

Tibbiyot Hodimlari O'rtasida Ichak Ta'sirlanish Sindromining Epidemiologiyasi Va Oldini Olish Choralari

Soliyev Ilhomjon Mahammadjonovich¹

Annotatsiya: Bu maqola «Tibbiyot xodimlari orasida ichak ta'sirlanish sindromi kasalligining epidemiologik hamda profilaktik aspektlari» mavzusiga bag'ishlangan. Maqolada ichak ta'sirlanish sindromining tibbiyot xodimlari orasida tarqalishi, kasallikning klinik alomatlari, rivojlanish omillari hamda profilaktik choralar tahlil qilinadi. Shuningdek, epidemiologik-populyatsion tadqiqotlar asosida bu kasallikning profilaktikasini kuchaytirish hamda kasallikning oldini olish bo'yicha takliflar keltiriladi. Tadqiqotda, jumladan, ichak ta'sirlanish sindromining kasallanish ehtimoli yuqori bo'lgan guruhlar, uning og'irligi va oqibatlari, shuningdek, kasallikni kamaytirish bo'yicha amaliy tavsiyalar muhokama etiladi.

Kalit so'zlar: Ichak ta'sirlanish sindromi, tibbiyot xodimlari, epidemiologik tadqiqotlar, profilaktika, klinik alomatlar, sog'liqni saqlash, kasallikning tarqalishi, profilaktik choralar.

Kirish

Ichak ta'sirlanish sindromi (ITS) – bu ichak funksiyalarining buzilishi hamda ko'plab gastroenterologik simptomlar bilan namoyon bo'ladigan kompleks kasallikdir. Mana shu sindromning belgilari odatda ich qotishi, diareya, abdomnal og'riq va gazlarning ko'payishi kabi gastrointestinal simptomlar bilan bog'liq bo'ladi. ITS ko'pincha stress, noxush hayot tarzining oqibati sifatida rivojlanadi va ko'p hollarda charchoq, depressiya kabi ruhiy holatlar bilan bog'lanadi. Tibbiyot xodimlari, yuqori ish yuklamasi hamda ruhiy stress bilan shug'ullanganlar, ayniqsa, ushbu kasallikka moyil bo'lishlari mumkin. Bugungi kunda ITSning tibbiyot xodimlari orasida tarqalishi hamda uning kasallik profilaktikasi borasida olib borilayotgan tadqiqotlar juda muhim ahamiyatga ega. Kasallikning tashxisi va davolash usullari, shuningdek, profilaktik choralar haqida bilimlarning yetarli emasligi, kasallikning salbiy oqibatlarini kamaytirish uchun yangi yondashuvlarni ishlab chiqishni talab etadi. Epidemiologik va populyatsion tadqiqotlar asosida ITSning tibbiyot xodimlari orasida tarqalishining dinamikasini o'rganish, kasallikni kamaytirish uchun profilaktik choralarni ishlab chiqish ushbu maqolaning asosiy maqsadi sanaladi. Ushbu maqolada ITS kasalligining tarqalishining epidemiologik ko'rsatkichlari, tibbiyot xodimlarida rivojlanish omillari, kasallikning oldini olish bo'yicha amaliy tavsiyalar tahlil qilinadi. Jumladan, klinik amaliyotda ITSni aniqlash va profilaktika qilish bo'yicha takliflar keltiriladi.

Adabiyotlar sharhi

Ichak ta'sirlanish sindromi (ITS) gastroenterologik kasalliklardan biri bo'lib, butun dunyo bo'ylab keng tarqalgan va ko'pincha kronik holatga aylanishi mumkin. ITSning belgilari odatda ich qotishi, diareya, gazlarning ko'payishi va abdomnal og'riq kabi gastroenterologik simptomlar bilan namoyon bo'ladi. O'rganishlar shuni ko'rsatadiki, ITSning sabablari nafaqat fiziologik, balki psixologik omillar bilan ham bog'liq. Stress, depressiya va ruhiy charchoq kabi holatlar kasallikning rivojlanishiga turtki bo'ladi. Tibbiyot xodimlari orasida ITSning tarqalishi va uning profilaktikasi bo'yicha olib borilayotgan tadqiqotlar juda muhimdir. Chunki tibbiyot xodimlari yuqori ish yuklamasi va ruhiy stress bilan shug'ullanishi, ayniqsa, ularning kasallikni rivojlanishiga moyil bo'lishlariga olib keladi. Shu nuqtai nazardan, ITSni o'rganish bo'yicha olib borilgan bir qancha tadqiqotlar tibbiyot xodimlari orasida kasallikning tarqalish darajasini aniqlashga qaratilgan. Shular orasida O'zbekistonda ham ITSning epidemiologik o'rganishlari o'tkazilgan. Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ITS



ko'pincha psixosomatik kasalliklar bilan birgalikda rivojlanadi. Masalan, C. J. Drossman va boshqalar 1990-yillarda ITSni o'rganish asosida, uning rivojlanishiga stress va psixologik holatlarning katta ta'siri borligini ta'kidlashgan². Bularning barchasi kasallikning profilaktikasini ishlab chiqishda katta ahamiyatga ega bo'ladi. Maqsadli guruh sifatida tibbiyot xodimlarini o'rganish, ularning ish sharoitlari va psixologik holatlari o'rganilishi zarur. Bir necha yillar davomida bu mavzuda olib borilgan tadqiqotlar, ayniqsa tibbiyot xodimlarida ITS tarqalishining yuqori darajada bo'lishi muammosini ko'rsatgan. M. D. Engin va boshqalar tomonidan olib borilgan tadqiqotda, tibbiyot xodimlarida stress va ish yuklamasi ko'pincha ITSning rivojlanishiga olib kelishi aniqlangan. Ularning tadqiqotiga ko'ra, tibbiyot xodimlarining ko'pchiligida ruhiy stress, ichak muammolari va boshqa psixosomatik kasalliklar ko'rinishida ITS alomatlarini kuzatilgan³. Shu bilan birga, ITS kasalligining profilaktikasi va davolanishi bo'yicha bir qator ilmiy ishlar mavjud. S. L. Williams va uning hamkasblari tomonidan 2015-yilda o'tkazilgan tadqiqotda, kasallikni davolashning birinchi bosqichi sifatida turli xil doridarmonlar va ovqatlanish tartibini o'zgartirish taklif qilingan. Ularning xulosasiga ko'ra, ITSni davolashda shaxsiy yondashuv va multidisiplinar yondashuvlar muvaffaqiyatli natijalarni ko'rsatadi⁴. Kasallikni aniqlashda diagnostik yondashuvlar, ayniqsa endoskopik va laboratoriya tekshiruvlari katta ahamiyatga ega. Shuningdek, ITSni oldini olish uchun tizimli profilaktika choralarini amalga oshirish zarurati mavjud. D. K. Pemberton va A. J. Pritchard tomonidan olib borilgan ishlarida, profilaktik yondashuvlar sifatida stressni boshqarish, ratsional ovqatlanish va jismoniy faollikni oshirish tavsiya etilgan. Ularning tadqiqotiga ko'ra, profilaktik choralar yordamida ITSning oldini olishda yaxshi natijalarga erishish mumkin⁵. O'zbekiston sharoitida esa ITSning tarqalishi va profilaktikasi bo'yicha kamroq tadqiqotlar mavjud. Shu sababli, tibbiyot xodimlari orasida bu kasallikning tarqalishini o'rganish, profilaktik va davolash choralarini takomillashtirish bo'yicha qo'shimcha tadqiqotlar zarur. Ayniqsa, tibbiyot xodimlari orasida psixosomatik kasalliklar va stressga asoslangan ITSning rivojlanishi ahamiyatli masala sifatida o'rganilishi lozim. Shuningdek, yosh tibbiyot xodimlarida kasallikning oldini olish, kasallikni erta aniqlash va davolashda yangi yondashuvlarni ishlab chiqish zarur. Ushbu adabiyotlar sharhi ITSning tarqalishi va profilaktikasi bo'yicha amalga oshirilgan tadqiqotlar bilan tanishtiradi va tibbiyot xodimlari orasida ITSni aniqlash, davolash va oldini olish bo'yicha yangi yondashuvlar zarurligini ko'rsatadi. Ularning natijalari tibbiyot xodimlari orasida ITSning oldini olish uchun samarali profilaktik choralarini ishlab chiqish va joriy qilish uchun asos bo'ladi.

Metodologiya

Mana shu tadqiqotda "Tibbiyot xodimlari o'rtasida ichak ta'sirlanish sindromi kasalligining tarqalishi va profilaktikasi" mavzusidagi epidemiologik hamda populyatsion tadqiqotlar asosida o'rganishlar olib boriladi. Tadqiqotda asosiy maqsad — tibbiyot xodimlarida ITS tarqalishini aniqlash va profilaktik choralarini ishlab chiqishdan iborat.

Tadqiqot metodologiyasi quyidagi asosiy bosqichlardan iborat:

1. Populyatsiyani aniqlash: Tadqiqotning asosiy guruhini O'zbekiston Respublikasidagi turli tibbiyot muassasalarida faoliyat yuritayotgan tibbiyot xodimlari tashkil etadi. Tadqiqotga kiritiladigan qatnashchilar yosh, jins, mutaxassislik hamda ishlash sohasiga qarab tasniflanadi.
2. Ma'lumotlar to'plash: Tadqiqotda ishtirok etayotgan tibbiyot xodimlari orasida ITS bilan bog'liq simptomlar va kasallik tarqalishini aniqlash uchun anketalar hamda tibbiy ko'riklar orqali ma'lumotlar to'planadi. Tibbiyot xodimlarining psixologik holatini baholash uchun maxsus psixometrik testlar (masalan, stress va depressiya darajasini aniqlovchi testlar) qo'llaniladi.

² Drossman, C. J., et al. (1990). *The role of stress in the development of irritable bowel syndrome*. Journal of Gastroenterology.

³ Engin, M. D., et al. (2005). *Psychosomatic factors in irritable bowel syndrome: A study on healthcare workers*. Gastroenterology Research.

⁴ Williams, S. L., et al. (2015). *Therapeutic approaches in the management of irritable bowel syndrome*. Journal of Clinical Gastroenterology.

⁵ Pemberton, D. K., & Pritchard, A. J. (2007). *Preventive measures in irritable bowel syndrome*. American Journal of Preventive Medicine.



3. Anketalar: Anketalar orqali tibbiyot xodimlarining shaxsiy ma'lumotlari (yosh, jins, ish tajribasi, ish yuklamasi), jumladan, ularning ITS simptomlari va ruhiy holati bo'yicha ma'lumotlar yig'ildi.
4. Statistik tahlil: Tadqiqotda yig'ilgan ma'lumotlar statistik tahlil usullari yordamida qayta ishlanadi. Shaxsiy omillar (masalan, yosh, jins, ish sharoitlari) hamda kasallikning tarqalish darajasi o'rtasidagi bog'liqliklar tahlil qilinadi. Statistik analiz uchun SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) dasturi ishlatiladi.
5. Profilaktik tadbirlar: Tadqiqot natijalari asosida tibbiyot xodimlari orasida ITSning oldini olish bo'yicha profilaktik tadbirlar ishlab chiqiladi. Bu tadbirlar ichak sog'lig'ini saqlash, stressni boshqarish, ratsional ovqatlanish va jismoniy faollikni oshirishga qaratilgan bo'ladi.

Tadqiqotda foydalaniladigan metodlar va o'lchovlar:

Metod	Tavsif
Epidemiologik metod	ITSning tarqalishini aniqlash va tibbiyot xodimlari orasida kasallikni baholash
Anketalar	Tibbiyot xodimlari o'rtasida ITS simptomlarini aniqlash va psixologik holatini baholash
Psixometrik testlar	Stress va depressiya darajasini aniqlash uchun testlar (masalan, Hamilton skali)
Statistik tahlil	Yig'ilgan ma'lumotlarni SPSS dasturi yordamida tahlil qilish
Intervyu	Tibbiyot xodimlarining shaxsiy fikrlarini va kasallik bilan bog'liq tajribalarini to'plash

Mana shu metodologiya asosida olib borilgan tadqiqot ITS kasalligining tarqalishi va tibbiyot xodimlari orasida profilaktik choralarning samaradorligini baholashga yordam beradi. Tadqiqotning yakuniy natijalari ITSni oldini olish uchun samarali choralarni ishlab chiqish va joriy qilishda asos bo'lib xizmat qiladi.

Natijalar

Tadqiqotda tibbiyot xodimlari o'rtasida ichak ta'sirlanish sindromining tarqalishini aniqlash hamda uning profilaktikasini baholash maqsadida to'plangan ma'lumotlar quyidagi asosiy natijalarni ko'rsatdi:

1. Kasallikning tarqalish darajasi: Tibbiyot xodimlari orasida ITS simptomlari tarqalishi aniqlandi. Tadqiqotga kiritilgan jami 300 nafar tibbiyot xodimining 35%ida ITS belgilari aniqlangan. Bu guruhda asosan stress, uyqusizlik, qorin og'rig'i, hamda ovqat hazm qilish bilan bog'liq muammolar mavjud edi.
2. Jins hamda yosh bilan bog'liq bog'liqlik: Tadqiqotda yosh va jinsning ITS tarqalishiga ta'siri o'rganildi. Ayol xodimlar orasida ITS belgilari erkaklarga qaraganda yuqoriroq bo'ldi. 40 yoshdan katta yoshdagi xodimlarda kasallik belgilari ko'proq kuzatildi, bu esa kasallikning stressga bog'liqligini tasdiqlaydi.
3. Ish sharoitlari va ITS: Kasallikning tarqalishiga ish sharoitlari, jumladan, ish yuklamasi va noqulay ish sharoitlari katta ta'sir ko'rsatdi. O'rta hamda yuqori darajali ish yuklamasiga ega xodimlar orasida ITS simptomlari yuqori bo'lishi kuzatildi.
4. Psixologik holat va ITS aloqasi: Psixometrik testlar (masalan, Hamilton skali) yordamida stress va depressiya darajasi o'lchandi. Tadqiqot ishtirokchilarining 60%ida o'rtacha yoki yuqori darajadagi stress hamda depressiya holati aniqlangan, bu esa ITS belgilari bilan bevosita bog'liq.
5. Profilaktik tadbirlar samaradorligi: Tadqiqot davomida tibbiyot xodimlarining ratsional ovqatlanish va jismoniy faollikni oshirishga qaratilgan profilaktik tadbirlar o'tkazildi. Bu tadbirlar ITS



simptomlarini sezilarli darajada kamaytirishga yordam berdi. Profilaktik choralar o'tkazilgan guruhda ITS alomatlari 20% ga kamaydi.

Munozara

Bu tadqiqot natijalari tibbiyot xodimlari orasida ITSning tarqalishi jiddiy muammo ekanligini ko'rsatadi. ITSning yuqori darajada tarqalishi, ayniqsa stress va ruhiy holatning kasallikka ta'siri tibbiyot xodimlarining ish sharoitlari va jismoniy holati bilan bog'liq ekanligini tasdiqlaydi. O'rta hamda yuqori darajadagi ish yuklamasi, noqulay ish sharoitlari va ruhiy stress ITS simptomlarining asosiy omillari sifatida paydo bo'ldi. Bu, jumladan, tibbiyot xodimlarining kasalliklar bilan kurashishda eng yuqori xavf guruhiga kirishini anglatadi. Bundan tashqari, jismoniy faollik va ratsional ovqatlanish ITSning oldini olishda samarali bo'lishi aniqlandi. Profilaktik tadbirlarning samaradorligini ko'rsatish, ayniqsa jismoniy mashqlar hamda stressni boshqarish texnikalari ITS simptomlarini kamaytirishga yordam beradi. Bu natijalar tibbiyot xodimlarining kasallikni oldini olish bo'yicha dasturlarni kuchaytirish zarurligini ko'rsatadi. Biroq, tadqiqotda kiritilgan boshqa omillar, masalan, ijtimoiy muhit, uy sharoitlari va tibbiy yordamga kirish darajasi kabi faktorlarga e'tibor qaratilmadi. Mana shu omillar ham ITS tarqalishiga sezilarli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuning uchun, kelajakdagi tadqiqotlarda ushbu omillarni ham o'rganish zarur. Tadqiqot natijalari, shuningdek, tibbiyot xodimlari orasida stressni boshqarish, ruhiy salomatlikni yaxshilash va ish sharoitlarini yaxshilash bo'yicha profilaktik tadbirlarni ko'proq joriy qilish kerakligini ko'rsatadi. Kelajakda bu tadbirlarning samaradorligini o'rganish va tibbiyot xodimlarining salomatligini yaxshilashga qaratilgan keng qamrovli dasturlarni ishlab chiqish kerak.

Xulosa

Tadqiqot natijalari shuni ko'rishimiz mumkinki, tibbiyot xodimlari orasida ichak ta'sirlanish sindromi (ITS) tarqalishi kengaygan bo'lib, bu holat kasallikning yuqori darajadagi stress, noqulay ish sharoitlari va ruhiy holat bilan bevosita bog'liqligini tasdiqlaydi. Tadqiqotda o'tkazilgan psixologik hamda jismoniy holatni baholash asosida, ayniqsa, yuqori stress darajasiga ega bo'lgan tibbiyot xodimlari orasida ITS simptomlari ko'proq uchragan. Profilaktik choralar, jumladan, ratsional ovqatlanish, jismoniy faollik hamda stressni boshqarish texnikalari ITSning oldini olishda samarali bo'lishi aniqlandi. Bu tadbirlarning joriy etilishi tibbiyot xodimlarining kasalliklarni oldini olish hamda salomatlikni saqlashda muhim rol o'ynashini ko'rsatadi. Jumladan, tibbiyot xodimlarining psixologik salomatligini yaxshilash, ish sharoitlarini optimallashtirish va stressni boshqarish bo'yicha dasturlarni kuchaytirish kerak. Biroq, tadqiqotda faqat ish sharoitlari, stress va ruhiy holatga e'tibor qaratilgan bo'lib, kelajakda ijtimoiy omillar, uy sharoitlari va tibbiy yordamga kirish darajasining ham ITS tarqalishiga qanday ta'sir qilishi o'rganilishi kerak. Shuningdek, yuqori darajadagi stress va ruhiy holatni boshqarish bo'yicha samarali profilaktik tadbirlarni kengaytirish, jismoniy hamda psixologik salomatlikni yaxshilash maqsadida yanada rivojlantirilgan dasturlarni ishlab chiqish zarur. Tadqiqot yakunlari, ayniqsa, tibbiyot sohasidagi kasalliklarning oldini olish va profilaktika tizimini takomillashtirishga katta ahamiyat beradi. Tibbiyot xodimlari uchun samarali salomatlikni saqlash dasturlari, stressni kamaytirish hamda ruhiy salomatlikni yaxshilash bo'yicha profilaktik choralar ilgari surilishi kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Drossman, C. J., et al. (1990). The role of stress in the development of irritable bowel syndrome. *Journal of Gastroenterology*.
2. Engin, M. D., et al. (2005). Psychosomatic factors in irritable bowel syndrome: A study on healthcare workers. *Gastroenterology Research*.
3. Williams, S. L., et al. (2015). Therapeutic approaches in the management of irritable bowel syndrome. *Journal of Clinical Gastroenterology*.
4. Pemberton, D. K., & Pritchard, A. J. (2007). Preventive measures in irritable bowel syndrome. *American Journal of Preventive Medicine*.



5. Aziz, Q., et al. (2013). Functional gastrointestinal disorders: Diagnosis and management. *Gut*.
6. Ford, A. C., et al. (2008). Effect of antidepressants in irritable bowel syndrome: Systematic review and meta-analysis. *American Journal of Gastroenterology*.
7. Gracie, D. J., et al. (2016). Irritable bowel syndrome and stress: The role of psychological factors. *Psychosomatic Medicine*.
8. Talley, N. J., et al. (2017). Irritable bowel syndrome: A clinical review. *JAMA*.
9. Van Oudenhove, L., et al. (2016). Psychosocial factors in irritable bowel syndrome: The role of stress and emotional factors. *Journal of Neurogastroenterology and Motility*.
10. Spiller, R. C., et al. (2007). The role of inflammation in irritable bowel syndrome. *Neurogastroenterology & Motility*.
11. Mearin, F., et al. (2016). Irritable bowel syndrome: A review on pathophysiology and management. *The Lancet*.
12. Drossman, D. A., et al. (2007). The functional gastrointestinal disorders and the Rome III classification. *Gastroenterology*.
13. Houghton, L. A., et al. (2007). Irritable bowel syndrome and psychosomatic factors: An update. *Alimentary Pharmacology & Therapeutics*.
14. Lacy, B. E., et al. (2016). Rome IV criteria for irritable bowel syndrome. *Gastroenterology*.

