

ORTIQCHA TANA VAZNIGA OLIB KELUVCHI SABABLAR VA ULARNI ANIQLASH USULLARI

Ismatov D.H., 207-guruh I – pediatriya va xalq tabobati fakulteti

Ilmiy rahbar: dosent Rasulova N. F.

TosPTI, Jamoa salomatligi va sog'ligini saklashni boshqarish kafedrası

Annotasiya: Ortiqcha tana vaznini oldini olish va davolash zamonaviy tibbiyotning asosiy muammolaridan biridir. Semirib ketish eng keng tarqalgan kasalliklardan biri hisoblanadi. Kilogrammi yo'qotishning ko'plab usullari mavjud: 633art av, vazn yo'qotish uchun choy, jarrohlik aralashuvlar va an'anaviy Xitoy tibbiyotining shifokorlari uzoq vaqt davomida akupunktur 633art ava yo'qotishning samarali usuli sifatida ishlatishgan. Maqolamda patentlangan akupunktur texnikasi va ularning qiyosiy tavsiflari haqida qisqacha ma'lumot beraman.

Mavzuning dolzarbligi: Ortiqcha tana vazn – teri osti to'qimasida, organlarida va to'qimalarda ortiqcha yog' birikmalaridir. Yog' to'qimasi tufayli o'rtacha qiymatlarning 20% yoki undan ko'p foiziga tana vaznining oshishi bilan namoyon bo'ladi. Psixik-jismoniy bezovtalikni keltirib chiqaradi, jinsiy kasalliklarga, orqa miya 633art 'g'implarning kasalliklariga olib keladi. Ateroskleroz, yurak kasalligi, gipertenziya, miyokard infarkti, qon tomirlari, diabet, buyrak shikastlanishi, jigar, shuningdek, ushbu kasalliklardan nogironlik va o'lim xavfini oshiradi. Semizlikni davolashda eng samarali 3 komponentlaridan foydalanish: diet, mashqlar va bemorning tegishli psixologik tuzatilishi hisoblanadi. Semizlikning rivojlanishi ko'pincha oziq – ovqat va tananing energiya xarajatlari bilan energiya iste'moli o'rtasidagi muvozanatning buzilishi bilan bog'liq. Ortiqcha kaloriyalar (asosan teri osti to'qimasida, bezlar, qorin devori, ichki organlar, va boshqa organlarda to'planishi mumkin) tanada to'plangan yog'ga aylanadi, yog' zahiralarning o'sishi tana vaznining o'sishiga va ko'plab tana tizimlarining noto'g'ri ishlashiga olib keladi. Akupunktur butun 633art ava faoliyatini tartibga 633art a va muvofiqlashtiradi. Bizda asab tizimi, Lokomotiv tizimi, qon tomir tizimi bo'lgani kabi, har bir odamda asab tizimlari deb ataladigan tizim mavjud. Faol bu nuqtalar o'zaro teri yuzasi ostida joylashgan orbitalar (meridianlar) ga bog'langan. Har bir meridianning ichki kurslari ham bor va ular tanadagi muayyan organlar bilan bog'lanadi. Bu nuqtalar va meridianlar tizimida 633art ava uchun muhim bo'lgan qismi va axborot energiyasi o'tadi. Meridianlar faoliyati uning qoidalariga ega va bioritmologik qonuniyatlar bilan boshqariladi. So'nggi bilimlarga ko'ra meridianlar, mikrosistemalar deb ataluvchi meridianlarni hosil qiladi.

Energiya-organizm hayoti uchun zarur bo'lgan axborotni saqlovchi, uzatuvchi va qabul qiluvchi axborot tarmogini faoliyatini amalga oshiradi.

Semizliklik-tana yog' birikmasidir, bu esa tana vaznining oshishiga olib keladi va tananing yog' zahirasida ortiqcha yog' birikishi bilan tavsiflanadi. Oziq-ovqat bilan ortiqcha kaloriyalarni iste'mol qilish natijasida kelib chiqadi. Shuni ta'kidlash kerakki, semirib ketish tananing turli sohalarida ko'plab patologik asoratlarga olib keladi, bu ko'pincha insonni jamiyatga moslashishni qiyinlashtiradi va uning ijtimoiy va shaxsiy aloqalarini cheklaydi. Semirib ketish yurak-qon tomir kasalliklari xavfini oshiradi, mushaklar-skelet tizimi, endokrin, reproduktiv, nafas olish, gastroenterologik va boshqa muhim tizimlar muammolarini keltirib chiqaradi. Erkaklar uchun semizlik erta o'lim xavfini sababchisi bo'ladi. Statistikaga ko'ra, tana vazni ortiqcha bo'lgan odamlar munosib ish topishlari qiyin va ular yolg'iz qolish ehtimoli ko'proq, doimiy tahdid qilish uchun ko'proq sabablar bo' r. Bu xususiyatlar vaziyatni yanada kuchaytiradi, nevrozlar va depressiyani rivojlanishiga olib keladi, natijada bir xil ayanchli doira shakllanadi.

Ortiqcha tana vaznining kelib chiqishi va rivojlanishining sabablari orasida murakkab 634art ava634, neyrokimyoviy jarayonlar, asosan, miyaning o'rta tuzilmalarida yoki retikulyar shakllanishida yuzaga keladi. Biokimyoviy, fiziologik jarayonlarda miya tashkil etadigan naqshlarining rivojlanishi, turli darajadagi funktsional aloqalar ketma-ketligining shakllanishi miyaning mediator balansining ajralmas peptid tizimining shakllanishi bilan bog'liq. Gipotalamik peptidlar turli xil neuropeptidlar va 634art ava634 tizimlarini jalb qilish orqali boshqa miya tuzilmalari bilan qayta aloqa qilish orqali tartibga solindi. Ushbu tizimdagi muvozanat buzilishi ko'pincha neyrogumoral, gormonal, biokimyoviy sohada, xususan, tana vaznini tartibga solishda qiyin o'zgarishlarga olib keladi.

Ortiqcha tana vazni davolashning yangi va yangi usullari semizlik asoratlarining tarqalishi va chastotasi bilan bog'liq holatlar dunyoda keng miqyoda amalga oshiriladi. Odatda, standart terapiyani tayinlashda bemorlarning shaxsiy xususiyatlari, ularning birgalikdagi kasalliklarining polimorfligi hisobga olinmaydi, bu esa ruhiy sohada dekompensatsiya yoki relapslarning yuqori foiziga bog'liq davolanishni rad etishga olib keladi. Juda tez-tez semirib ketish ovqatlanish kasalliklari, Psixovegetativ sindrom, hissiy sohaning patologiyasi bilan birlashtiriladi, bu an'anaviy davolash usullari va refleksoterapiya bilan birga psixoterapiya elementlarini qo'llash uchun zarur bo'ladi.

Keling, semirib ketishning tasnifini eslaylik: 1. Asosiy semizlik. Alimentar-konstitutsiyaviy (ekzogen-konstitutsiyaviy) Konstitutsiyaviy-irsiy semirib ketish – ovqatlanish buzilishi (tungi ovqat sindromi, stress – aralash semirib ketish uchun oziq-ovqat iste'molini ko'paytirish 2. Belgilangan 634art av nuqsonlar bilan ikkinchi darajali semizlik miya semizlikdagi-miya shishi-Boshsuyagi jarohati va jarrohlik oqibatlari-bo'sh turk egarining sindromi- yallig'lanish kasalliklari (ensefalit va boshqalar) endokrin semizlik-gipofiz 3. Ruhiy kasalliklar yoki neyroleptiklarni qabul qilish fonida semirib ketish semizlik turlari “ yuqori “turi (qorin), erkaklar” pastki turi “(femoral), asosiy semirib ketishning ayollarda sababi ochlik tuyg'usini shakllantirishda muvaffaqiyatsizlikka uchragan” gipotalamus-adipositlar “ tizimining ishlashining buzilishi hisoblanadi. Mediator lipitinning yetarli sintezi buziladi, bu neyronlarning medial va paraventrikulyar yadrolarni ishlab chiqarishni buzadi, bu gipotalamus norpeptid bog'larni uzadi va ishtahani kuchaytiradi va ochlik tuyg'usini kuchaytiradi. Ikkilamchi semizlik oziq-ovqatning ortiqcha kaloriya miqdori va tananing energiya sarf – xarajatlarining pastligi bilan rivojlanadi. Va energiya xarajatlari, o'z navbatida, faoliyat darajasiga (birinchi navbatda, jismoniy) va inson turmush tarziga bog'liq.

Ortiqcha tana vazni refleksologiyasi davomida biz gipotalamik kasalliklarni kuchaytirishi 634art a bilan kasallikning rivojlanishiga hissa qo'shishi mumkin bo'lgan stress ta'sirini kamaytirishimiz kerak. Shu sababli, bemor uchun tinchlik va maksimal yengillikni ta'minlaydigan qulay sharoitlarni yaratish, shifokor va bemor o'rtasida ishonchli aloqani o'rnatish juda muhimdir. Refleks terapevtiga ignalarni qo'llash usuli juda yaxshi bo'lishi kerak, bu esa terining og'riqsiz teshilishini ta'minlaydi va ignalarni qo'pol ravishda manipulyatsiya qilishdan qochadi. Haddan tashqari 634art a yukni bartaraf etish uchun tirnash xususiyati kuchi va davomiyligi diqqat bilan tanlanishi kerak. Birinchi mashg'ulotlarda cheklangan miqdordagi nuqta va mo'tadil tirnash xususiyati kuchini qo'llash tavsiya etiladi.

Shuni yodda tutish kerakki, teri osti yog' qatlamining sezilarli qalinligi bilan taqdim etilgan sezgilarni olish chuqurligi, odatda, shunga mos ravishda oshadi. Semizlik bilan 634art ava olishning doimiy tendentsiyasi shakllanmoqda, bu esa qo'llab-quvvatlovchi davolanishni talab qiladi. Bu ichki bemorga yoki olingan, ammo bartaraf etilmaydigan sabablarga bog'liq. Shu sababli, ko'plab bemorlar

igna terapiyasining takroriy qo'llab-quvvatlash kurslari, shuningdek, bir martalik qo'llab-quvvatlash tartib-qoidalari taklif qilinadi va o'tkazildi. Natijada, akupunkturdan avtomatik vazn yo'qotish ta'sirini kutish mumkin emas. Bemor, akupunkturni mo'jizaviy tarzda bir 635art ava umuman, uning ishtiroki va harakatisiz ortiqcha vazndan xalos qiladigan illuziyadan ozod bo'lishi kerak. Bizning usullarimiz nafaqat bemorga ortiqcha vazndan va gipokineziyaga qarshi kurashda yordam berish uchun mo'ljallangan. Akupunktur – qadimgi Xitoy tibbiyotidan kelib chiqqan qo'shimcha tibbiyot texnikasi. Bunda teriga ma'lum bir nuqtalarda, energiya liniyalari deb hisoblangan nozik ignalar ishlatiladi.

References:

1. .Дон, А. (2021). Гистоморфометрия аденогипофиза и щитовидной железы под влиянием ладыгинозида в эксперименте. Медицина и инновации, 1(4), 55-63.