

SURUNKALI PANKREATIT KASALLIGINI DAVOLASHDA DORIVOR O`SIMLIKLAR YIG`MASI HAMDA OZIQLANISHNING DAVOLOVCHI-PROFILAKTIK TA`SIRINI BIRGALIKDA QO`LLASH

E. D. Raimberdiyev, T. X. Sherov
Toshkent Tibbiyot Akademiyasi (talaba)

Anatatsiya: Surunkali pankreatit - bu doimiy yoki vaqti-vaqti bilan og'riqlar, ekzokrin va endokrin yetishmovchilik belgilari bilan namoyon bo'ladigan juda keng tarqalgan kasallik. Bu oshqozon osti bezi parenximasida qaytarilmas patologik o'zgarishlar bilan tavsiflanadi. Surunkali pankreatitda ovqatlanish etishmovchiligining etiologiyasi multifaktorial bo'lib, ekzokrin va/yoki endokrin disfunktsiya, sezilarli qorin og'rig'i, ko'pincha doimiy spirtli ichimliklarni iste'mol qilish va metabolik faollikni oshirishni o'z ichiga oladi. Surunkali pankreatitni davolashda dorivor o`simliklarning bir qancha yig`malari mavjud bo`lib, kasallikning yengil va og`ir ko`rinishlarida qo`llaniladi.

Kalit so'zlar: surunkali pankreatit; endokrin disfunktsiya; enteral ovqatlanish; ekzokrin disfunktsiya; pankreatik etishmovchilik; sitofobiya fenomeni; endoskopiya; qandli diabet

Tadqiqotning dolzarbligi: Pankreatit spirtli ichimliklar ichish, noto`g`ri ovqatlanish, og`ir va yog`li taomlar iste`molining oshishi kabilar natijasida yuzaga kelib, bu kasallikni o`z vaqtida davolamaslik oshqozon osti beziga katta zarar etkazadi. Oshqozon osti bezi yaxshi ishlamasligi natijasida modda almashinuvi ham buziladi. Shu asnda oshqozon osti bezi inson salomatligida muhim o`rin tutuvchi insulin gormonini ham ishlab chiqarishini unutmasligimiz zarur. Ushbu bez faoliyati buzilganda esa insulin kam miqdorda ishlab chiqarish funksiyasi buziladi, natijada qondagi miqdori oshib kelgusida qandli diabet kasalligini keltirib chiqarishi mumkin.

Kirish: Oshqozon osti bezining surunkali yallig'lanishi asosan sekretiya chiqib ketishi yo'lini to'silishi yoki yarim to'silishi natijasida vujudga keladi. Bundan tashqari uni kelib chiqishida o'tkazilgan o'tkir pankreatit, bezga yaqin joylashgan a'zolarining kasalliklari, allergiya surunkali xolesistit, oshqozon yara kasalligi va b. ahamiyatlidir. Bemorda vaqti-vaqtida tananing oshqozon-bel qismida aylanma joylashgan og'riq sezgisi kindik atrofida og'riq chap bel tomoniga beriladi. Metiorizm, ich ketishi, ozib ketish, qandli diabet qo'shilishi mumkin. Og'riq sezgisi doimiy yoki vaqti-vaqtida kuchayib, achchiq, sho'r, yog'li ovqatni qabul etish hamda spirtli ichimliklar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Pankreazning ekskretor faoliyatini o'zgarishi amilaza, tripsin, lipaza fermentlarini ingichka ichakka tushishini buzilishiga va ovqatni hazm bo'lishini izdan chiqishiga sabab bo'ladi. Shu sababdan organizm uchun zarur bo'lgan yog'lar,

oqsillar, uglevodlarni etishmasligi natijasida organizmda turli o'zgarishlar namoyon bo'lishi mumkin. Surunkali pankreatit oshqozon osti bezining murakkab va qaytarilmas kasalligi bo'lib, sezilarli kasallanish va o'lim bilan bog'liq. Surunkali pankreatitni tashxislash qiyin bo'lishi mumkin, chunki tasvirlash texnologiyasidagi so'nggi yutuqlarga qaramay, rentgenografik topilmalar kasallikning kech bosqichlariga qadar taniqli bo'lmaydi. Shunday qilib, yuqori sifatli ko'rish tashqari, tez-tez surunkali pankreatitni aniq tashxislash uchun xavf omillarini, klinik belgilarini yaxshi e'tiborga olib puxta anamnez yig'ish shifokorlardan yuqori klinik mahurat talab etadi. Endoskopiya surunkali pankreatitni tashxislash va davolashda ham hal qiluvchi rol o'ynaydi. Endoskopik ultratovush (EUS) surunkali pankreatitni tashxislash uchun eng sezgir usul hisoblanadi. Biroq, sa'y-harakatlarga qaramay, tabiiy tarixni o'rganish shuni ko'rsatdiki, surunkali pankreatit bilan og'rigan odamlarning 61% kamida bitta endoskopik aralashuvni talab qiladi, 31% esa ularni boshqarish strategiyasining bir qismi sifatida jarrohlik amaliyotini talab qiladi. Genomik tadqiqotlardagi so'nggi yutuqlar surunkali pankreatitning patogenezi bilan bog'liq bo'lgan genetik polimorfizmlar haqidagi tushunchamizni yanada oshirdi. Genetik test pankreatit bilan bog'liq davolanadigan kasalliklarni aniqlash imkoniyatini beradi va doimiy yoki og'ir kasallik uchun radikal terapiya bo'yicha qaror qabul qilishni xabardor qilishi mumkin. Surunkali pankreatitda ovqatlanish etishmovchiligi tez-tez uchraydi va tabiatda atipik bo'lishi mumkin. Shunday qilib, ushbu kamchiliklarni boshqarish bemorlar uchun individual bo'lishi mumkin. Ushbu sharhning maqsadi surunkali pankreatitda ovqatlanish etishmovchiligining tarkibiy qismlari, ularni boshqarish va o'rganilayotgan tadqiqotlarning dolzarb yo'nalishlarini muhokama qilishdir. Surunkali pankreatitning ovqatlanishini boshqarish bo'yicha tavsiyalar uchun yirik milliy va xalqaro jamiyatlarning klinik ko'rsatmalari tahlil qilindi. Surunkali pankreatitda ovqatlanish etishmovchiligining etiologiyasi multifaktorial bo'lib, ekzokrin va/yoki endokrin disfunktsiya, sezilarli qorin og'rig'i, ko'pincha doimiy spirtli ichimliklarni iste'mol qilish va metabolik faollikni oshirishni o'z ichiga oladi. Oziqlanish etishmovchiligi bo'lgan ko'plab bemorlar kam tan olinadi va davolanmaydi. Ushbu bemorlarning aksariyati og'iz va oshqozon osti bezi fermentlarini qo'shish orqali boshqarilishi mumkin bo'lsa-da, ba'zi bemorlar enteral naycha bilan oziqlantirishni va kamdan-kam hollarda parenteral oziqlantirishni talab qilishi mumkin.

Tadqiqot materiali va metodlari:

(A). Surunkali pankreatit kasalligini davolashda o`ziga hos bir qancha dorivor o`simliklar yig`malari mavjud bo`lib , shular orasidan biz quydagi dorivor o`simlik yig`malarini tanlab oldik.

1. Qayin barglari, valeriana ildizlari, toron o'ti, dalachoy o'ti, tirnoqgul guli, gazanda o'ti, yalpiz o'ti, shuvoq o'ti, moychechak guli-20 g dan. 15 g yig'ma 500 ml

qaynoq suvga solinadi, termosda 8 soat ushlanadi, dokadan o'tkaziladi. 100 ml dan kuniga 4 marta ovqatdan so'ng va uyquga yotishdan oldin 1 stakan iliq holda ichiladi.

2. Bo'znoch guli, andiz ildizi, tillabosh o'ti, ukrop mevasi, qoncho'p o'ti, qirqbo'g'in o'ti pasternak ildizi, gnafalium o'ti, shuvoq o'ti, bo'znoch o'ti, qoraqiz ildizi-20 g dan tayyorlanishi va ishlatilishi 1-yig'ma singari.

3. Bo'znoch guli, taron o'ti, dalachoy o'ti, gazanda o'ti, qoqi ildizi, shuvoq o'ti, fenxel mevasi, qoncho'p o'ti, na'matak mevasi, qirqbo'g'in, arslonquyruq o'ti, qoraqiz ildizi-50 g dan. 24 g maydalangan yig'mani 600 ml sovuq suvga solinadi, 4 soat qoldiriladi. Suv xammomida 10 daqiqa qaynatiladi keyin 2 soat qoldiriladi, dokadan o'tkaziladi 100 ml dan kuniga 4 marta ovqatdan keyin va kech yotishdan oldin 200 ml iliq holda ichiladi.

Surunkali pankreatitning keltirilgan fitoyig'malar bilan davolash kasallikning kechishiga, har bir bemorni ahvoriga qarab olib boriladi. Kasallikning yengil kechishida va bemorning hol- ahvoli yaxshi bo'lishida davoning davom etish 1,5-2 oygacha bo'lib, zaruriyat tug'ilsa 2-3 haftadan keyin dori kursi qaytariladi.

Ushbu dorivor yig'malar kasallik qaytarilishida yoki qaytarilish xavfi tug'ilganda ham berilishi shart. Ayrim bemorlarga kasallikni kechishiga qarab yig'malar to'xtovsiz berilishiga to'g'ri keladi. Bunday hollarda fitoyig'malarni har 2 oyda almashtiriladi.

Davo qilishning ko'rsatgichlaridan ich kelishini normallanishi og'riqning va metiorizmning yo'qolishi yoki kamayishi, ishtaxani yaxshilanishi, bemorlarning kayfiyatini yaxshi tomonga o'zgarishi hisoblanadi.

(B) . Surunkali pankreatitni davolashda to'g'ri ovqatlanishni yo'lga qo'yish yaxshi samara beradi, chunki , shikastlangan qismlar bitishi osonlashadi. Shu sababdan bemorlarga iste'mol qilish mumkin bo'lgan va mumkin bo'lmagan maxsulotlarni tanishtirishimiz zarur. Shu bilan birgalikda pankreatit natijasida sitofobiya fenomeni kelib chiqqan bemorlarda ovqatlanishning buzilishini va uni optimallashtirishni o'z ichiga oladi.

Tibbiyotda pankreatitdagi oziqlanishning davolovchi-profilaktik tizimi Pevzner bo'yicha stol №5p deb ataladi.Undagi ozuqaviy chegaralashlar darajasi turli xil bo'lishi mumkin.Chunki pankreatitdagi parhez menyusi bir qator omillarni hisobga olgan holda tuziladi.Ratsion kasallikning shakli va bosqichi,asosiy alomatlarining ifodalanganligi va ferment yetishmovchiligining darajasiga qarab tanlanadi.Pankreatitning xolesistit bilan birikmasida odatda 5a parhezi tayinlanadi. Pankreatitdagi taxminiy menyu tarkibiga odatda 3 ta asosiy ovqat qabul qilish(nonushta,tushlik,kechki ovqat),ular orasida 2 ta yengil ovqatlanish va uyquga yotishdan biroz oldin ivitilgan sut mahsulotlarini iste'mol qilish kiradi.

Nonushtaga suv asosida yopishqoq bo'tqalar pishirgan ma'qul,barqaror yaxshilanish paytida qaynatish uchun arlashtirilgan sut ishlatish mumkin.Ular boshida qiriladi yoki sufle ko'rinishida dasturxonga tortiladi, keyinchalik yaxshilab

qaynatishning o'zi yetarli bo'ladi. Nonushta kunlik quritilgan nonga oz miqdorda saryog'(kuniga 10 gr. dan ko'p emas) qo'shimcha qilingan buterbrod bilan to'ldiriladi. Yog'siz pishloq turidan yoki yog'siz go'shtdan bir bo'lak ham yeyish mumkin.

Ikkinchi nonushta (yengil ovqatlanish) tvorog yoki go'shtli sufle, tvorog yoki asal bilan toblangan olma, shirinlashtirilgan tvorog, toblangan yoki bug'da pishirilgan quymoqdan tashkil topishi mumkin. Hamda kompot yoki na'matak damlamasi ham bo'lishi mumkin.

Tushlik turli xil sho'rvalar, ikkinchi ovqat va ichimlikni o'z ichiga oladi. Sho'rvalarni ikkinchi bulyonda qaynatiladi va ba'zida ozgina smetana qo'shiladi. Ikkinchi ovqat albatta sabzavotli va yormali qo'shimcha bilan to'ldirish mumkin bo'lgan, oqsilli taom bo'ladi.

Ikkinchi tushlik taomlarning tanlovi, birinchi yengil ovqatlanish bilan qariyb bir xil. U kisel va galetli pechenyedan ham tarkib topishi mumkin, ba'zida banan ham kiritiladi.

Kechki ovqat hazm qilish uchun yengil, lekin shu bilan birga yetarli miqdorda uglevod va oqsilli bo'lishi kerak. Bular sufle, toblangan taomlar, go'sht-tvorogli knellar, quymoqdagi go'shtli o'ramalar, qaynatilgan go'sht/baliq bo'lishi mumkin va ular qo'shimcha garnir bilan to'ldiriladi.

Yotishdan oldin kefir yoki boshqa ruxsat berilgan yog'iliqligi past ivitilgan sut mahsulotlari.

Pankreatitdagi parhezga amal qilish bemor ahvolini tez yaxshilashga va uzoq muddatga barqarorlashtirishga imkon beradi. Chunki stol №5p parhezidagi davolash ratsioni muvozanatli, organizmni barcha kerakli ozuqaviy moddalar bilan ta'minlaydi, shikastlangan oshqozonosti bezini iloji boricha avaylaydi va uning faoliyati me'yoriga kelishiga sharoit yaratadi.

Tadqiqotning natijalari va muhokama: To'plangan ma'lumotlar va maqolalar tahlili shuni ko'rsatadiki bemorlarni nomedikomentoz usulda, maxsus dorivor o'simliklar yig'malari bilan davolash hamda ularni pankreatit uchun chiqarilgan 5-parhez stol bilan birgalikda qo'llash yuqori samara berishi o'rganildi. Bunda operativ usulda davolanishga muhtoj bo'lmagan 50+ bemorlar tanlab olindi va ularda dorivor yig'malarning effekti o'rganildi. Olingan 50 ta bemordan 40 tasi ya'ni 80% ida yuqori natijaga erishildi, 6 tasi ya'ni 12% ida o'zgarishlar sekin va uzoq, 4 tasi ya'ni 8% ida o'zgarishlar kam bo'lganligi tadqiqot davomida aniqlandi. Bu bemorlar uchun fitoyig'malar alishtirish tavsiya etiladi.

Xulosa: Shunday qilib, yuqori sifatli tekshiruvlardan tashqari, surunkali pankreatitni aniq tashxislash uchun xavf omillarini, klinik belgilarini yaxshi e'tiborga olib puxta anamnez yig'ish shifokorlardan yuqori klinik mahorat talab etadi. Surunkali pankreatit kasalligini davolashda o'ziga hos bir qancha dorivor o'simliklar yig'malari

mavjud. Ushbu dorivor yig'malar kasallik qaytarilishida yoki qaytarilish xavfi tug'ilganda ham berilishi shart. Pankreatitdagi parhezga amal qilish bemor ahvolini tez yaxshilashga va uzoq muddatga barqarorlashtirishga imkon beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Fitoterapiya – M.Maxsumov, X.Aliyev,S.Saidov,Sh.Maxsumov
2. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31535736/>
3. A.G. Gadoyev “Ichki kasalliklar”
4. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3264792>