

Date: 17th March-2026

GASTRIT KASALLIKINING BELGISI SABABI VA UNI DAVOSI.

Matchanova Umida

Xiva Abu Ali Ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Annotatsiya; Gastrit Hindistonda yoshlar va kattalar orasida keng tarqalgan hodisaga aylandi, chunki bizning taomimizda ko'p miqdorda ziravorlar mavjud. Hozirgi turmush tarzi toq soatlarda ishlash, toq soatlarda ovqatlanish, yarim tunda biryani ovqat hazm qilish tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Keling, gastrit haqida ko'proq bilib olaylik, uning asosiy sabablari, belgilari va davolash usullari.

Kalit so'zi; Gastrit ,*helicobacter pylori*.

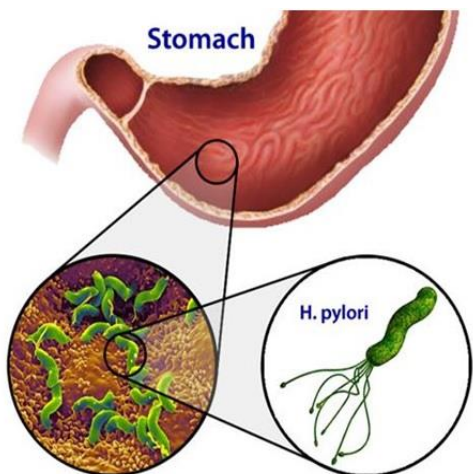
KIRISH

Gastrit - oshqozon shilliq qavatining yallig'lanishi, tirnash xususiyati yoki eroziyasi. U to'satdan qisqa epizod (o'tkir) yoki uzoq davom etishi mumkin (surunkali). Gastrit aholining yarmiga ta'sir qiladi, deb ishoniladi. Odamlar yoshi ulg'aygan sari kasallik tez-tez uchraydi. Achchiq ovqat gastrit sabablaridan faqat biri hisoblanadi. Keling, boshqalarni batafsil ko'rib chiqaylik.

Gastritning keng tarqalgan sabablari quyidagilardan iborat:

***Helicobacter pylori* (H. pylori):**

H. pylori odatda oshqozon shilliq qavatida joylashgan bakteriyadir. H.pylori ko'pchilik odamlarning oshqozon shilliq qavatida mavjud bo'lib, u oshqozonning tabiiy ekologiyasida muhim rol o'ynaydi. Biroq, ba'zida bu infektsiyaga va surunkali gastritning rivojlanishiga olib keladi va ba'zi odamlarda oshqozon yarasi, oshqozon neoplaziyalari va boshqalar kabi boshqa asoratlarga o'tadi. oshqozon saratoni.



Pernicious anemia:

Bir turi anemiya Bu oshqozonda B12 vitaminini to'g'ri so'rish va hazm qilish uchun zarur bo'lgan tabiiy modda yo'q bo'lganda paydo bo'ladi. B12 vitaminini so'rish qobiliyatini yo'qotish kattalardagi B12 vitamini etishmasligining eng keng tarqalgan sababidir.

Safro reflyuksi:

Safro yo'llaridan oshqozonga safroning teskari oqimi. O't yo'llari jigar va o't pufagini bog'laydi. Safro jigar tomonidan ishlab chiqariladigan sarg'ish suyuqlikdir OITS ingichka ichakda lipidlarni hazm qilishda. Oshqozondagi safroning teskari oqimi salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

NSAIDlardan foydalanish:

Date: 17th March-2026

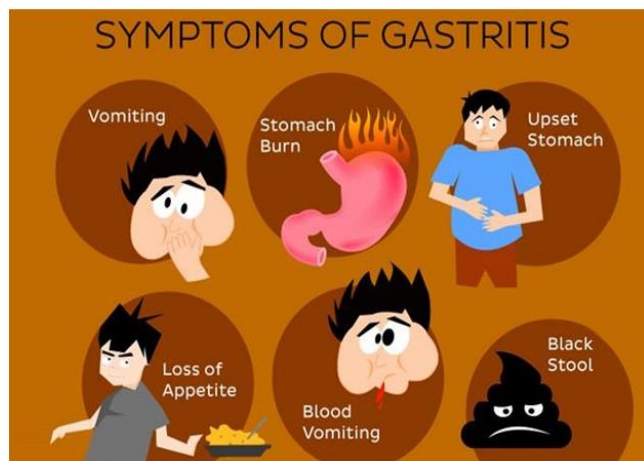
Nosteroid yallig'lanishga qarshi dorilar - bu og'riqni yo'qotish va og'riq qoldiruvchi vositalarni birlashtiradigan dorilar guruhi. isitma ta'sirlarni kamaytiradi. NSAIDlarni uzoq muddat qo'llash oshqozon yarasiga aylanishi mumkin bo'lgan oshqozon eroziyasini keltirib chiqaradi.

Gastritning kamroq tarqalgan sabablari orasida spirtli ichimliklarni haddan tashqari iste'mol qilish, chekish, og'ir kasallik, surunkali qusish, stress va otoimmün muammolardan kelib chiqadigan tirnash xususiyati kiradi.

Gastrit belgilari

Gastritning belgilari odamdan odamga farq qiladi. Og'ir gastrit hech qanday alomatsiz bo'lishi mumkin. Aksincha, oshqozon shilliq qavatidagi kichik o'zgarishlarga qaramay, og'ir oshqozon belgilari mavjud bo'lishi mumkin. Biroq, eng keng tarqalgan alomatlardan ba'zilari o'z ichiga oladi

- Qorinning yuqori qismida og'riq yoki noqulaylik (eng keng tarqalgan simptom)
- Belching, bu og'riqni engillashtirmaydi yoki uni qisqa vaqt ichida engillashtiradi
- Bulantı va qusish. Kusishning og'irligi oshqozon yallig'lanish darajasiga bog'liq.
- Ovqatlanish oralig'ida yoki kechasi oshqozonda yonish yoki kemirish hissi
- Ko'krak og'rig'i yoki kuchli oshqozon og'rig'i
- Qonli ichak harakatlari yoki qorong'u, juda yomon hidli axlat



- Gastrit diagnostikasi

Gastrit diagnostikasi kasallik tarixini to'liq ko'rib chiqish va to'liq jismoniy baholashni o'z ichiga oladi. Gastroenterolog bemordan simptomlar, to'liq tibbiy tarix, turmush tarzi va odatlari, shuningdek bemor tomonidan qabul qilingan dori-darmonlar haqida suhbat o'tkazadi. Umuman olganda, bu ma'lumot ko'p odamlarda tashxis qo'yish uchun etarli. Ba'zan borish tavsiya etiladi

- **Endoskopni** - yallig'lanish darajasini aniqlash va amalga oshirishi mumkin biopsiya.
- **Qon tahlillari** – Sizda anemiya bor-yo'qligini aniqlash uchun qizil qon tanachalari sonini tekshirish, H. pylori bakteriyalari borligini aniqlash uchun H. pylori testi va boshqalar kabi turli xil qon testlari talab qilinishi mumkin.

- **Najas testi** – Bu test borligini tekshiradi axlatda qon, gastrit belgisi

Gastritni davolash

Gastrit tashxisi tasdiqlangach, davolanishni boshlash mumkin. Davolash, ma'lum darajada, gastritning sababiga bog'liq. Gastritni davolash odatda o'z ichiga oladi



Date: 17th March-2026

- Oshqozon kislotasini kamaytirish uchun antasidlarni qabul qilish
- H. pylori infektsiyasidan kelib chiqqan gastrit uchun sizga bir nechta antibiotiklar va kislota blokirovka qiluvchi dori buyuriladi.
- Agar gastritning sababi zararli anemiya bo'lsa, u holda B12 vitamini in'ektsiyalari beriladi
- Tuzlangan bodring, qalampir va juda sho'r oziq-ovqat mahsulotlari kabi issiq va achchiq ovqatlardan voz kechish
- Laktoza va kleykovina kabi bezovta qiluvchi oziq-ovqatlarni dietangizdan chiqarib tashlash
- Kofein, alkogolli ichimliklar, limon kislotali ichimliklar va alkogolsiz ichimliklarni kamaytiring.
- Oshqozoningizni ortiqcha yuklamang. Oddiy sabzavotli güveç sizga eng ko'p yordam beradi.

Agar asosiy sabab aniqlansa va tuzatilsa, bemorning oshqozoni ko'pincha vaqt o'tishi bilan tuzalib ketadi. Odatda mutaxassis shifokorga, ehtimol gastroenterologga murojaat qilish tavsiya etiladi.

Gastrit uchun parhez

Kichikroq, tez-tez ovqatlanish va achchiq, kislotali, qizarib pishgan yoki yog'li ovqatlardan voz kechish simptomlarni kamaytirishga yordam beradi. Ismaloq, bodring, qalampir kabi gidroksidi bo'lgan oziq-ovqatlarni iste'mol qilish og'riqni kamaytirishga yordam beradi va oshqozonga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. H. pylori o'sishini to'xtatuvchi va oshqozon belgilarini tinchlantiradigan oziq-ovqat kiradi



- Yashil choy
- Yogurt
- Sabzi sharbati
- Hindiston yong'og'i suvi
- Yashil bargli sabzavotlar
- Piyoza va sarimsoq
- Olma, yangi mevalar va rezavorlar

