

Иммун тромбоцитопеник пурпурани даволашнинг инновацион ва ноанъанавий усуллари

Каттабек Махматович Абдиев
Феруза Хайдаровна Маматкулова
Худоёр Махмудович Шомирзаев
Самарқанд давлат тиббиёт университети

Аннотация: Ушбу мақола ёшларда иммун тромбоцитопеник пурпурани даволашнинг хусусиятали, янги усуллари тавсифлаш ҳақида. Бундан ташқари, иммунитетни яхшилаш учун жуда кўп фойдали кўрсатмалар берилган.

Калит сўзлар: Тромбоцитопоез иммунитет тизими, медитация, қон, даволаш, машқлар, энергия, овқатланиш, уйқу, стресс.

Innovative and unconventional methods of treatment of immune thrombocytopenic purpura

Kattabek Makhmatovich Abdiev
Feruzha Khaidarovna Mamatkulova
Khudoyor Makhmudovich Shomirzaev
Samarkand State Medical University

Abstract: This article is about describing a specific, new method of treatment of immune thrombocytopenic purpura in young people. In addition, many useful instructions are given to improve immunity.

Keywords: Thrombocytopoiesis immune system, meditation, blood, treatment, exercise, energy, nutrition, sleep, stress.

Тромбоцитопоез - бу тромбоцитларнинг шаклланиши ва чиқарилиши жараёни. Бу жараён суяк илигида худди эритропоез ва гранулопоез каби содир бўлади. Тромбоцитлар формацияси икки босқични ўз ичига олади: мегакарипоез ва тромбоцитопоез. Мегакариопоялар миелоид ўтмишдошлари хужайрасидан етук мегакариоцит ҳосил бўлишидан олдин бошланади. Бошқа томондан, тромбоцитопоез мегакариоцитларга ўтадиган бир қатор ҳодисаларни ўз ичига олади. Бу хужайра жойлашишига қараб турли сигналларни олади. Хужайра остеобластик строма ичида экан, у ингибирланади, аммо қон томир бўшлиғини тарк этганда, хужайрадан ташқари у стимуляторлар мавжудлиги билан фаоллашади. Ушбу моддалар фон Виллебранд омили, фибриноген ва қон томир

эндотелиал ўсиш омилидир. Фаоллашганда пропелетелет деб аталадиган мегакариоцитнинг цитоплазматик жараёнлари парчаланиб, пропелетелет ва тромбоцитларни ҳосил қилади. Тромбоцитларни тартибга солиш жараёни туфайли тромбоцитлар қон айланиши бўйича гомеостазни сақлаб қолиш мумкин. Тромбопоетин, интерлейкин 3 (ИЛ3), ИЛ 6 ва ИЛ 11 тромбоцитопоезни рағбатлантирувчи омиллар сифатида мавжуд.

Муаммонинг долзарблиги: Ушбу патологиянинг кам учраши, кўплаб органлар ва тизимларни қамраб олиши ва турли хил симптомлар билан намоён бўлиши, кўпинча бу касалликни ташхислашда шифокорларга қийинчиликларга дуч келишади. Иммуно тромбоцитопеник пурпура (ИТП) мавжуд беморларда, уларнинг қони керакли даражада ивмаслигини англатади, бу беморда ортикча қон кетиш хавфига олиб келади. ИТП ни даволашнинг ягона усули-гематолог томонидан тайинланган аъъанавий дориладар. Даволашнинг мақсади тромбоцитлар сонини кўпайтириш ва ичкаридан ва ташқаридан тўсатдан қон кетиш хавфини камайитиришдир. Бироқ, сизнинг дори-дармонингиз ИТП нинг барча таъсирини, шу жумладан кайфиятингиз ва энергия даражангиздаги ҳар қандай ўзгаришларни ҳал қила олмайди. Бу эрда кўшимча даволаниш ёрдам бериши мумкин. Кўшимча ва асосий усуллардан фойдаланиш ҳам соғлиқнинг асосидир. Кўшимча ёндашувлар ТП дори-дармонларини алмаштириш учун мўлжалланмаган, аммо улар соғлиқ учун биргаликда ишлатилиши мумкин. Кўшимча терапия сизнинг ИТП даволаш режангиз билан қандай ишлашини биласизми? Ушбу тўққизта усул сизни бошлашга ёрдам беради.

Медитация

Нафас олиш машқлари - айниқса медитация-кўшимча даволашнинг марказида туради. Бу бемор организмни бўшаштиришга, кайфиятини яхшилашга ва тетиклаштиришга ёрдам беради. Медитациядан фойда олиш учун Зен устаси бўлиш шарт эмас. Агар бемор нафас олиш машқларини янги бошлаган бўлса, бир ёки икки дақиқадан бошлаш керак. Чуқур нафас олаётганда ва нафас чақаришга эътибор бериш зарур. Ҳақиқатан ҳам ижобий натижаларга эришиш учун кунига икки марта мунтазам равишда медитация қилиш керак. Муоложани бажариш учун атиги 10-15 дақиқа вақт кетади.

Энергияни мувозанатлаш ишлари

ИТП билан касалланган беморларга оддий машқлар каби энергия терапиясига вақт ажратиш тавсия этилади. Секин жисмоний томонидан назорат нафас ҳаракатлар техникасини бирлаштиради. Бундай энергия баланслаш фаолияти танадаги қон айланишини яхшилаш орқали энергия даражасини яхшилайдди. Малакали терапевт массаж ва бошқалар орқали энергияни тиклаш учун манипуляциялар қўллайди.

Мунтазам машқлар

Машқ қилиш-вазн йўқотиш ёки бошқаришнинг ажойиб усули. Шунингдек, у юрак-қон томир фаолиятини яхшилашга, мушакларинни кучайтиришга ва ҳар қандай депрессия ва ёки ташвишларни камайитиришга ёрдам беради. Агар беморда ИТП бўлса, иш вақтида шикастланиш хавфи ҳақида кучли ташвишланиши тушунарли. Ўз-ўзидан машқ қилиш қон кетишига олиб келмасда, жисмоний машқлар натижасида жароҳатлар бўлиши мумкин. Шунга қарамай, мунтазам машқларнинг зарари катта. Кам таъсирли машқларга эътибор қаратиш керак. Масалан, юриш ёки сузишга ҳаракат қилиш мумкин. Ўзи ёқтирган машғулоти танлаш ва унга риоя қилиш. Вақт ўтиши билан кучлироқ бўлиши учун интенсивликни аста-секин ошириш керак.

Касалликларни назорат қилиш ва олдини олиш марказлари муҳим натижаларга эришиш учун ҳар ҳафта о'ртача камида 150 дақиқа машқ қилишни тавсия қилади.

Овқатланиш бўйича кўрсатмалар

ИТПни даволаш учун махсус парҳез бўлмасда, баъзи озиқ-овқатларни истеъмол қилиш (ва бошқалардан қочиш) бемор ўзини яхши ҳис қилишига ва узоқ муддатли соғлиқингизни яхшилашга ёрдам беради. . Шифокорингиз кўплаб сабзавотлар, ёғсиз оқсилларга қаратилган бутун парҳезни тавсия қилади. Яхши овқатланиш беморга кундалик машғулотлар ва машқларни камроқ жисмоний машқлар билан бажаришга ёрдам беради. Шунингдек, у овқатланиш журналинини юритишга ёрдам беради, шунда бемор ҳар қандай ўзгарувчан ёки ёмонлашган симптомларга қараб қандай овқатланаётганлигини кузатиб бориш мумкин. Шунда бемор овқатланишдан бош тортиши кераклигини билиш мумкин.

Керакли уйқу

ИТП билан касалланган беморлар кундузги чарчоқни бошдан кечириш одатий ҳолдир. Бу қон йўқотиш билан боғлиқ. Албатта, кечаси етарли даражада ухламаслик кун давомида чарчоққа олиб келиши мумкин. Тромбоцитлар касалликларини қўллаб-қувватлаш ассоциацияси (ПДСА) ҳар куни камида етти соат ухлашни тавсия қилади. Шунингдек, улар Аюрведа медиа эрталаб соат 10 дан олдин ухлашни тавсия қилишини таъкидлашади. Эрталаб соат 6 дан олдин уйғониш ва яхши натижаларга эришиш учун одатдаги уйқу режимига риоя қилиш ва кундузги уйқудан сақланиш керак.

Ақлий ва жисмоний машқлар

Беморнинг онги ва танасини ўз ичига олган машқлар энг популяр қўшимча даволаш усуллари билан биридир, деб хабар беради НССИХ. Эҳтимол бемор иккита ақлий тана машқлари - йога ва тай чи ҳақида эшитган. Бонус сифатида ушбу машқлар камроқ таъсир қилади ва мослашувчанлик ва мушак массасини шакллантиришга ёрдам беради.

Агар бемор ақлий машқларни бажаришни истаса, аввал керакли техникани ўрганиш учун профессионал тайёргарликдан ўтиши керак. Бу беморга жароҳатлардан қочишга ёрдам беради. Ўқитувчи билан вазият ҳақида иложи борица дарсда муваффақият қозонишга ёрдам берадиган тарзда олдиндан гаплашиш керак [4. П. 18].

Стрессни камайтириши

Стресс-бу узоқ муддатли соғлиқ муаммоларини келтириб чиқарадиган маълум яллиғланиш агенти, масалан, рухий касалликлар ва юрак-қон томир касалликлари. Стресс ҳолати тромбоцитлар даражасига бевосита таъсир қилмайди, доимий чарчоқ ҳолати чарчоқни кучайтиради ва беморни ташвиш ва тушкунлик хавфига олиб келиши мумкин. Медитациянинг ўзи стрессни камайтириши мумкин, аммо бемор ҳаётида стрессни камайтиришнинг бошқа усулларини топиш жуда муҳимдир. Кундалик ишлар рўйхатини кўриб чиқиш керак.

Тоза ва озода жойда яшаш

Аксарият одамлар учун нотинч муҳитда яшаш стрессни кучайтиради ва кайфиятига таъсир қилади. ПДСА бемор учун ўзи танлаган жойда даволанишни ва яшашни тавсия қилади, бу беморга ўзини қулай ҳис қилишига ёрдам беради. Қадимги Хитой амалиёти шовқин ва энди керак бўлмаган нарсалардан халос бўлиш керак деб тушунтиради.

Агар бошқа усуллар беморга тегишли бўлмаса, бемор руҳини жонлантириш учун янги ўсимлик ёки девор қоғози сотиб олиш каби кичик нарсадан бошлаши мумкин. Ёки кайфиятини кўтариш учун аллақачон эгалик қилган нарсаларни тузатишга уриниб кўришингиз мумкин.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Vorobyev A.I. *Rukovodstvo po gematologii. Izdaniye tretye v 3-x t.* – Т. 1. – М.: Nyudiamed, 2002. – 280 s.
2. Abdiev K.M, et al. Modern methods of treatment of hemorrhagic syndrome at an early stage in patients with idiopathic thrombocytopenic purpura // Ученый XXI века — 2021, — № 1-1—Р. 41–44 (72).
3. Abdiev K.M, et al. Comparative evaluation of new treatments for immune thrombocytopenia // *Nat. Volatiles & Essent. Oils*, 2021; 8(5): 10160 – 10166.
4. Thrombopoiesis. Wikipedia, the free encyclopedia. 20:02, 5 September 2017 UTC. June 10, 2019, 02:05 Available at: es.wikipedia.org.
5. Абдиев К.М, Дадажанов У.Д., Фазлиев М.Ш. Гемостазиологические нарушения гестационного процесса и их коррекция у больных коагулопатиями и тромбоцитопенической пурпурой (Обзор литературы) *Вестник врача общей практики* 36 (4), 107-111

6. KM Abdiev, AG Madasheva, FK Mamatkulova. MODERN METHODS OF TREATMENT OF HEMORRHAGIC SYNDROME AT AN EARLY STAGE IN PATIENTS WITH IDIOPATHIC THROMBOCYTOPENIC PURPURA. УЧЕНЫЙ XXI БЕКА, 41-44 .

7. UD DADAJONOV, KM ABDIEV, FX MAMATKULOVA. Innovative methods of treatment of immune thrombocytopenic purpura in young people Society and innovations, 52-56

8. Mamatkulova F. X. Mamatova N. T. Ruziboeva.O. N. Prevention Of Anemia In Patients With Tuberculosis. The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research, 2(11), 62–65.

9. KM Абдиев, XX Хамраев Современные аспекты диагностики, лечения, тактики, ведения родов у беременных с идиопатической тромбоцитопенической пурпурой (обзор). 2021..Journal of reproductive health and uro-nephrology research, 5-10.

10. Dadajanov U. D., Mamatkulova F. X., Ruziboeva O. N. Features Of Thrombophilia In Covid-19. European Journal of Molecular & Clinical Medicine ISSN 2515-8260 Volume 07, Issue 03, 202

11. Анажон Газхановна Мадашева, Уткир Дадажанович Дадажанов, Каттабек Махматович Абдиев, Феруза Хайдаровна Маматкулова, Азиза Джумановна Махмудова. Динамика электронейромиографических показателей и эффективность электрической стимуляции мышц у больных гемофилией с мышечными атрофиями. 2019 Достижения науки и образования10 (51)26-30

12. LS Makhmonov, AU Yigitov, DA Amerova, NN Temirov Coordination of treatment guidelines for iron deficiency and b12 deficiency anemia associated with helicobacter pylori Nveo-natural volatiles & essential oils Journal| NVEO, 10175-10182

13. L. S. Makhmonov., F. Kh. Mamatkulova., M. B. Berdiyaroova. , K.E. Shomurodov.THE MAIN CAUSES OF ANEMIA IN IRON AND VITAMIN B 12 DEFICIENCY ASSOCIATED WITH HELICOBACTER PYLORI

14. Makhmonov L. S., Mamatkulova F. Kh., Kholturaeva D. F., Muyiddinov Z. Z.IMPORTANCE OF DETECTION OF HEP SIDINE AND INTERLEUKINS IN IRON DEFICIENCY ANEMIA. Asian Journal of Multidimensional Research ISSN: 2278-4853 Vol. 11, Issue 4, April 2022

15. Mamatkulova F. X. Mamatova N. T. Ruziboeva.O. N. Prevention Of Anemia In Patients With Tuberculosis. The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research, 2(11), 62–65.

16. ЖА Ризаев, ЛС Махмонов, АГ Гадаев, РИ Туракулов Helicobacter pylori билан ассоцияланган темир танқислиги камқонлигига мойиллик туғдирувчи

ташки омилларни баҳолаш. ЖУРНАЛ БИМЕДИЦИНЫ И ПРАКТИКИ 7 (4).2022 й.

17. Makhmonov L.S., Mamatkulova F. Kh., Kholturaeva D. F., Muyiddinov Z. IMPORTANCE OF DETECTION OF HELICOBACTER PYLORI AND INTERLEUKINS IN IRON DEFICIENCY ANEMIA. Asian Journal Of Multidimensional Research ISSN:2278-4853 Vol. 11, Issue 4, April 2022 SJIF 2022 =8.179 DOI: 10.5958/2278-4853.2022.00058.1.51-58

18. У Дадажонов, К Абдиев, Ф Маматкулова. .Инновационные методы лечения иммунной тромбоцитопенической пурпуры у лиц молодого возраста. Жамият ва инновациялар.4-2021.

19. Makhmonov L.S., Sh. Koraboev S.K., Gapparova N..Sh, Mamatkulova F. Kh. Early diagnosis and treatment of funicular myelosis in v12 deficiency anemia. Asian Journal of Multidimensional Research Year : 2022, Volume : 11, Issue : 5. First page : (369) Last page : (373) Online ISSN : 2278-4853.

20. МАХМОНОВ Lutfulla, RIZAEV Jasur, GADAEV Abdigaffor. The importance of helicobacter pylori in iron and vitamin b12 in deficient anemia. Journal of Biomedicine and Practice. 2021, vol. 6, issue 5, pp. 168-173

21. Махмонов Лутфулла Сайдуллаевич, Ризаев Жасур Алимжанович, Гадаев Абдигаффор Гадаевич HELICOBACTER PYLORI VA УНИ ТЕМИР ХАМДА ВИТАМИН В12 ТАНҚИСЛИГИ КАМҚОНЛИГИ ЮЗАГА КЕЛИШИДАГИ АҲАМИЯТИ. Проблемы биологии и медицины. 2021, №5 (130). с. 215-218

22. А.Г Гадаев, Л.С Махмонов, Ф.Х Маматкулова Helicobacter pylori билан ассоциацияланган темир ва витамин в12 танқислиги камқонликларидан яллиғланиш цитокинларининг айрим лаборатор кўрсаткичлар билан ўзаро боғлиқлиги. БИОЛОГИЯ ВА ТИББИЁТ МУАММОЛАРИ 2022, № 5 (139) 32-37

23. Mamatkulova F.Kh. Shomurodov K.E., Temirov N. N. Significance. Of Helicobacter Pylori In Iron Deficiency. International Journal for Research in Applied. Science & Engineering Technology (IJRASET) ISSN: 2321-9653; Volume.9 Issue XII Dec.2021. <https://doi.org/10.22.214/ijraset.2021.39443.1103-1106>

24. Махмонов Л.С., Маматкулова Ф.Х., Холикулов Б.Ё. Тромбоцитопатия билан касалланган аёлларда тухумдон апоплексияси асоратини даволаш тамойиллари Биология ва тиббиёт муаммолари 2022, №1. УДК: 615.3:617.01.134 ISSN 2181-5674 61-67с.

25. Makhmonov L.S., Rizaev Jh. Alimjanovich, Gadayev A. Gadayevich, Turakulov R. Ismailovich. ASSESSMENT OF EXTERNAL FACTORS INVOLVED IN PREDICTION OF IRON DEFICIENCY ANEMIA ASSOCIATED WITH HELICOBACTER PYLORI Биомедицина ва амалиёт журнаלי. ISSN 2181-9300. №4.2022. 436-445 бет. DOI Journal 10.26739/2181-9300.

26. КМ Абдиев. Оптимизация тактики трансфузий концентратов тромбоцитов у больных с амегакариоцитарными тромбоцитопениями. Диссертации на соискание ученой степени кандидата ... Всесоюзный гематологический научный центр. 1991 г.

27. ON Ruziboeva, KM Abdiev, AG Madasheva, FK Mamatkulova MODERN METHODS OF TREATMENT OF HEMOSTASIS DISORDERS IN PATIENTS WITH RHEUMATOID ARTHRITIS Ученый XXI века 78 (7), 8-11.

28. KM Abdiev, FK Mamatkulova, KM Shomirzaev. STRUCTURE OF COMORBIDITY IN IDIOPATHIC THROMBOCYTOPENIC PURPLE ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal 12 (12), 52-56

29. Маматова Н.Т. Опыт применения краткосрочных курсов лечения у больных туберкулёзом с множественной лекарственной устойчивостью в Самаркандской области. Вестник научно-исследовательского института туберкулёза, 106-107, 2020.

30. Маматова Н. Силга қарши даволаш чораларининг қалқонсимон безининг фаолиятига таъсири //Журнал вестник врача. – 2020. – Т. 1. – No. 4. – С. 31-35.

31. Маматова N., Ходжаева S., Ашуров A., Абдухакимов В. (2022). Влияние туберкулеза легких на психическое состояние подростков. Журнал гепатогастроэнтерологических исследований, 2(3.2), 114–117. извлечено от <https://inlibrary.uz/index.php/hepato-gastroenterological/article/view/2454>