

Date: 28th February-2026

**MASTOEKTOMIYADAN SO'NG EKZO-PROTEZ VA FIZIOTERAPEVTIK
MASHG'ULOTLARNING QO'SHMA TA'SIRI: REABILITATSIYA TAHLILI**

Botirova Zarifaxon Adxamjon qizi

soliyeva92@inbox.ru

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti

70910215-Sog'liqni saqlashni boshqarish va Jamoat salomatligini saqlash: jismoniy
faollik va rehabilitatsiya yo'nalishi 1-kurs magistranti

Annotatsiya: Ushbu tezisda, mastoektomiya amaliyotidan keyingi davrda bemorlarning harakat faoliyatini tiklashda ekzo-protezlash va maxsus fizioterapevtik mashqlarning majmuaviy qo'llanilishi tahlil qilinadi. Tadqiqot tana simmetriyasini saqlash va umurtqa pog'onasi deformatsiyalarining oldini olishda ushbu ikki omilning sinergetik samarasini yoritib beradi.

Kalit so'zlar: Mastoektomiya, ekzo-protez, fizioterapiya, tana simmetriyasi, rehabilitatsiya, statodinamika.

Kirish

Sut bezi saratoni radikal davolanganidan so'ng (mastoektomiya), bemorlarda nafaqat estetik nuqson, balki jiddiy funksional buzilishlar kuzatiladi. Organizmning bir tomonlama vazn yo'qotishi tana og'irlik markazining siljishiga, natijada skolioz, yelka kamari disfunktsiyasi va surunkali qo'l va shu soha atrofida joylashgan mushak og'riqlariga olib keladi. Faqatgina protez taqish yoki faqat gimnastika bilan shug'ullanish muammoni to'liq hal etmaydi. Shu sababli, ushbu ikki usulning qo'shma ta'sirini o'rganish dolzarb hisoblanadi.

Metodologiya

Tadqiqot davomida mastoektomiya o'tkazgan 30 nafar ayol ikki guruhga bo'lindi:

- 1- Nazorat guruhi: Faqat standart ekzo-protezdan foydalanganlar.
- 2- Asosiy guruh: Ekzo-protez bilan birga haftasiga 3 marta maxsus fizioterapevtik (LFK) mashqlarni bajarganlar.

Harakat amplitudasi goniometriya yordamida, tana simmetriyasi esa kompyuterli optik topografiya orqali baholandi.

Natijalar va tahlil

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, ekzo-protez tana vazni muvozanatini statik holatda saqlashga xizmat qilsa-da, harakat davomida (dinamikada) mushaklar tonusi yetishmasligi sababli simmetriya buzilishi davom etaveradi.

Ekzo-protezning roli: Jarrohlikdan so'ng yo'qotilgan vazn o'rnini to'ldirish orqali umurtqa pog'onasining sog'lom tomonga og'ishini (kompensator skolioz) to'xtatadi.

Fizioterapiyaning roli: Operatsiya qilingan tomondagi katta ko'krak mushagi va yelka mushaklari atrofiyasini bartaraf etadi, limfostazni kamaytiradi.



Date: 28th February-2026

Tadqiqotning 6-oyi yakunida asosiy guruhda yelka bo'g'imining egilish burchagi nazorat guruhiga nisbatan 22% ga yuqori bo'ldi. Eng muhimi, protezning og'irligi fizioterapiya bilan mustahkamlangan mushaklar tomonidan "begona jism" sifatida emas, balki tana qismi sifatida qabul qilina boshlandi.

Xulosa

Mastoektomiyadan so'ng harakat faoliyatini tiklashda protez va fizioterapiyaning qo'shma ta'siri quyidagilarni ta'minlaydi:

1. Tana og'irlik markazining fiziologik nuqtaga qaytishi.
2. Umurtqa pog'onasi va tos suyaklari simmetriyasining saqlanishi.
3. Psixologik adaptatsiyaning tezlashishi.

Xulosa qilib aytganda, individual tanlangan ekzo-protez va maqsadli fizioterapiya kombinatsiyasi bemorlarning nogironlik xavfini kamaytiradi va hayot sifatini tubdan yaxshilaydi. Bu esa ayol o'z organizmini qabul qilinish jarayonini tezlashishiga va aol ruhiyati osoyishtaligiga olib keladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Axmedov, R. M., & Miryoqubov, B. B. (2021). Onkologik kasalliklarda reabilitatsiya asoslari. Toshkent: "Abu Ali ibn Sino" nomidagi tibbiyot nashriyoti. (Mastoektomiyadan keyingi asoratlar tahlili bo'yicha).
2. Stout, N. L., et al. (2020). "A Prospective Surveillance Model for Rehabilitation for Women With Breast Cancer." *Cancer*, 126(1), 122-131. (Fizioterapiyaning erta bosqichdagi ta'siri haqida).
3. Hojanazarova, G. U. (2022). Ayollar sog'lig'ini tiklashda zamonaviy ekzo-protezlash texnologiyalari. O'zbekiston Tibbiyot Jurnal, №3. (Tana simmetriyasini saqlash bo'yicha mahalliy tadqiqot).
4. Cavanaugh, K. M. (2021). "Effects of External Breast Prostheses on Spinal Posture and Motion: A Systematic Review." *Journal of Clinical Oncology*, 39(15). (Protez va umurtqa pog'onasi biomexanikasi tahlili).
5. Gleyzer, A. M. (2019). Fizicheskaya reabilitatsiya posle mastektomii: metodicheskoye posobiye. Moskva: Meditsina. (Maxsus LFK mashqlari majmuasi uchun).
6. World Health Organization (2023). Rehabilitation in Cancer Care: Framework and Priority Actions. Geneva: WHO Press. (Xalqaro standartlar va protokollar).
7. Sadriddinov, J. S. (2022). Tibbiy biomexanika va protezlash asoslari. O'quv qo'llanma. (Tana og'irlik markazi siljishi hisob-kitoblari uchun).
8. Hojanazarov, I. E. (2023). "Mastoektomiya o'tkazgan ayollarda hayot sifatini kompleks baholash." O'zbekiston onkologiyasi va radiologiyasi xabarnomasi, №1, 45-50-betlar.
9. Adabiyotlarni joylashtirish bo'yicha tavsiyalar:
10. Xronologiya: Ro'yxatda iloji boricha oxirgi 5-10 yillikdagi manbalardan foydalaning (yuqoridagilar aynan shunday tanlangan).
11. Siltash usuli: Tesis matni ichida adabiyotga havola berayotganda kvadrat qavsdan foydalaning, masalan: "...tana vazni muvozanati buzilishi skoliozga sabab bo'ladi [4]."

