DOI: https://10.5281/zenodo.17893640

SURUNKALI KASALLIKLARDA HAMSHIRALIK KUZATUVI: QANDLI DIABET KASALLIGIDA HAMSHIRALIK MONITORINGI (INDIVIDUAL REJA-KARTASINI QO‘LLASH) O‘QITISH METODIKASI

Omonova Ro‘zigul

Respublika o‘rta tibbiyot va farmatsevtikasi xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi Guliston filiali o‘qituvchisi

ANNOTATSIYA

Qandli diabet (QD) dunyo bo‘yicha eng ko‘p uchraydigan surunkali kasalliklardan biridir. Ushbu kasallik metabolik jarayonlarning izdan chiqishi natijasida rivojlanadi va bemor hayot tarzi, ovqatlanish odatlari hamda uzoq muddatli kuzatuvni talab qiladi. Hamshiralik monitoringi QD bilan og‘rigan bemorlarda kasallikning kechishini nazorat qilish, asoratlarning oldini olish va bemorlarning o‘z sog‘lig‘iga nisbatan mas’uliyatini oshirishda muhim o‘rin tutadi. Mazkur maqola qandli diabetda hamshiralik kuzatuvi jarayonida individual reja-kartasidan foydalanish bo‘yicha o‘qitish metodikasini ishlab chiqishni maqsad qiladi.

Kalit so‘zlar: Qandli diabet, surunkali, texnologiya, uzluksiz ta’lim, Hamshiralik monitoringi, reja-kartasi

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is one of the most common chronic diseases in the world. This disease develops as a result of metabolic disorders and requires changes in the patient’s lifestyle, eating habits, and long-term monitoring. Nursing monitoring plays an important role in controlling the course of the disease in patients with DM, preventing complications, and increasing patients’ responsibility for their own health.

This article aims to develop a training methodology for using an individual plan-card in the process of nursing monitoring in diabetes.

Keywords: Diabetes mellitus, chronic, technology, continuing education, Nursing monitoring, plan-card

KIRISH

Qandli diabet (QD) dunyo bo‘yicha eng ko‘p uchraydigan surunkali kasalliklardan biridir. Ushbu kasallik metabolik jarayonlarning izdan chiqishi natijasida rivojlanadi va bemor hayot tarzi, ovqatlanish odatlari hamda uzoq muddatli kuzatuvni talab qiladi. Hamshiralik monitoringi QD bilan og‘rigan bemorlarda kasallikning kechishini nazorat qilish, asoratlarning oldini olish va bemorlarning o‘z sog‘lig‘iga nisbatan mas’uliyatini oshirishda muhim o‘rin tutadi. Mazkur maqola qandli diabetda hamshiralik kuzatuvi jarayonida individual reja-kartasidan foydalanish bo‘yicha o‘qitish metodikasini ishlab chiqishni maqsad qiladi. Qandli diabet — insulin sekretsiyasi yoki ta’sirining buzilishi natijasida rivojlanadigan, uglevod, oqsil va yog‘lar almashinuvi izdan chiqishi bilan kechuvchi metabolik kasallikdir. QD to‘xtovsiz nazoratni talab etadi, chunki glyukozaning o‘zgarishi umumiy sog‘liq ko‘rsatkichlariga bevosita ta’sir qiladi. Asoratlari — retinopatiya, nefropatiya, nevropatiya, yurak-qon tomir kasalliklari, oyoq yaralari va boshqalar — erta aniqlanmasa, nogironlik yoki hayot uchun xavf tug‘dirishi mumkin.

Shuning uchun diabet bilan og‘rigan bemorlarda hamshiralik kuzatuvi muntazam, tizimli va individual yondashuvga asoslangan bo‘lishi lozim.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Hamshiralik monitoringi — bu bemor holatini muntazam baholash, laborator va klinik ko‘rsatkichlarni kuzatish, parhez va dori qabulini nazorat qilish, o‘z-o‘ziga yordam ko‘nikmalarini mustahkamlashni nazarda tutuvchi tizimli jarayondir.

Monitoringning asosiy vazifalari:

- bemorning amaldagi holatini baholash;
- glyukemiya, arterial bosim, tana vazni indeksini nazorat qilish;

• parhez tartibini kuzatish;

• insulin yoki dori vositalarining to‘g‘ri qo‘llanishini o‘rgatish;

• gipoglikemiya/giperglikemiya belgilari haqida hushyorlikni oshirish;

• asoratlar profilaktikasi bo‘yicha maslahat berish;

• psixologik qo‘llab-quvvatlash;

• individual reja-kartasini yuritish orqali holatni hujjatlashtirish.

Individual reja-kartasi: mazmuni va ahamiyati. Individual reja-kartasi (IRK) — har bir diabet bemori uchun alohida tuziladigan, holatni muntazam qayd qilishga mo‘ljallangan hujjatdir.

IRK quyidagi bo‘limlarni o‘z ichiga oladi:

1. Bemorning umumiy ma’lumotlari

a. yoshi, jinsi, davomiy kasalligi, qo‘shimcha kasalliklar.

2. Shikoyatlar va anamnez

a. chanqash, tez siyish, toliqish, ko‘ruvning yomonlashishi va boshqalar.

3. Fizik ko‘rsatkichlar

a. bo‘y, vazn, BMI, arterial bosim.

4. Laborator ko‘rsatkichlar

a. glyukoza darajasi, HbA1c, lipid profili.

5. Asoratlar skriningi

a. oyoq holati, ko‘z tekshiruvi, yurak-qon tomir ko‘rsatkichlari.

6. Ovqatlanish, jismoniy faollik va dori qabul qilish rejasi

7. Hamshira yozuvlari

a. kundalik monitoring natijalari, o‘qitish jarayonidagi qaydlar.

8. Bemorning o‘z-o‘zini boshqarish darajasi

a. glukometrdan foydalanish, insulin kiritish texnikasi, gipoglikemiya choralari.

9. Individual reja-kartasidan foydalanish diabet monitoringining aniqligi, izchilligi va samaradorligini oshiradi.

NATIJALAR

O‘tkazilgan tahlillar asosida qandli diabet bilan og‘rigan bemorlar uchun hamshiralik monitoringining quyidagi asosiy komponentlari aniqlandi:

1. **Klinik monitoring**
   – Qon glyukozasi darajasi;
   – Qon bosimi;
   – Tana vazni va BMI;
   – Oyoqlarning holati (diabetik poyabzal, yaralar, sezgirlik);
   – Insulin yoki dori vositalarini qo‘llash tartibi.
2. **Ta’limiy monitoring**
   – Bemorning ovqatlanish rejimi bo‘yicha bilimlari;
   – Fizik faollik darajasi;
   – O‘zini o‘zi glyukometr orqali nazorat qila olish qobiliyati;
   – Insulin yuborish texnikasini bilish darajasi.
3. **Psixologik monitoring**
   – Bemorning kasallikka munosabati;
   – Stress darajasi;
   – Oila a’zolarining ko‘magi.

Ushbu monitoring ko‘rsatkichlari asosida **individual reja-karta** tuzildi. IRK quyidagi bo‘limlardan iborat bo‘ldi:

– Bemorning umumiy ma’lumotlari;
– Tibbiy ko‘rsatkichlar monitoringi jadvali;
– Hamshiralik muammolari va ustuvorliklar;
– Kundalik kuzatuv;
– Ta’limiy topshiriqlar;
– Bemorning o‘z-o‘zini parvarish qila olish bahosi.

Sinov tariqasida IRK asosida o‘quv mashg‘uloti o‘tkazilganda, hamshiralarning kasallikni kuzatish jarayonida tizimli yondashuvi kuchaygani, monitoring sifati oshgani va bemorlarga berilayotgan maslahatlar ancha aniqlashtirilgani kuzatildi.

MUHOKAMA

Qandli diabetda hamshiralik monitoringi uzluksiz, tizimli va individual yondashuvni talab etadi. IRKdan foydalanish hamshiralarga bemorning holatini aniq baholash, kasallik dinamikasini qayd qilish va davolash jarayonini optimallashtirish imkonini beradi. Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, IRK asosida o‘qitish hamshiralarning kasbiy kompetensiyasini oshiradi, bemorlar bilan ishlashda xatoliklarni kamaytiradi va profilaktik ishlarda yuqori natijaga erishish imkonini yaratadi.

Mazkur metodika amaliy mashg‘ulotlar, klinik misollar va IRKni to‘ldirish bo‘yicha bosqichma-bosqich ko‘rsatmalarni o‘z ichiga oladi. Hamshiralarga IRKdan muntazam foydalanish tavsiya qilinadi, chunki bu bemor holatini real vaqt rejimida kuzatish va asoratlarni oldindan aniqlashga yordam beradi.

XULOSA

Surunkali kasalliklar, jumladan qandli diabetda hamshiralik kuzatuvi sifatli parvarishning asosiy bo‘lagi hisoblanadi. IRKdan foydalanishga asoslangan o‘qitish metodikasi monitoring jarayonini soddalashtiradi, tizimlashtiradi va samaradorligini oshiradi. Mazkur maqolada ishlab chiqilgan metodika hamshiralik amaliyotiga joriy etilganda bemorlarning sog‘lig‘ini yaxshilash, asoratlarni kamaytirish va sifatli tibbiy parvarish ko‘rsatishga yordam beradi. IRK asosidagi yondashuvning o‘qitish jarayonida qo‘llanishi kelajakdagi hamshiralar kasbiy salohiyatini oshirishda muhim omil bo‘lib xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 5-maydagi «Sog‘liqni saqlash tizimida olib borilayotgan islohotlarni izchil davom ettirish va tibbiyot xodimlarining salohiyatini oshirish uchun zarur shart-sharoitlar yaratish to‘g‘risida»gi PF-6221- sonli Farmoni Farmoni. Qonun hujjatlari ma‘lumotlari milliy bazasi (www.lex.uz).
2. Akbarov N. Texnika oliy o‘quv yurti talabalarida kasbiy madaniyatni shakllantirishning pedagogik asoslari: Avtoref. ped.fan.dok dis. – T.: TDPU, 2008.

– 45 b.

3. Musurmonova O. Yuqori sinf o‘quvchilari ma‟naviy madaniyatini rivojlantirishning pedagogik asoslari: Dis. ped. fan. dok. - Toshkent, 1993. – 364 b.

4. Ishonov Q.L. Pedagogika kollejlarida bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy madaniyatini shakllantirish texnologiyasi. – T.: Avtoref. Diss. ped.fan.nom. – 45 b.

5. Imomov M.P. Professional ta‟lim muassasalari o‘quvchilarining kasbiy madaniyatini kompetensiyaviy yondashuv asosida rivojlantirish metodikasini takomillashtirish. Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. – Toshkent., 2021. - 152 b.

6. Ernazarova G.O. Kasb-hunar kollejlarida o‘quvchilarni akmeologik yondashuv asosida kasbiy faoliyatga tayyorlashni takomillashtirish.

7. Pedagogika fanlari bo‘yicha doktorlik (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati. 2017 - Toshkent. - 68 b.