UDK: 613.2:616.12-085

ЮРАК-ҚОН ТОМИР ТИЗИМИ КАСАЛЛИКЛАРИ БИЛАН ОҒРИГАН НОГИРОНЛИГИ БЎЛГАН БЕМОРЛАРДА УЙ ШАРОИТИДА МАҲАЛЛИЙ МАҲСУЛОТЛАР АСОСИДА ТАШКИЛ ЭТИЛГАН РАЦИОНАЛ ОВҚАТЛАНИШНИНГ НУТРИЕТИВ СТАТУСГА ТАЪСИРИНИ ГИГИЕНИК БАҲОЛАШ

Махмудова Марямжон Хаитовна – PhD, доцент
Тошкент давлат тиббиёт университети (Тошкент, Ўзбекистон)
Худайберганов Анатолий Сагатбаевич – т.ф.д., профессор
Соғлиқни сақлаш вазирлиги тиббиёт ходимларининг касбий малакасини ривожлантириш маркази (Тошкент, Ўзбекистон)
Хайдарова Мухайё Азимжановна – ассистент
Тошкент давлат тиббиёт университети (Тошкент, Ўзбекистон)

Аннотация. *Юрак-қон томир тизими касалликлари билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда нутриетив статус бузилишлари касаллик кечиши, функционал ҳолат ва ҳаёт сифатига таъсир кўрсатади. Тадқиқот мақсади уй шароитида маҳаллий маҳсулотлар асосида ташкил этилган рационал овқатланишнинг нутриетив статусга таъсирини гигиеник баҳолашдан иборат бўлди. Тадқиқотга 30 нафар бемор жалб қилиниб, 3 ой давомида антропометрик, биоимпеданс, клиник ва биокимёвий кўрсаткичлар баҳоланди. Натижаларга кўра тана вазни, BMI, ёғ массаси, артериал босим ва липид профилида ижобий ўзгаришлар кузатилди (p<0,05).*

Калит сўзлар*: ЮҚТК, нутриетив статус, рационал овқатланиш, биоимпеданс, липид профили, маҳаллий маҳсулотлар.*

ГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ, ОРГАНИЗОВАННОГО В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ НА ОСНОВЕ МЕСТНЫХ ПРОДУКТОВ, НА НУТРИТИВНЫЙ СТАТУС ПАЦИЕНТОВ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ, СТРАДАЮЩИХ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Махмудова Марямжон Хаитовна – PhD, доцент
Ташкентский государственный медицинский университет (Ташкент, Узбекистан)
Худайберганов Анатолий Сагатбаевич – д.м.н., профессор
Центр развития профессиональных навыков медицинских работников Министерства здравоохранения (Ташкент, Узбекистан)
Хайдарова Мухайё Азимжоновна – ассистент
Ташкентский государственный медицинский университет (Ташкент, Узбекистан)

Аннотация*. Нарушения нутритивного статуса у пациентов с инвалидностью, страдающих заболеваниями сердечно-сосудистой системы, оказывают существенное влияние на течение заболевания, функциональное состояние организма и качество жизни. Целью исследования явилась гигиеническая оценка влияния рационального питания, организованного в домашних условиях на основе местных продуктов, на нутритивный статус пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями и инвалидностью.*

В исследование были включены 30 пациентов, у которых в течение 3 месяцев проводилась оценка антропометрических показателей, биоимпедансометрических параметров, клинических и биохимических показателей. Полученные результаты показали положительную динамику массы тела, индекса массы тела, жировой массы, показателей артериального давления и липидного профиля. Выявленные изменения имели статистически значимый характер (p<0,05).

Ключевые слова: *сердечно-сосудистые заболевания, нутритивный статус, рациональное питание, биоимпедансометрия, липидный профиль, местные продукты.*

HYGIENIC ASSESSMENT OF THE EFFECT OF RATIONAL NUTRITION ORGANIZED AT HOME BASED ON LOCAL PRODUCTS ON THE NUTRITIONAL STATUS OF DISABLED PATIENTS WITH CARDIOVASCULAR DISEASES

Makhmudova Maryamjon Khaitovna – PhD, associate professor
Tashkent State Medical University (Tashkent, Uzbekistan)
Khudayberganov Anatoliy Sagatbaevich – D.M.Sc., professor
Center for Professional Skills Development of Medical Workers of the Ministry of Health (Tashkent, Uzbekistan)
Khaydarova Muhayyo Azimjonovna – assistant
Tashkent State Medical University (Tashkent, Uzbekistan)

Abstract*. Nutritional status disorders in disabled patients suffering from cardiovascular diseases significantly affect disease progression, functional status, and quality of life. The aim of this study was to perform a hygienic assessment of the effect of rational nutrition organized at home using locally available food products on the nutritional status of disabled patients with cardiovascular diseases.*

The study included 30 patients who underwent anthropometric, bioimpedance, clinical, and biochemical assessments during a 3-month observation period. The obtained results demonstrated positive changes in body weight, body mass index, fat mass, blood pressure parameters, and lipid profile indicators. The observed changes were statistically significant (p<0.05).

Keywords: *cardiovascular diseases, nutritional status, rational nutrition, bioimpedance analysis, lipid profile, local food products.*

Кириш.

Юрак-қон томир тизими касалликлари (ЮҚТК) бутун дунёда касалланиш, ногиронлик ва ўлимнинг асосий сабабларидан бири ҳисобланади. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти маълумотларига кўра, ҳар йили дунё бўйича миллионлаб инсонлар юрак-қон томир касалликлари асоратлари туфайли ҳаётдан кўз юмади ва мазкур касалликлар глобал соғлиқни сақлаш тизимининг муҳим муаммоларидан бири бўлиб қолмоқда. ЮҚТК нафақат тиббий, балки катта ижтимоий-иқтисодий аҳамиятга эга бўлиб, аҳолининг меҳнат қобилияти пасайиши, ногиронлик даражасининг ортиши ҳамда ҳаёт сифатининг ёмонлашувига олиб келади.

Сўнгги йилларда ЮҚТК ривожланишида кардиометаболик хавф омиллари, нотўғри овқатланиш, кам ҳаракатли турмуш тарзи, ортиқча тана вазни ҳамда нутриетив статус бузилишларининг аҳамияти ҳақида кўплаб илмий маълумотлар тўпланган. Нутриетив статуснинг ёмонлашиши беморларда касаллик кечишини оғирлаштириши, функционал ҳолатнинг ёмонлашиши ҳамда реабилитация самарадорлигининг пасайишига олиб келиши мумкин. Шу сабабли замонавий профилактик тиббиётда нутрицион коррекция ва рационал овқатланиш муҳим йўналиш сифатида қаралмоқда.

ЮҚТК билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда мазкур муаммо янада долзарб ҳисобланади. Чунки ушбу гуруҳда ҳаракат фаоллигининг чекланганлиги, кўп компонентли дори терапияси, сурункали коморбид ҳолатлар ҳамда ижтимоий омиллар нутриетив статус бузилишларини кучайтириши мумкин. Шу билан бирга, уй шароитида овқатланишни тўғри ташкил қилиш кўп ҳолларда қийинчилик туғдиради ва бу ҳолат кардиометаболик хавф омилларининг ортишига сабаб бўлади.

Ҳозирги кунда маҳаллий маҳсулотлардан фойдаланган ҳолда рацион шакллантириш иқтисодий жиҳатдан мақбул, амалий жиҳатдан қулай ҳамда узоқ муддатли парҳезотерапияга риоя қилиш имкониятини оширувчи ёндашув сифатида қаралмоқда. Бироқ ЮҚТК билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда маҳаллий маҳсулотлар асосида ташкил этилган рационал овқатланишнинг нутриетив статусга таъсирини баҳолашга бағишланган тадқиқотлар етарли эмас.

Шу муносабат билан маҳаллий маҳсулотлар асосида ташкил этилган рационал овқатланишнинг нутриетив статус, клиник-функционал ҳолат ва кардиометаболик кўрсаткичларга таъсирини гигиеник баҳолаш долзарб илмий ва амалий аҳамиятга эга ҳисобланади. Сўнгги йилларда дунё миқёсида аҳолининг қариши, сурункали ноинфекцион касалликлар тарқалишининг ортиши ҳамда ҳаёт давомийлигининг узайиши натижасида ЮҚТК билан боғлиқ ногиронлик ҳолатлари сони ошиб бормоқда. ЮҚТК билан оғриган беморларда узоқ муддатли даволаниш, кўп сонли дори воситаларини қабул қилиш, жисмоний фаолликнинг камайиши ва функционал чекланишлар нутриетив статус ўзгаришларига олиб келади. Нутриетив статус бузилиши эса касаллик кечишини оғирлаштириб, реабилитация жараёнларининг самарадорлигини пасайтириши мумкин.

Замонавий тадқиқотларда ортиқча тана вазни, абдоминал семириш, юқори туз истеъмоли, дислипидемия ҳамда озиқ толаларининг етишмовчилиги ЮҚТК ривожланишининг муҳим модификацияланувчи хавф омиллари сифатида кўриб чиқилмоқда. Шу муносабат билан нутрицион ёндашувлар нафақат даволаш, балки профилактик тиббиётнинг ҳам асосий таркибий қисми сифатида қаралмоқда.

Ногиронлиги бўлган беморларда мазкур муаммо янада мураккаб тус олади. Чунки уй шароитида овқатланишни ташкил қилишда иқтисодий омиллар, парвариш хусусиятлари, функционал чекланишлар ва маҳаллий озиқ-овқат ресурсларидан фойдаланиш имкониятлари муҳим аҳамият касб этади. Айниқса, узоқ муддатли парҳезотерапияга риоя қилишда беморнинг кундалик ҳаёт тарзи, оилавий шароити ва маҳаллий маҳсулотлар мавжудлиги муҳим рол ўйнайди.

Маҳаллий маҳсулотлар асосида шакллантирилган рационлар иқтисодий жиҳатдан мақбуллиги, аҳоли учун қулайлиги ва узоқ муддатли қўллаш имконияти билан ажралиб туради. Шу билан бирга, маҳаллий маҳсулотлардан фойдаланиш рационнинг миллий овқатланиш хусусиятларига мос бўлишини таъминлайди ҳамда беморларнинг парҳезга риоя қилиш даражасини ошириш имконини беради.

Бироқ адабиётлар таҳлили шуни кўрсатадики, ЮҚТК билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда маҳаллий маҳсулотлар асосида ташкил этилган рационал овқатланишнинг нутрие-

тив статусга таъсири, биоимпеданс кўрсаткичлари, кардиометаболик параметрлар ҳамда клиник-функционал ҳолат билан ўзаро боғлиқлиги етарли даражада ўрганилмаган.

Шу сабабли маҳаллий маҳсулотлар асосида шакллантирилган рационларнинг нутриетив статусга таъсирини баҳолаш, уларнинг гигиеник аҳамиятини аниқлаш ҳамда уй шароитида рационал овқатланишнинг самарали моделларини ишлаб чиқиш долзарб илмий ва амалий аҳамиятга эга ҳисобланади.

Материаллар ва усуллар.

Тадқиқот мақсади.

ЮҚТК билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда уй шароитида маҳаллий маҳсулотлар асосида ташкил этилган рационал овқатланишнинг нутриетив статусга таъсирини гигиеник баҳолаш.

Тадқиқот дизайни: проспектив клиник-гигиеник тадқиқот.

Тадқиқот объекти: ЮҚТК билан оғриган 30 нафар бемор.

Ўртача ёш: 61,4±8,2 йил.

Тадқиқот давомийлиги: 3 ой.

Қўлланилган усуллар:

- антропометрия- BMI ҳисоблаш- биоимпеданс таҳлили- артериал босим ўлчаш- умумий холестерин-ЛПНП-ЛПВП- триглицеридлар- овқатланиш рациони таҳлили

Статистик таҳлил:SPSS дастурида бажарилди.Натижалар M±m кўринишида берилди.p<0,05 статистик аҳамиятли деб қабул қилинди. Натижалар

Натижа ва муҳокама.

Жадвал 1.

ЮҚТК билан оғриган беморларда антропометрик кўрсаткичлар динамикаси

Кўрсаткич	Бошида	3 ойдан кейин	p
Тана вазни (kg)	78.3±10.6	75.9±10.1	<0.05
BMI	29.1±3.7	28.2±3.5	<0.05
Бел айланаси (cm)	102.8±9.4	98.7±8.9	<0.05

Жадвал 2.

Биоимпеданс кўрсаткичларининг динамикаси

Кўрсаткич	Бошида	Якуний	p
Ёғ массаси %	34.2±5.6	31.8±5.1	<0.05
Мушак массаси %	28.6±4.3	29.4±4.1	<0.05

Жадвал 3.

Артериал босим кўрсаткичларининг ўзгариши

Кўрсаткич	Бошида	Якуний	p
Систолик АБ	154.6±11.8	138.9±9.7	<0.05
Диастолик АБ	94.2±7.1	85.6±6.4	<0.05

Жадвал 4.

Липид профили кўрсаткичларининг динамикаси

Кўрсаткич	Бошида	Якуний	p
Умумий холестерин	6.18±0.74	5.54±0.63	<0.05
ЛПНП	3.82±0.58	3.19±0.49	<0.05
ЛПВП	1.08±0.17	1.19±0.16	<0.05

Жадвал 5.3

ойлик маҳаллий маҳсулотлар асосида шакллантирилган паст тузли рацион қўлланилгандан сўнг нутриетив статус кўрсаткичларида ижобий ўзгаришлар кузатилди

Кўрсаткич	Бошида	3 ойдан кейин	p
Тана вазни (kg)	78.3±10.6	75.9±10.1	<0.05
BMI	29.1±3.7	28.2±3.5	<0.05
Бел айланаси (cm)	102.8±9.4	98.7±8.9	<0.05
Кўрсаткич	Бошида	Якуний	p
Ёғ массаси %	34.2±5.6	31.8±5.1	<0.05

Мушак массаси %	28.6±4.3	29.4±4.1	<0.05
Кўрсаткич	Бошида	Якуний	p
Систолик АБ	154.6±11.8	138.9±9.7	<0.05
Диастолик АБ	94.2±7.1	85.6±6.4	<0.05
Кўрсаткич	Бошида	Якуний	p
Умумий холестерин	6.18±0.74	5.54±0.63	<0.05
ЛПНП	3.82±0.58	3.19±0.49	<0.05
ЛПВП	1.08±0.17	1.19±0.16	<0.05

Натижалар муҳокамаси.

Тадқиқот натижалари маҳаллий маҳсулотларга асосланган рационал овқатланиш ЮҚТК билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда нутриетив статусни яхшилашини кўрсатди.

3 ойлик маҳаллий маҳсулотлар асосида шакллантирилган паст тузли рацион қўлланилгандан сўнг нутриетив статус кўрсаткичларида ижобий ўзгаришлар кузатилди.

Тадқиқот натижалари маҳаллий маҳсулотларга асосланган рационал овқатланиш ЮҚТК билан оғриган ногиронлиги бўлган беморларда нутриетив статусни яхшилашини кўрсатди.

Хулоса.

ЮҚТК билан оғриган беморларда маҳаллий маҳсулотлар асосида шакллантирилган туз чекланган рационлар нутриетив статусни яхшилашга ёрдам беради.

Нутриетив статус мониторингида антропометрик, биоимпедансометрик ва биокимёвий кўрсаткичларни комплекс баҳолаш мақсадга мувофиқ.

Рацион таркибида тузни чеклаш ва калий ҳамда магнийга бой маҳсулотларни ошириш реабилитация жараёни самарадорлигини кучайтиради.

АДАБИЁТЛАР

1. Maxmudova M.X., Musayev U.Yu., Xudoyberganov A.S. Nutritsiologiya. – Toshkent, 2025. – 249–253 b.

2. Махмудова М.Х., Хайдарова М.А., Туева Д.М. Гигиена питания при сердечно-сосудистых заболеваниях и её обучение с использованием информационных технологий // Latin American Journal of Education. – 2026. – Vol.6. – No.5.

3. Махмудова М.Х., Худайберганов А.С. Nutritional characteristics of persons with disabilities // Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2025. – Vol.6. – No.10.

4. World Health Organization. Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults. – Geneva, 2021.

5. Visseren F.L.J. et al. 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice // European Heart Journal. – 2021.