

**GRIPP VA SHAMOLLASH (O‘RVI) PROFILAKTIKASI VA DAVOLASH CHORALARI**

*Azimov Raximjon Xakimovich*

*Xo‘jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi maxcuc fani o‘qituvchisi.*



Hozirgi kunda gripp virusining kun sayin yangi turdagi shtammlari paydo bo‘layotganligi hech kimga sir emas. Ommaviy axborot vositalaridan gripp emidemiylari haqida ko‘p ma‘lumotlar berib turiladi. Ular borgan sari hayot uchun xavfli bo‘lib bormoqda. Xo‘sh, bu kabi holatga tushmaslik uchun nimalar qilish kerak? O‘zimizni va yaqin insonlarimizni gripp virusidan qanday himoya qilish mumkin?

**Gripp va O‘RVI dan qanday himoyalaniish mumkin?**

Gripp va O‘RVI (O‘tkir Respirator Virusli Infeksiya) dan himoyalaniishning bir necha usullari mavjud. Albatta, ko‘pchilik bu ikki kasallikni bir-biridan farqlay olmaydilar, bundan tashqari O‘RK (O‘tkir Respirator Kasallik) ni ham adashtirib yuboradilar. O‘RVI – bu nafas yo‘llarining faqatgina viruslar keltirib chiqaradigan kasalliklaridir. Agar nafas yo‘llarida viruslardan boshqa patogenlar kasallik keltirib chiqarsa bu O‘RVI ga kirmaydi. Statistika bo‘yicha, nafas yo‘llari (respirator kasalliklar) kelib chiqishida ko‘pincha viruslar sabab bo‘ladi. Albatta, bakteriyalar sababli ham nafas yo‘llari yallig‘lanishi mumkin, ammo organizmda mahalliy va umumiy immunitet pasayishiga asosan viruslar sabab bo‘ladi. O‘RVI ni chaqiruvchi asosiy viruslarga – paragripp, adenovirus, rinovirus, enteroviruslar kiradi. Grippga

keladigan bo‘lsak, bu kasallikni ham O‘RVI ga kirgizsak bo‘ladi, chunki grippi ham viruslar chaqiradi. Ammo, gripp kasalligi xavfli bo‘lganligi sababli, patologiya alohida ko‘rib chiqiladi, hamda gripp profilaktikasiga jiddiy yondashishni talab etadi. Profilaktik chora tadbirlar ikki guruhga bo‘linadi – spetsifik va nospetsifik. Gripp va O‘RVI ning spetsifik profilaktikasi gripp va O‘RVI viruslarini bloklashdan iborat. Kasallikning nospetsifik profilaktikasida esa respirator kasalliklarning oldini olishda umumiy qo‘llaniladigan chora tadbirlardan iborat, bunda aynan virusga qarshi kurashilmaydi.

Profilaktik chora tadbirlarining asosiy usullari quyidagilar:

- Virusga qarshi preparatlar qabul qilish;
- Immunitetni oshiruvchi preparatlar qabul qilish;
- Vaksinatsiya;
- Niqob taqib yurish;
- Parhez;
- Gigiyenaga rioya qilish;
- Epidemiya vaqtida odamlar ko‘p to‘planadigan joylardan holi bo‘lish.

Bu usullarni batafsil ko‘rib chiqamiz, ularning ayrimlari faqatgina gripp virusiga qarshi qo‘llaniladi.

### Dori preparatlari

Gripp va O‘RVI profilaktikasida dori preparatlaridan foydalanish kam samarali, nisbatan xavfsiz va yetarlicha kamchiliklarga ega. Shu sababli bu usulni gripp profilaktikasida asosiy deb bo‘lmaydi. Bunga sabab quyidagilardir. Gripp va O‘RVI profilaktikasida qo‘llaniladigan preparatlarni bir necha guruhlariga bo‘lish mumkin:

- Etiotrop preparatlar (to‘g‘ridan-to‘g‘ri ta‘sir etuvchi);
- Immunomodulyatorlar;
- Simptomatik preparatlar;
- Etiotrop preparatlar.

Etiotrop preparatlar to‘g‘ridan-to‘g‘ri viruslarga ta‘sir ko‘rsatadi, ular viruslarni o‘ldiradi yoki ko‘payishini to‘xtatadi. Qayd etib o‘tish kerakki, hozirgi kunda O‘RVI ga etiotrop ta‘sir ko‘rsatuvchi preparat ishlab chiqilmagan (gripp bundan mustasno). Bu guruhga shartli ravishda arbidol preparatini kirgizish mumkin, ammo, qolgan preparatlar (Tamiflyu, Relenza, seremivir, remantadin) barchasi faqatgina gripp virusiga ta‘sir etadi. Bu kabi preparatlar yordamida grippdan himoyalaniish samarasi kam, chunki bu vositalar toksik xususiyati yuqori, boshqacha qilib aytganda bu preparatlarning effektidan ko‘ra zararli xavfi yuqori. Etiotrop preparatlar gripp kasalligining boshlang‘ich bosqichlarida qo‘llaniladi, ular organizmni virus bilan kurashishida yordam beradi. Shu sababli gripp profilaktikasida etiotrop preparatlar kasallik yuqish ehtimoli yuqori bo‘lgandagina (masalan, oila a‘zolaridan biri gripp bilan kasallangan bo‘lsa) profilaktika uchun qo‘llaniladi.

### Immunomodulyatorlar

So‘ngi kunlarda yurtimizda immunomodulyatorlardan foydalanish “moda” tusiga kirib bormoqda, masalan Grippferon, Viferon, Kagosel va boshqa ko‘pgina preparatlar immunitetni oshiradi va o‘ziga xos bo‘lgan modda – interferon sintezini ko‘paytiradi (virusga qarshi ta’sir ko‘rsatadi). Bu kabi preparatlar etiotrop vositalarga nisbatan ancha arzon..Ko‘pchilik immunolog-mutaxassislar interferon preparatlarini tartibsiz qabul qilmaslikni tavsiya etadilar, ayniqsa gripp profilaktikasida. Bunga sabab, bu preparatlar yordamida ko‘tarilgan immuniteti uzoq muddatli bo‘lmaydi, aksincha tez parchalanadi, ya’ni organizmga infeksiya agent kirganida mustaqil ravishda immun tizimi ishga tushmaydi. Shu tufayli gripp va O‘RVI profilaktikasida immunomodulyatorlarni qo‘llash qat’iy ko‘rsatma bo‘yicha amalga oshirilgani maqsadga muvofiqdir – agar inson organizmi immun tizimi haqiqatda sust bo‘lgan holatlarda. Bunda immun tizimi maxsus tekshiruvlardan o‘tishi zarur, shunchaki “men va mening farzandim gripp bilan tez-tez kasallanib turamiz, demak bizda immun tizimi sust va biz reklama qilinayotgan birorta bir grippga qarshi ta’sir ko‘rsatuvchi preparatni qabul qilishimiz kerak” degan fikrga tayanish kerak emas.

### Simptomatik preparatlar

Gripp va O‘RVI profilaktikasida qo‘llaniladigan uchinchi guruh preparatlari – isitma va og‘riqqa qarshi preparatlar, ular tarkibida parasetamol, ibuprofen va aspirin saqlanadi. Ko‘plab reklamalar sababli bu vositalar ham gripp va O‘RVI profilaktikasida eng samarali vosita sifatida qabul qilinadi. Ammo, bunday preparatlar gripp va O‘RVI profilaktikasida qo‘llanilishi ma’nosiz, chunki ular viruslarga ham inson immun tizimiga ham hech qanday ta’sir ko‘rsatmaydi. [Parasetamol](#) va [Aspirin](#) (asetilsalitsil kislota) uzoq vaqt qabul qilinganda jigarga salbiy ta’sir ko‘rsatadi, aspirin ichki qon ketishlar va oshqozon surunkali yara kasalliklari xurujini chaqirishi ham mumkin. 12 yoshgacha bo‘lgan bolalarga aspirin preparatlarini qo‘llash qat’iyanan man etiladi, aks holda qaytmas asoratlarga olib kelishi mumkin bo‘lgan holatlarni yuzaga chiqarish ehtimoli yuqori bo‘ladi.

### Vaksinatsiya

Gripp va O‘RVI profilaktikasida “mo‘jizaviy” tabletkalarga tayanish kerak emas. Xo‘sh, unda qanday qilib kasallikdan himoyalaniish mumkin? Baxtimizga boshqa usullar ham bor. Epidemik holatlarda eng samarali usullardan biri emlash hisoblanadi. Emlash orqali organizmda kasallikni chaqiruvchi virusga qarshi turg‘un [immunitet](#) paydo bo‘ladi. Bu usulning yagona kamchiligi shundaki, hozirgi kunga qadar faqatgina gripp viruslaridan himoya qiluvchi vaktsinalar o‘ylab topilgan, ular O‘RVI dan organizmni himoya qila olmaydi. Shunday bo‘lsa ham, emlash usulining samaradorligi juda yuqori va bu ko‘rsatkich 80-90 % ni tashkil qiladi.

Vaksinatsiyaning boshqa kamchiliklari ham bor:

- Qarshi ko‘rsatmalar – o‘pka, yurak, buyrak og‘ir kasalliklari, allergiyaga moyillik;
- 6 oygacha bo‘lgan bolalarda qo‘llash mumkin emas (ayrim turdagi vaksinalar – 3 yoshgacha qo‘llanilishi mumkin emas);
- [Emlash](#) orqali paydo bo‘lgan immunitet muddati, nisbiy olib qaralganda uzoq emas – yarim yildan bir yilgacha saqlanib qolishi mumkin.

### Nospetsifik profilaktik chora tadbirlar

Gripp va O‘RVI profilaktikasida boshqa usullar ham bor. Hozirgi kunda eng ko‘p tarqalgan usullardan biri dokali niqoblar taqib yurish, ya’ni epidemiya o‘choqlarida yuqori nafas yo‘llari orqali viruslar kirmasligi uchun burun va og‘iz niqob bilan berkitiladi. Niqoblar qanchalik darajada samarali? Bu vaziyatda turli xil fikrlar mavjud. Ayrim mutahassislar dokali niqoblar samaradorligini kam, hatto nolga teng deb ta’kidlashadi. Gap shundaki viruslar juda kichik organism bo‘lganligi sababli niqoblar orasidan osonlik bilan o‘tib ketadi va nafas yo‘llariga tushadi. Yana bir ko‘p tarqalgan holat – niqoblarni gripp yoki O‘RVI bilan kasallangan inson taqib yurishi, ular aksa urganda va yo‘talganda so‘lak va boshqa suyuqliklar tashqi muhitga chiqmaydi, natijada yon atrofdagi insonlar zararlanmaydi. Afsuski, ko‘pchilik bilmaydigan bir muhim omil bor – niqoblar bir marotaba foydalaniladigan buyum hisoblanadi, 3-4 soat taqib yurilgandan so‘ng ularni almashtirish kerak bo‘ladi, aks holda niqoblarning o‘zi virus va mikroblarni tarqatuvchi manbaga aylanib qoladi. Gripp epidemiyasida eng samarali usullardan biri insonlar bilan muloqotni cheklashdir. Masalan, odam ko‘p to‘lanadagina joylar do‘konlar, bozorlar, sport muassasalari, jamoat joylari vas hu kabilar. Jamoat transportlarida aksa urgan yoki yo‘talgan insonlardan uzoqroqda turish tavsiya etiladi. Ota-onalar ham o‘z farzandlarini qarindoshlar bilan kontakda bo‘lishini vaqtinchalik chegaralab turganlari ma’qul. Agar ta’lim muassasalarida grippga qarshi karantin e’lon qilinmasa, ular o‘z maktab yoki bog‘chalariga borishlari mumkin. Gripp virusi va O‘RVI asosan havo-tomchi yo‘li bilan yuqadi. Ammo, bu kabi infeksiyalar tashiq muhitda va xo‘jalik buyumlarida ham bir necha soatgacha saqlanib qolishi mumkin. Shu sababli uyda va ish joyida tozalik va shaxsiy gigiyenaga jiddiy e’tibor qaratish lozim. Uyga kelganda har doim qo‘llarni sovun bilan yuvish kerak. Og‘iz bo‘shlig‘i va tomoqni ichimlik sodasi bilan chayib turish ham foydali. Viruslar nafas yo‘llariga to‘g‘ridan to‘g‘ri tushmasdan, burun va og‘iz shilliq qavatlarida joylashib olishlari ham mumkin, shu sababli burun va tomoqni tez tez chayib turish maqsadga muvofiq. Organizmni chiniqtirish ya’ni sport bilan shug‘ullanishning ham immun tizimini rag‘batlashda roli katta. Shu bilan bir qatorda unutmang, turli xil viruslar niktin, alkogol va boshqa zararli moddalar bilan zaharlangan organizmga yuqishi va ko‘payishi oson kechadi. Ovqatlanish tartibi ham viruslar profilaktikasida muhim ahamiyat kasb etadi, ozuqa tarkibida yetarlicha minerallar, vitaminlar ayniqsa, [C vitamini](#)ga boy bo‘lishi zarur. Shifokor bilan

maslahatlashgan holda kompleks vitamin preparatlarini qabul qilsa ham bo‘ladi. Bundan tashqari, kun tartibiga ham e‘tibor qaratish immun tizimini rag‘batlaydi, ya‘ni yetarlicha uyqu va o‘z vaqtida dam olish kuchli immunitetni kafolatlaydi. Meva va sabzavotlar turli xil kasalliklardan himoyalanişda “mo‘jizaviy” kuchga ega emasligini ham unutmang, masalan barchaga ma‘lum bo‘lgan sarimsoq piyoz, uni hidlash, bo‘yin, tomoq va burun atrofi terisiga surishning viruslarga qarshi kurashishda hech qanday samarasi yo‘q.

Yuqoridagilardan kelib chiqib shunday xulosa qilsa bo‘ladi: gripp virusi va O‘RVI profilaktikasida mutlaqo samara beradigan preparatning o‘zi yo‘q. Har qanday inson hayoti davomida hech bo‘lmasa bir marta bo‘lsa ham nafas yo‘llari kasalliklari bilan kasallanadi. Ammo, virus va boshqa infeksiyalarning yuqish ehtimolini kamaytirishga barcha insonning kuchi yetadi

## GRIPP VA O‘RVI ETIOLOGIYASI, KLINIKASI, EPIDEMIOLOGIYASI

### Gripp va O‘RVI tasnifi.

Gripp – tez rivojlanuvchi o‘tkir yuqumli kasallik bo‘lib, nafas yo‘llarining kuchli yallig‘lanishi, yuqori intoksikatsiya, bosh og‘rig‘i, umumiy holsizlik, burun bitishi, quruq yo‘tal, mushaklarda og‘riq, konyuktivit va sklerit, ko‘ngil aynishi, qayt qilish belgilari bilan tariflanadi.

### Etiologiyasi.

Kasallikning etiologiyasida viruslar bo‘lib, gripp virusi HBG A/H1N1, H5N1 ORTOMIXOYIRIDAE oilasiga mansub, hujayrasida RNK saqlovchi, diametri 80-120 nm, egri shaklda bo‘lib, tashqaridan lipid qobig‘i mavjud, yuzasida Neyroaminadaza N va Gemaglyutin N saqlaydigan, o‘zgaruvchanlik xususiyatiga ega virus hisoblanadi.

Virusning A, B, C turlari ajratiladi.

A turi boshqa turdagi viruslarga nisbatan patogen va tez mutatsiyalanuvchidir, shu sababli kasallikning epidemik, hatto pandemik darajada tarqalishiga sababchi bo‘ladi.

Grippning B turi o‘zgaruvchanligi kamligi uchun tez tarqalmaydi.

C turi esa sporadik xolda uchrab, kasallik engil kechadi.

### Klinikasi.

Grippda inkubatsion davr bir necha soatdan 2-5 kungacha cho‘ziladi. Gripp intoksikatsiyasining ko‘p - kamligiga qarab har xil o‘tadi, ba‘zida simptomlar bilinear-bilinmas o‘tadi, boshqa hollarda kasallik yashin tezligiday avj olib og‘ir asoratlar kuzatiladi. Kattalarda kasallik o‘tkir boshlanadi, tana harorati 39-40(°C), et uvishishi, bosh og‘rig‘i, yorug‘likdan qo‘rqish, quruq yo‘tal, burundan tiniq seroz ajralma kelishi, mushak va bo‘g‘imlarda og‘riq kabi klinik belgilar kuzatiladi.

Chaqaloq va 3 yoshgacha bo‘lgan bolalarda: bezovtalik yoki lanjlik, ko‘krakdan bosh tortish, kekirish, oqarish yoki ko‘karish, isitma, chuqur va tezlashgan nafas,



talvasalar kabi klinik belgilar kuzatiladi. 4 yosh va undan katta bo`lgan bolalarda: kasallikning o`tkir boshlanishi, tana haroratining keskin 38-39(°C)dan yuqoriga ko`tarilishi, qaltirash, holsizlik, bosh og`rig`i, tumov belgilari (yo`tal, tomoqda og`riq, rinit), qorin og`rig`i, mushaklarda og`riq kabi klinik belgilar kuzatiladi.

### **Epidemiologiyasi.**

Gripp va O`RVI kasalligida yashirin davr 1-3 kun hisoblanadi. Infeksiya manbai gripp bilan og`rigan bemor hisoblanadi. Bemor 5-7 kungacha yuqumli bo`lib, tashqi muhitga virus ajratib turadi.

Mavsumiy gripp va O`RVI havo - tomchi yo`li bilan tarqaladi, kasallik kuz - qish oylarida ko`p uchraydi. Virus muzlatilganda tirik saqlanadi, qizdirish, quritish va dezinfeksiyalovchi moddalar ta'sirida tez halok bo`ladi.

### **Asosiy adabiyotlar**

1. Y.I. Arslonov, T.A. Nazarov, A.A. Bobomurodov "Ichki kasalliklar" Toshkent – "ILM-ZIYO" – 2014yil.
2. M.F.Ziyayeva "Kattalarda hamshiralik parvarishi" Ibn-sino Toshkent 2004yil.
3. M.F.Ziyayeva "Terapiya" Ibn-sino Nashriyot 2004yil
4. A.I.Arsionov "Ichki kasalliklar" Ibn-sino Toshkent 2002yil.

### **Internet saytlari:**

1. [www.med.uz](http://www.med.uz).
2. [www.medical.ru](http://www.medical.ru).
3. [www.minzdrav.uz](http://www.minzdrav.uz)
4. [www.tma.uz](http://www.tma.uz).
5. [www.tashpmi.uz](http://www.tashpmi.uz).