

**ARTERIAL GIPERTENZIYA SINDROMI. GIPERTONIYA KASSALIGI. XAVF  
OMILLARI. PATOGENIZI. TASNIFI. KLINIKASI. DIAGNOSTIKASI. SIMTOMATIK  
ARTERIAL GIPERTENZIYZSI. TASNIFI.**

**Qurbonova Sevinch Farxod qizi**

**Bekmirzayeva Muxlisa Sherali qizi**

**Yusupova Muqaddas Jamshidbek qizi**

**Abduraimova Vazira Jamoliddin qizi**

**Muallif: Toshkent Tibbiyot Akademiyasi talabasi**

**Annotatsiya:** *Mazkur maqolada gipertenziya kasalligi va uning kelib chiqish patogenizi haqida yoritilgan, gipertenziyani keltirib chiqaradigan sabablari, xavfli omillari, klinikasi, simptomlar, diagnostikasi haqida ma'lumot berilgan, sog'lom turmush tarziga amal qilish, zararli omillardan vos kechish kerakligi haqida ma'lumotlar bor, qon bosimini oshiradigan zararli omillar masalan ortiqcha vazn, chekish, kam harakatlik, notug'ri ovqatlanish kabi odatlardan vos kechish kerakligi aytilgan.*

**Аннотация:** *В данной статье описан патогенез артериальной гипертензии и ее происхождение. Дана информация о причинах, факторах риска, клинике, симптомах, диагностике артериальной гипертензии. Имеются сведения о необходимости вести здоровый образ жизни и избегать вредных факторов. Следует избегать вредных факторов, повышающих артериальное давление, таких как избыточный вес, курение, недостаток движения, неправильное питание и т. д.*

**Annotation:** *This article describes the pathogenesis of hypertension and its origin. Information about causes, risk factors, clinic, symptoms, diagnosis of hypertension is given. There is information about the need to follow a healthy lifestyle and avoid harmful factors. Harmful factors that increase blood pressure, such as excess weight, smoking, lack of movement, improper diet, etc., should be avoided.*

Gipertenziya (giper... va lotincha Tensio — kuchayish) — aslida qon tomirlari, organizm kovak a'zolari, bo'shliqlari va to'qimalarda gidrostatik bosimning ortishini anglatuvchi umumiy tushuncha. Gipertenziya termini ko'proq kalla ichki bosimi va kon tomirlari (arteriya va vena) bosimi oshganda qo'llanadi (qarang Gipertoniya kasalligi). Gipertenziya holati ayrim kasalliklar belgisi bo'lishi yoki ba'zan shu a'zolar bosimining muntazam ortishi, ular faoliyatining izdan chiqishiga olib kelishi mumkin. Goho sog'lom kishilarda ham gipertenziya kuzatiladi va hech qanday asorat qoldirmay, tezda o'tib ketadi. Gipertenziyaning oldini olish uchun uni vaqtida aniqlab davolatish va unga sabab bo'ladigan omilni bartaraf etish lozim. Arterial gipertenziya bu qon aylanishining tizimli doirasidir.

Gipertenziya (HTN yoki HT), shuningdek, yuqori qon bosimi (HBP) sifatida ham tanilgan, arteriyalarda qon bosimi doimiy ravishda ko'tarilgan uzoq muddatli tibbiy

holatdir[1]. Uzoq muddatli yuqori qon bosimi insult, koronar arteriya kasalligi, yurak yetishmovchiligi, atriyal fibrilatsiya, periferik arterial kasalliklar, ko‘rish qobiliyatini yo‘qotish, surunkali buyrak kasalligi va demans uchun asosiy xavf omilidir. Gipertenziya butun dunyo bo‘ylab erta o‘limning asosiy sababidir.

Yuqori qon bosimi birlamchi (asosiy) yoki ikkilamchi gipertenziya deb tasniflanadi. Taxminan 90-95 % holatlar birlamchi bo‘lib, o‘ziga xos bo‘lmagan turmush tarzi va genetik omillar tufayli yuqori qon bosimi sifatida aniqlanadi. Kasallik xavfni oshiradigan turmush tarzi omillari orasida dietada ortiqcha tuz, ortiqcha tana vazni, chekish va spirtli ichimliklarni tartibsiz iste‘mol qilish natijasida yuzaga keladi.. Qolgan 5-10 % hollarda surunkali buyrak kasalligi, buyrak arteriyalarining torayishi, endokrin kasalliklar yoki tug‘ilishni nazorat qilish tabletkalarini qo‘llash kabi aniqlanganligi tufayli, yuqori qon bosimi sifatida tavsiflangan ikkilamchi yuqori qon bosimi deb tasniflanadi

Qon bosimi ikkita o‘lchov bo‘yicha tasniflanadi: sistolik va diastolik bosim. Mos ravishda maksimal va minimal bosimdir. Ko‘pgina kattalar uchun dam olishda normal qon bosimi sistolik simob (mmHg) 100-130 millimetr va diastolik 60-80 mmHg oralig‘ida yuz beradi. Aksariyat kattalar uchun qon bosimi doimiy ravishda 130/80 yoki 140/90 mmHg dan yuqori bo‘lsa, yuqori qon bosimi mavjud deb hisoblanadi. Bolalar uchun turli raqamlar qo‘llanadi

Turmush tarzini o‘zgartirish va dori-darmonlar qon bosimini pasaytirishi va sog‘liq uchun asoratlar xavfini kamaytirishi mumkin. Turmush tarzi o‘zgarishi vazn yo‘qotish, jismoniy mashqlar, tuz iste‘molini kamaytirish, spirtli ichimliklarni iste‘mol qilishni kamaytirish va sog‘lom ovqatlanishni o‘z ichiga oladi. Agar turmush tarzini o‘zgartirish yetarli bo‘lmasa, u holda qon bosimida dori vositalari qo‘llanadi. Bir vaqtning o‘zida qabul qilingan uchta dori 90 % odamlarda qon bosimini nazorat qila oladi. O‘rtacha yuqori arterial qon bosimini (>160/100 mmHg sifatida aniqlanadi) dori vositalari bilan davolash umr ko‘rish davomiyligini oshirish bilan bog‘liq. Qon bosimini davolashning ta’siri 130/80 orasida mmHg va 160/100 mmHg unchalik aniq emas. Yuqori qon bosimi butun dunyo aholisining 16 dan 37 foizigacha ta’sir qiladi. 2010-yilda 18 foiz o‘limga gipertenziya sabab bo‘lgani aniqlandi. Dunyo bo‘yicha 9,4 million kishi aynan gipertenziyadan vafot

Arterial gipertenziya va gipertoniya kasalligi

Bosh sahifa Kardiologia Arterial gipertenziya va gipertoniya kasalligi

DIAGNOSTIKA VA DAVOLASH

Diyabetda yurak kasalliklarini oldini olish usullari

Exokardiografiya (ExoKG)

Surunkali yurak yetishmovchiligi – davolash

Aritmiyani davolash

Yurak ishemik kasalligini davolash

Arterial gipertenziani davolash

## Xolter EKG monitoringi

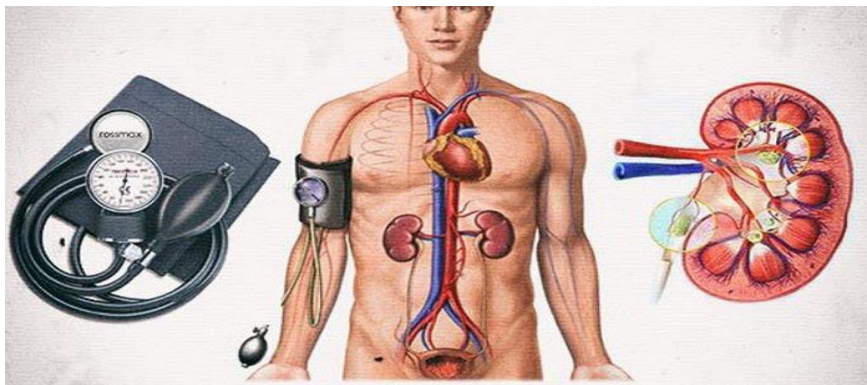
### KASALLIKLAR

#### Arterial gipertenziya va gipertoniya kasalligi.

Arterial gipertenziya, gipertoniya, yuqori qon bosimi – yurak qon-tomir kasalliklari rivojlanishida eng muhim rol o‘ynaydigan omil hisoblanadi, bu kabi asoratlardan eng xavflisi infarkt va insultdir. Ko‘pchilik yoshi katta insonlar bu muammodan aziyat chekadilar, ammo hozirgi kunda arterial qon bosimning yuqori bo‘lishi o‘rta yoshdagi va yosh insonlarda ham uchrab turibdi. Tanometr ko‘rsatkichi qachon xavfli hisoblanadi? Gipertonik kriz vaqtida birinchi yordam qanday ko‘rsatiladi? Yuqori qon bosimi kasallikning erta bosqichlarida qanday chora tadbirlar qo‘llash kerak? Ushbu maqola orqali bu haqida ma’lumot berib o‘tamiz.

#### Qon bosimi oshishi sabablari

Katta yoshdagi odam qon bosimi normal ko‘rsatkichi – sistolik (yuqori ko‘rsatkich) bosim 120 mm.Hg ustuni va diastolik (past ko‘rsatkich) bosim 80 mm.Hg ustuniga teng bo‘lishidir. Birinchi ko‘rsatkich yurak qisqargan vaqtida paydo bo‘ladi, ikkinchi bosim esa yurak bo‘shashganda. Albatta, bu ko‘rsatkichlar nisbiy o‘rtacha qilib olingan, har bir organizmning o‘zi uchun normal qon bosimi bor. Gipertoniya deganda qon bosimining 140 mm.Hg ustunidan yuqori bo‘lgan holatlar tushuniladi, diastolik ko‘rsatkich esa 90 mm.Hg ustunidan yuqori bo‘lishi. Bu ko‘rsatkichlardan yuqori bo‘lgan qon bosim maxsus davo chora tadbirlarini talab etadi. Agar arterial qon bosimi 180 ga 110 ko‘rsatkichlarda bo‘lsa va undan ham ortsa, zudlik bilan tibbiy yordam ko‘rsatilishi zarur.



Gipertenziya olib keladigan xavf omillariga quyidagilar kiradi:

1. Oziqlanish: Tuzga boy, yog‘li yoki yuqori kaloriya iste‘moli.
2. Jismoniy faollik: Kam harakatlilik.
3. Og‘irlik: Semizlik yoki ortiqcha vazn.
4. Spirtli ichimliklar: Ko‘p miqdorda iste‘mol qilish.
5. Stress: Uzoq muddatli stress holatlari.
6. Genetika: Oilaviy tarixda gipertenziya.
7. Yosh: Keksayish bilan xavf oshadi.
8. Boshqa kasalliklar: Qandli diabet, buyrak kasalliklari.

Ushbu omillarni nazorat qilish gipertenziya xavfini kamaytirishi mumkin

Gipertenziyaning klinikasi bilan shug'ullanishda quyidagi asosiy choralarni ko'rish muhim:

1. Qon bosimini muntazam o'lchash: Qon bosimini har doim nazorat qilish va o'lchash, uning yuqori bo'lishini aniqlash uchun zarur.
2. Oziqlanishni yaxshilash: Tuz iste'molini cheklash, meva va sabzavotlarni ko'proq iste'mol qilish va yog'siz protein manbalarini tanlash tavsiya etiladi.
3. Jismoniy faoliyat: Har kuni kamida 30 daqiqa o'rtacha jismoniy faoliyat (yurish, yugurish) qilish.
4. Stressni boshqarish: Meditatsiya, yoga yoki nafas olish mashqlari kabi stressni kamaytirish usullarini qo'llash.
5. Dori-darmonlarni qabul qilish: Doktor tomonidan belgilangan gipertenziya dorilarini muntazam ravishda qabul qilish zarur.
6. Sog'liqni nazorat qilish: Shifokor bilan muntazam ravishda uchrashib, sog'liq holatini nazorat qilish va dori-darmonlar samaradorligini baholash.
7. Chekishni to'xtatish: Chekish gipertenziya xavfini oshiradi, shuning uchun uni to'xtatish muhim.

Bu choralar gipertenziyaning oldini olish va davolashda samarali bo'lishi mumkin. Har doim shifokor bilan maslahatlashish zarur.

Gipertenziya, arterial qon bosimining doimiy ravishda yuqori bo'lishi bilan tavsiflanadi. Uning patogenizida bir qancha mexanizmlar ishtirok etadi:

1. Genetik omillar: Oilaviy tarixda gipertenziya bo'lgan bemorlarda kasallik rivojlanish xavfi oshadi.
2. Kardiovaskulyar tizim: Yurakning qoni pompasi, qon tomirlarining tortishishi va kengayishi qon bosimini ta'sir qiladi. Kardiomiopatiya yoki yurak yetishmovchiligi gipertenziyaga olib kelishi mumkin.
3. Renin-anjiyotenzin tizimi: Renin fermenti angiotenzin II ga aylanishi, qon tomirlarini toraytirishi va natriy qaytarish mexanizmlari orqali qon bosimini oshirishi mumkin.
4. Natriy va suyuqlik muvozanati: Organizmda ortiqcha natriy va suyuqlik to'planishi qon bosimini oshiradi.
5. Autonom nerv tizimi: Simpatik nerv tizimining faolligi qon tomirlarini toraytirishi va yurak urishini oshirishi mumkin.
6. Oziqlanish va turmush tarzi: Kichik natriy iste'moli, yuqori tuzli ovqatlar, chekish va jismoniy harakatsizlik gipertenziya xavfini oshiradi.

Simptomatik arterial gipertenziya, boshqa kasalliklar yoki holatlar natijasida rivojlanadigan qon bosimining yuqoriligi sifatida tavsiflanadi. Bunday gipertenziya muayyan sabablar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Uning asosiy sabablari quyidagilar:

1. Buyrak kasalliklari: Glomerulonefrit, polycystic buyrak kasalligi yoki buyrak arteriyasi stenozi gipertenziyaga olib kelishi mumkin.

2. Endokrin kasalliklar: Cushing kasalligi, feokromotsitoma yoki aldosteronizm qon bosimini oshirishi mumkin.

3. Kardiovaskulyar kasalliklar: Yurak yetishmovchiligi, aortaning stenoz yoki boshqa yurak kasalliklari gipertenziyani keltirib chiqarishi mumkin.

4. Dori-darmonlar: Ba'zi dorilar, masalan, kortikosteroidlar yoki oral kontratseptivlar, qon bosimini oshirishi mumkin.

5. Giyohvandlik va spirtli ichimliklar: Spirtli ichimliklar, narkotiklar yoki boshqa kimyoviy moddalar ham gipertenziya sababchisi bo'lishi mumkin.

#### Klinik belgilari

Simptomatik gipertenziya belgilariga quyidagilar kiradi:

- Bosh og'rig'i
- Dastlabki bosqichda asabiylik yoki uyquchanlik
- Ko'rish qobiliyatining pasayishi
- Qon bosimini o'lchaganda yuqori ko'rsatkichlar

#### Diagnostika va davolash

1. Anamnez va fizik tekshirish: Bemorning tarixini o'rganish va qon bosimini o'lchash.

2. Laboratoriya va instrumental tekshiruvlar: Buyrak funksiyasi, qon tahlillari, EKG va ekokardiografiya.

3. Asosiy kasallikni davolash: Simptomatik gipertenziyaning asosiy sababilar. aniqlash va uni davolash zarur.

4. Antihipertensiv dorilar: Agar zarur bo'lsa, qon bosimini boshqarish uchun dorilar belgilanishi mumkin.

Gipertenziyaning diagnostikasi bir qancha bosqichlardan iborat:

1. Tarjimai hol: Bemorning anamnezini o'rganish, oilaviy tarix, qon bosimi ko'rsatkichlari, turmush tarzi va boshqa sog'liq muammolari haqida ma'lumot to'plash.

2. Fizik tekshirish: Qon bosimini, yurak urishini, nafas olishni o'lchash. Qon tomirlarining holatini baholash uchun pulsni tekshirish.

3. Qon bosimini o'lchash: Muntazam ravishda qon bosimini o'lchash, 140/90 mm Hg dan yuqori natijalar gipertenziya belgilari hisoblanadi.

4. Laboratoriya tekshiruvi:

- Qon tahlillari: Qon guruhi, umumiy qon tahlili, lipid profili, qand darajasi va buyrak funksiyasini baholash.

- Siydik tahlili: Siydikda oqsil, qand yoki boshqa anomaliyalarni aniqlash.

5. Instrumental tekshirish:

- EKG (elektrokardiogramma): Yurak faoliyatini baholash uchun.

- Ekokardiografiya: Yurak tuzilishini va funksiyasini o'rganish.

- Qon tomirlarini tasvirlash: Doppler ultratovush, angiografiya va boshqalar orqali.

6. 24 soatlik qon bosimini monitoring qilish: Bemorning qon bosimini davomiy ravishda kuzatish, bu gipertenziyaning davomiyligini aniqlashda yordam beradi.

Gipertenziya diagnostikasida har bir bemor uchun individual yondashuv muhimdir. Shifokor belgilangan tahlillar va tekshiruvlar asosida to‘g‘ri tashxis qo‘yadi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

- 1.<https://med24.uz/uz/bolezni/arterialnaya-gipertenziya>
- 2.<https://med24.uz/uz/bolezni/arterialnaya-gipertenziya>
- 3.<https://tibbiyot.info/>
- 4.<https://med24.uz/uz/bolezni/arterialnaya-gipertenziya>