasi inson terisiga yuqori sifatda parvarish qilish va yotoq yaralarning oldini olish imkonini beradi.

Tozalashning **dastlabki** bosqichda suvsiz terini yuvish, ayniqsa tagliklarni almashtirish vaqtida turli xil iflosliklarni tozalashda Seni Care ko'pikni taklif qilamiz. U badanning ifloslangan joyiga sepiladi va barcha qurigan kirlarni eritib olishi uchun 1-2 daqiqa kutiladi. Keyin sochiq yoki salfetka yordamida qattiq bosmay va ishqalamay artib olinadi hamda shu tarzda jarohatlanishning oldi olinadi.

Yotoq yaralari har qanday yoshdagi odamlarda paydo bo'lishi mumkin, agar ular tananing holatini mustaqil ravishda o'zgartira olmasalar. Masalan, to'shakda yoki kreslo-kachalkaga mixlanib qolgan bo'lsalar. Yotoq yaralarini davolash va oldini olish kasal odamga g'amxo'rlik qilish bo'yicha kompleksli chora-tadbirlardir. Yotoq yaralarini davolashdan ko'ra ularni oldini olish osonroq.

Teri muhim organ bo'lib, uning yordamida inson tanasining yaxlitligi, tananing ichki muhitining barqarorligi saqlanib qoladi. Teri epidermis va terining o'zi - dermisdan iborat bo'lib, unda qon tomirlari, yog' va ter bezlari, asab tugunlari mavjud. Teri orqali kislorod asosan epidermis hujayralarini yetkazib berishga o'tadi. Terini himoya qilish uchun uni toza, elastik va uzluksiz qon bilan ta'minlash kerak. Agar ushbu shartlardan biri yoki bir nechta bajarilmasa, turli xil teri kasalliklari paydo bo'lishi mumkin. Yotoq yaralari inson salomatligi uchun terining normal ishlashi uchun eng xavfli kasalliklardan biridir.



Yotoq yaralari-bu suyak o'simtalari va qattiq yuzalar o'rtasida yumshoq to'qimalar siqilgan joylarda paydo bo'ladigan nekroz va yara joylari. Yotoq yaralari har qanday yoshdagi odamlarda paydo bo'lishi mumkin, agar ular to'shakda yoki nogironlar aravachasida bo'lsa va o'z pozitsiyalarini mustaqil ravishda o'zgartira olmasa. Yotoq yaralari gips, splint, noto'g'ri o'rnatilgan ortopedik protez yoki boshqa qattiq narsalarning terisiga doimiy bosimdan kelib chiqishi mumkin.

Yotoq yaralari qanday paydo bo'ladi

Yotgan bemorlarda yotoq yaralarining asosiy sababi tananing qo'llab-quvvatlovchi joylari va yotoq yuzasi o'rtasida bosimning notekis taqsimlanishi. Tananing bunday joylaridagi bosim terini oziqlantiradigan kichik tomirlardagi bosimdan yuqori, taxminan 10-15 mm.simob.ustuni. Agar qon teriga 2 soatdan ko'proq vaqt davomida kirmasa, u holda to'qimalarning ozuqlanishi buziladi (ishemiya) , so'ngra ularning o'liklanishi (nekroz) paydo bo'ladi. Natijada yotoq yarasi rivojlanadi. Birinchidan, terida rangpar dog' paydo bo'ladi, bu dog' qizaradi va shishadi, ba'zida epidermis ajratilgan joylarda pufakchalar paydo bo'lishi bilan birga keladi. Keyin nekroz yara yuzasining ta'sirlanishiga va uning keyingi infeksiyasiga, suyakgacha bo'lgan asosiy to'qimalarga zarar yetkazilishiga olib keladi. Agar noqulay sharoitlar saqlanib qolsa, yotoq yaralari maydoni tez o'sishni boshlaydi, ba'zida tananing qo'llab-quvvatlovchi yuzasi bilan aloqa qiladigan deyarli barcha joylarini egallaydi.

Yotoq yaralarining paydo bo'lishiga yordam beradigan omillar:

bemorning tanasining harakatsizligi, qattiq yuzasi, terining va terining siydik va najas bilan ifloslanishi, epidermisning shikastlanishiga olib keladigan beparvo manipulyatsiyalar.

Yotoq yaralari uchun xavf omillari: ovqatlanishning pasayishi va suvning yetishmasligi, ortiqcha vazn, charchoq, yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, yuqori haroratda terlash, terini parvarish qilish mahsulotlariga allergik reaksiyalar. Agar bemorlar tegishli davolanishni olmasa yoki asosiy kasalliklar ularning davolanishiga to'sqinlik qilsa, yotoq yaralari hayot uchun xavfli bo'lishi mumkin. Yotoq yaralari ayniqsa keksa va yoshi katta odamlar uchun xavflidir. Ko'pgina keksa odamlarda yog' va mushaklar kamroq bo'ladi, bu esa bosimni o'zlashtirishga yordam beradi. Qon tomirlari soni kamayadi va ularning devorlari ingichka bo'lib, osonroq yirtilib ketadi. Barcha yaralar, shu jumladan yotoq yaralari ham sekinroq davolanadi.



Keksa odamlarda yotoq yaralarining rivojlanishiga ma'lum sharoitlar yordam beradi:

- Qon tomir kabi kasallik tufayli normal harakat qila olmaslik.
- Uzoq vaqt yotoqda qolish zarurati, masalan, operatsiya tufayli.
- Haddan tashqari uyquchanlik. Bunday odamlar pozitsiyalarni o'zgartirish ehtimoli kamroq yoki kamdan-kam hollarda kimdir ularga yordam berishini so'rashadi
- Nervlarning shikastlanishi tufayli sezgirlikni yo'qotish. Bunday odamlar o'zlarini o'zgartirishga undaydigan noqulaylik yoki og'riqni sezmaydilar.
- Demensiya tufayli o'z kasalligiga noqulaylik yoki og'riqni sezish va birovga bu haqda aytib bera olmasligi.
- Qandli diabet, periferik arteriya kasalligi yoki venoz yetishmovchilik kabi kasalliklar tufayli yaralarni davolash qobiliyati zaifligi.

Yotoq yaralarini qanday oldini olish mumkin

Yotoq yaralarini davolash va oldini olish kasal odamga g'amxo'rlik qilish bo'yicha kompleksli chora-tadbirlardir. Yotoq yaralarini davolashdan ko'ra ularni oldini olish osonroq.

Yotoq yaralari paydo bo'lishining oldini olishning eng yaxshi usullari bu tananing holatini tez-tez o'zgartirish va terini ehtiyotkorlik bilan parvarish qilishdir. Yotoqda yotgan bemorlarni har 2 soatda aylantirish yaxshidir. Kasallarga g'amxo'rlik qiluvchilar qizarish yoki rang o'zgarishining dastlabki belgilarini ko'rish uchun har kuni terini diqqat bilan tekshirishlari kerak. Oddiy teriga xos bo'lmagan har qanday pigmentatsiya yotish holatini o'zgartirish vaqti kelganligini ko'rsatadi. Bundan tashqari, sirt to'qimalariga yumshoq massaj qilish tavsiya etiladi. Bu terida va teri osti yog'ida qon va limfa turg'unligini oldini oladi.

Adabiyotlar

1. Zokirova K.O', Toxtamatova D.O' «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, 2009
2. Inomov K.S. «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, 2003
3. Inomov K.S. «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, O'zbekiston milliy nashriyoti, 2007
4. Nazirov F.G. «Bemorlarni uyda va shifoxonada parvarish qilish». Toshkent, Abu Ali ibn Sino nashriyoti, 2003
5. Tolkachyova O.V., Zinkovskaya I.V. «Osnovi sestrinskogo dela». Toshkent, Tasvir nashriyoti, 2008
6. Tolkachyova O.V., Zinkovskaya I.V. «Osnovi sestrinskogo dela». Toshkent, Cho'lpon nashriyoti, 2009
7. Umarova T.Yu. «Hamshiralik ishi». Toshkent, 2003
Fozilbekova M.A. «Hamshiralik ishi nazariy asoslari». Toshkent, 2003