## AYOLLARDA ALLERGIK RINIT VA UNING PROFILAKTIKASI

**Narzullayev Ilg‘or Dilmurodovich** - katta o‘qituvchi
*Alfraganus university (Toshkent, O‘zbekiston)*

***Annotatsiya.*** *Ayollarda allergik rinitning asoratlari va ularni oldini olish haqida so‘z boradi. Ayollar organizmida homiladorlik, emizish davrlarida fiziologik, immunologik va gormonal o‘zgarishlar bilan kechadigan murakkab davr bo‘lib, bu holat ko‘plab kasalliklarning kechishiga va rivojlanishiga qolaversa asoratlanishiga ta’sir ko‘rsatadi.*

***Kalit so‘zlar.*** *Rinit, allergiya, kasallik, asorat, profilaktika, ona organizmi, homila, gormonal, nafas, klinik, depressiv holatlar, yurak-qon tomir, tug‘ruq,*

## COMPLICATIONS OF ALLERGIC RHINITIS DURING PREGNANCY AND THEIR PREVENTION

**Narzullayev Ilgor Dilmurodovich** - senior teacher
*Alfraganus University (Tashkent, Uzbekistan)*

***Abstract.*** *This article discusses the complications of allergic rhinitis during pregnancy and their prevention. Pregnancy is a complex period characterized by physiological, immunological and hormonal changes in the female body, which affects the course and development of many diseases. One of these conditions is allergic rhinitis, which is an allergic disease that affects the upper respiratory tract.*

***Keywords:*** *fetus, allergic rhinitis, complication, physiological, immunological, hormonal, respiratory, hildbirth, prevention, hygiene, antihistamine, medication.*

## ОСЛОЖНЕНИЯ АЛЛЕРГИЧЕСКОГО РИНИТА ВО ЖЕНЩИНЫ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА

**Нарзуллаев Илгор Дильмуродович** - старший преподаватель
*Университет Альфрагануса (Ташкент, Узбекистан)*

***Аннотация.*** *В статье рассматриваются осложнения аллергического ринита во время беременности и их профилактика. Беременность — сложный период, характеризующийся физиологическими, иммунологическими и гормональными изменениями в организме женщины, что влияет на течение и развитие многих заболеваний. Одним из таких состояний является аллергический ринит — аллергическое заболевание, поражающее верхние дыхательные пути.*

***Ключевые слова:*** *плод, аллергический ринит, осложнение, физиологическое, иммунологическое, гормональное, респираторное, клиническое, профилактика, гигиена, антигистаминный, медикаментозное.*

**Kirish.** Allergik rinit bu burun shilliq qavatining o‘tkir yoki surunkali yallig‘lanish kasalligi bo‘lib, nafas havosi bilan kirgan allergenlarga immun sistemasining o‘ta kuchli javob reaksiyasi tufayli paydo bo‘ladi. Bu kasallikni keltirib chiqaruvchi allergenlarga chang, hayvon yunglari, mog‘or sporalari, o‘simlik changlari va boshqalarni keltirish mumkin. Allergik rinit rinitlarning eng keng tarqalgan turi bo‘lib, boshqa allergik holatlar masalan konyuktivit, atopik dermatit, yoki astma kabi kasalliklar bilan aloqador bo‘ladi. Bemorlarda burun bitishi, burundan suv kelishi va aksirish kabi belgilar kuzatiladi.

**Allergik rinitning homiladorlik davridagi xususiyatlari**

Homiladorlik davrida ayol organizmida yuz beradigan gormonal o‘zgarishlar immune tizimiga ta’sir ko‘rsatib, allergik rinit, simptomlarini o‘zgartirishi mumkin. Ba’zi ayollar uchun bu simptomlar kuchayishi, boshqalarida esa yengillashishi yoki o‘zgarishsiz qolishi mumkin.

Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, homiladorlik davrida ayollarning 20% dan ortig‘i allergik reaksiyaga duch keladi (tezkor turdagi o‘tkir allergik reaksiya). Allergiyani davolash uchun zarur bo‘lgan dorilar bachadon-platsenta qon aylanishiga ta’sir qiladi, natijada qon ta’minoti yomonlashadi.Har qanday (nafaqat allergiyaga qarshi) dori tug‘ilmagan bolaning sog‘lig‘iga salbiy ta’sir ko‘rsatadi Rinit (ya’ni, burun oqishi to‘g‘ri deb ataladi) - burun shilliq qavatining yallig‘lanishi. Bularga tiqilish, qichishish, hapşırma, rinoreya va boshqalar kabi alomatlar kiradi.

Sabablari boshqacha bo‘lishi mumkin, ulardan boshlab rinitning to‘rt turi mavjud:

- allergik
- allergik bo‘lmagan (ko‘pincha vazomotor)
- yuqumli (bu o‘tkir respiratorli infektsiyalar bilan burun oqishi kiradi)
- o‘ziga xos shakllar (masalan, homiladorlikdagi rinit)

Ko‘pincha homilador ayollarda vazomotor rinit paydo bo‘ladi, bu burun shilliq qavatidagi qon tomir tonusining o‘zgarishi bilan bog‘liq. Ikkinchi o‘rinda rinovirus sabab bo‘lgan odatiy virusli rinit,

qayd etiladi (otorinolaringolog Vyacheslav Rassadin). Homilador ayollarning riniti boshqa alomatlar bo‘lmasa, sovuqdan farq qiladi, chunki burun tiqilishi homilador onaning tanasida gormonal o‘zgarishlar tufayli paydo bo‘ladi. Tadqiqotlarga ko‘ra, ayollarning taxminan 30 foizi homiladorlikning istalgan bosqichida burun nafas olish muammolaridan aziyat chekmoqda va tug‘ilgandan keyin to‘liq tiklanadi. Umumiy sovuqni davolashni davom ettirishdan oldin, uning sababini aniqlash kerak. Bundan tashqari, homiladorlik davrida barcha dorilarni qo‘llash mumkin emas. Biroq, har qanday kelib chiqishi burun oqishi bilan tavsiya etiladigan birinchi narsa burun shilliq qavatini sug‘orishdir. Ushbu terapiya viruslar, bakteriyalar, allergenlar va boshqa mikropartikullarning ko‘p qismini yo‘q qiladi, yallig‘lanish sababini yo‘q qiladi. Biz homiladorlik paytida burun oqishi uchun eng yaxshi vositalarni to‘pladik va bizning mutaxassisimiz dorilarni tanlash bo‘yicha tavsiyalar berdi va eng mashhur savollarga javob berdi.

**Asoratlar va ularning oldini olish**

Allergik rinitning homiladorlik davridagi asoratlari orasida quyidagilar uchraydi:

- Tromboembolik kasalliklar:

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, homiladorlik davrida allergik rinitga chalingan ayollarda tromboembolik kasalliklar xavfi oshishi mumkin. Bu, ehtimol, venoz asoratlarning ko‘payishi bilan bog‘liq.

- Uyquning buzilishi va charchoq:

Burun bitishi va boshqa simptomlar uyqu sifatining pasayishiga olib kelishi, bu esa charchoq va stressni oshirishi mumkin.

- Astma belgilarining kuchayishi:

Agar ayolda astma bo‘lsa, allergik rinit uning simptomlarini kuchaytirishi mumkin, bu esa ona va homila uchun xavf tug‘diradi.

**Oldini olish va davolash choralari**

Allergik rinit simtomlarini yengillashtirish va asoratlarning oldini olish uchun quyidagi choralar tavsiya etiladi:

- Allergenlardan cheklanish:

Mumkin bo‘lgan allergenlardan uzoqroq bo‘lish, masalan, chang, gulchang va hayvonlarning junidan.

- Burunni tuzli eritma bilan yuvish:

Salin (tuzli) eritmalar burun yo‘llarini tozalashga yordam beradi va simptomlarni yengillashtiradi.

- Dori-darmonlar:

Ba’zi antigistaminlar homiladorlik davrida xavfsiz hisoblanadi, ammo ularni qo‘llashdan oldin shifokor bilan maslahatlashish zarur.

- Sog‘lom turmush tarzi:

To‘g‘ri ovqatlanish, yetarli darajada dam olish va muntazam jismoniy faollik immun tizimini mustahkamlashga yordam beradi.

**Xulosa.** Allergik rinit ayol organizmidagi fiziologik va gormonal o‘zgarishlar fonida o‘ziga xos tarzda kechadi. Bu holat nafaqat homilador ayolning umumiy salomatligiga, balki rivojlanayotgan homilaning sog‘lig‘iga ham salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Nafas olish yo‘llarining yallig‘lanishi, burun bitishi, aksirish, ko‘z va tomoqda qichishish kabi simptomlar homilador ayolning uyqu sifatiga, ruhiy holatiga va hayotiy faolligiga salbiy ta’sir qiladi. Ayniqsa, burun orqali erkin nafas olishdagi qiyinchiliklar kislorod yetishmovchiligiga olib kelib, bu holat homilaga kislorod ta’minotining buzilishiga sabab bo‘lishi mumkin.Allergik rinit vaqtida yuzaga keladigan asoratlar — masalan, yuqori qon bosimi, astma xurujlarining kuchayishi, stress va uyqusizlik homiladorlik kechishiga jiddiy tahdid soladi. Shu bois, bu kasallikni e’tiborsiz qoldirmasdan, erta tashxislash va sog‘lom, xavfsiz davolash usullarini qo‘llash juda muhimdir.

Profilaktik choralar — allergenlardan ehtiyot bo‘lish, uyda tozalikni saqlash, gigiyena qoidalariga amal qilish, burun yuvish usullaridan foydalanish va shifokor nazorati ostida tavsiya etilgan dori vositalarini qo‘llash orqali bu holatni nazorat ostida ushlash mumkin.

Shuningdek, ayollarga sog‘lom turmush tarzini olib borish, yetarli dam olish va ruhiy osoyishtalikni saqlash ham katta ahamiyatga ega. Xulosa qilib aytganda, homiladorlik davrida allergik rinitni o‘z vaqtida aniqlash, to‘g‘ri yondashuv va profilaktik choralarni ko‘rish orqali onaning ham, homilaning ham salomatligini saqlash va asoratlarning oldini olish mumkin. Bu esa sog‘lom ona — sog‘lom bola tamoyilini amalda ro‘yobga chiqarishga xizmat qiladi.

**ADABIYOTLAR**

1. AL Guseva, ML Derbenev. Rinit: differentsial tashxis va davolash tamoyillari // Tibbiy kengash. 2020 yil #16. 102-108-betlar (https:// cyberleninka.ru/article/n/rinit- differentsialnaya-diagnostika-i-printsipy-lecheniya/viewer)

2. GV Lavrenova, AE Vertogolov. Homilador ayollarda vazomotor rinitni kompleks davolash //otorinolaringologiya.2013yilNo2(63).149-153-betlar (https://cyberleninka.ru/article/n/kompleksnoe-lechenie-vazomotornogo-rinita-u-beremennyh-1/viewer)

3. Petrova LG Rinitni davolash va oldini olishga zamonaviy yondashuvlar // Tibbiyot yangiliklari. 2020 yil #11. 65-67-betlar (https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-podhody-k-lecheniyu-i-profilaktike-rinitov/viewer)

4. S.S.Salim, E.S.Pronina, M.V.Sushentsov, G.F.Totchiev, T.S.Illarionov. Dastlabki bosqichlarda homilador ayollarning farmakoterapiyasining zamonaviy xususiyatlari // Mamlakatimiz xalqlar do‘stligi universiteti xabarnomasi. Ser. Dori. Akusherlik va ginekologiya. 2011 yil №1. 178-183-betlar

5. A. A. Gafforov, N. A. To‘lqinova. Allergologiya va immunologiya asoslari. – Toshkent: Tibbiyot, 2020.

6. P. K. Shestopalov, E. N. Ovsyannikova. Allergicheskiy rinit vo vremya beremennosti: diagnostika i lechenie. – Journal of Obstetrics and Women's Diseases, 2021.