

Холжигитова Мухайё Бердикуловна
доцент кафедры внутренних болезней №4
Самаркандский Государственный медицинский
университет,
Самарканд, Узбекистан
Сафарова Мунаввар Пардаевна
ассистент кафедры внутренних болезней,
факультет педиатрии
Самаркандский Государственный медицинский
университет
Самарканд, Узбекистан

РОЛЬ ДИЕТОТЕРАПИИ У БОЛЬНЫХ ХРОНИЧЕСКИМ ГЕПАТИТОМ, ПРОЖИВАЮЩИХ В САМАРКАНДСКОЙ ОБЛАСТИ

For citation: M.B. Kholjigitova, M.P. Safarova. THE ROLE OF DIETARY TREATMENT IN PATIENTS WITH CHRONIC HEPATITIS LIVING IN SAMARKAND REGION. Journal of cardiorespiratory research. 2023, vol 1.1, issue 27, pp.148-151

АННОТАЦИЯ

Хронический гепатит (ХГ) широко распространенное заболевание, эксперты ВОЗ относят к нему воспаление печени, продолжающиеся не менее 6 месяцев. ХГ определяется как диффузный полиэтиологический воспалительный процесс в печени, обусловленный первичным поражением её клеток, не разрешившийся в указанный выше срок и развивающийся (или не развивающийся) в цирроз печени. В этом отношении особым кулинарными и гигиеническими показателями обладают блюда, употребляемые населением Самаркандского региона. При этом следует учитывать также национальные традиции узбекской кухни особенности в питании местного населения.

Ключевые слова: диета, меню, диетотерапия, хронический гепатит

Kholdjigitova Muhayo Berdikulovna
Associate Professor of the Department of Internal
Medicine №4
Samarkand State Medical University,
Samarkand, Uzbekistan
Safarova Munavvar Pardaevna
Assistant, Department of Internal Medicine, Faculty
of Pediatrics
Samarkand State Medical University
Samarkand, Uzbekistan

THE ROLE OF DIETARY TREATMENT IN PATIENTS WITH CHRONIC HEPATITIS LIVING IN SAMARKAND REGION

ANNOTATION

Chronic hepatitis (CH) is a widespread disease; WHO experts refer to it as inflammation of the liver, lasting at least 6 months. CG is defined as a diffuse polyetiological inflammatory process in the liver, caused by a primary lesion of its cells, not resolved within the above period and developing (or not developing) into liver cirrhosis. In this regard, dishes consumed by the population of the Samarkand region have special culinary and hygienic indicators. At the same time, one should also take into account the national traditions of Uzbek cuisine, especially in the nutrition of the local population.

Key words: dieto, menu, dietoteraphy, chronic hepatitis.

Xoljigitova Muhayo Berdiqulovna
№4 ichki kasalliklar kafedrası dotsenti
Samarqand davlat tibbiyot universiteti,
Samarqand, O'zbekiston
Safarova Munavvar Pardaevna
Pediatriya fakulteti ichki kasalliklar kafedrası
assistenti
Samarqand davlat tibbiyot universiteti
Samarqand, O'zbekiston

SAMARQAND VILOYATIDA YASHOVCHI SURUNKALI GEPATIT BILAN KASALLANGAN BEMORLARDA PARXEZ DAVOLASHNING O'RNI

ANNOTATSIYA

Surunkali gepatit (SG) keng tarqalgan kasallik bo'lib, JSST mutaxassislari uni kamida 6 oy davom etadigan jigar yallig'lanishi deb atashadi. SG jigarda diffuz polietilogik yallig'lanish jarayoni bo'lib, uning hujayralarining birlamchi shikastlanishi natijasida yuzaga kelgan, yuqorida ko'rsatilgan muddatda o'zgaragan va jigar sirroziga aylanadi (yoki rivojlanmaydi). Shu munosabat bilan Samarqand viloyati aholisi tomonidan iste'mol qilinadigan taomlar alohida pazandalik-gigiyenik ko'rsatkichlarga ega. Shu bilan birga, o'zbek oshxonasining milliy an'analari, ayniqsa, mahalliy aholining ovqatlanishini ham hisobga olish kerak.

Kalit so'zlar: parhez, menyu, parhezli davolash, surunkali gepatit.

Dolzarbli. Surunkali virus etiologiyali gepatit aholining 5%da tashxislanadi. Autoimmun gepatit ayollarda (eraklar va ayollar 1:3,6 ga), 10-30 yosh orasida va menopauza bosqichida uchraydi. Surunkali gepatit – jigarining olti oydan kam bo'lmagan holda davom etadigan polietilogik yallig'lanish kasalligi hisoblanadi. (1,9,12,15). Patologik jihatdan har xil darajadagi o'choqli, periportal, maydonli yoki qo'shilib ketgan nekrozlar, limfotsitar infiltratsiya bilan xarakterlanadi. Jigarning bu surunkali yallig'lanish kasalligi sirroz yoki jigar yetimovchiligining oxirgi bosqichiga rivojlanib borishi mumkin hamda to'liq tuzalmaydigan jigar fibroziga olib kelishi mumkin. Aksariyat xollarda surunkali gepatit o'tkir gepatitlardan keyin rivojlanadi. O'tkir gepatitni surunkali gepatitga o'tish sabablari: noto'g'ri tashxislash, noto'liq davolash, parhez buzilishi, alkogol iste'moli, shifoxonadan tuzalmasdan chiqish, kasallikdan keyin jismoniy mashqlarni erta boshlash bilan izoxlanadi. Boshqa sabablardan: toksik moddalar-benzol, uglerod to'rtklorid, DDT, anilin bo'yoqlari, og'ir metall tuzlari; silga qarshi dorilar, sedativ, gipotenziv - dopegit, sitostatiklar, narkotiklar, antibiotiklardan tetratsiklin qatoridagilar jigarni toksik zaxarlanishiga olib keladi. Kasallikni to'liq, patogenetik davolashga qaratilgan terapevtik va profilaktik chora-tadbirlar majmuasida terapevtik ovqatlanishni to'g'ri maqsadli tashkil etishga muhim o'rin beriladi (2,4,7,11). Va bu bejiz emas, chunki yaxshi tuzilgan va oqilona belgilangan dieta boshqa, odatda parallel ravishda buyuriladigan terapevtik tadbirlarning (dorilar, fizioterapiya va boshqalar) terapevtik samaradorligini oshirishga yordam beradi. Qoida tariqasida, bemorning ovqatlanishi sog'lom odamning ozuqa moddalariga (ozuq moddalar) va energiyaga bo'lgan fiziologik ehtiyojlari to'g'risidagi dalillarga asoslangan ma'lumotlarga asoslanadi (1,5,6,10). Shu bilan birga, ozuqa moddalarining fiziologik qiymatlarida metabolik kasalliklarning xususiyatlariga, patogenetik jarayonlarning tabiatiga va klinik ko'rinishlarning o'ziga xos xususiyatlariga mos keladigan o'zgarishlar amalga oshiriladi. Ovqat hazm qilish tizimi va jigar kasalliklarini davolash va ikkilamchi profilaktikasida parhez terapiyasining ahamiyati alohida e'tiborga loyiqdir (3,8, 9,13). Oshqozon-ichak traktining barcha kasalliklari va u bilan funktsional ravishda bog'liq bo'lgan organlar uchun terapevtik ovqatlanish kompleks terapiya uchun asos bo'lib xizmat qilishi aniqlangan (14). Shuning uchun jigar kasalliklari uchun parhez terapiyasini to'g'ri tashkil etish masalalariga jiddiy e'tibor qaratish lozim, xususan, ular orasida keng tarqalgan CG shakli (15). Har qanday parhezning asosini ta'mi, ozuqaviy tarkibi va energiya qiymatiga mos bo'lgan turli xil taomlar tashkil etganligi sababli, mahalliy milliy taomlarning parhezlik sifatini aniqlash, ularni turli kasalliklarni parhez terapiyasida qo'llashni ilmiy asoslash uchun yana bir maqsadga muvofiq vazifa paydo bo'ladi, xususan, jigar kasalliklari.

Tadqiqot maqsadi. Surunkali gepatit bilan kasalangan bemorlarga mo'ljallangan yangi 5-sonli Samarqand parhez taomnomasini ishlab chiqishga harakat qildik.

Tadqiqot materiallari va usullari. Ushbu parhez tashxis qo'yilgan paytdan boshlab belgilanadi va kasalli-

kning barcha davrlarida - prodromal, cho'qqi va tiklanish davrida kuzatiladi; mexanik va kimyoviy jihatdan yumshoq. Ratsionning asosini o'zbek milliy va mahalliy taomlarni tashkil etadi. Oziqlanish, to'liq, ozuqaviy tarkib va energiya qiymati fiziologik me'yorlar darajasida, yog'lar bundan mustasno, miqdori biroz kamayadi: oqsillar va uglevodlar mos ravishda 90-100 g va 300-350 g; yog'lar 80-90 g; energiya qiymati - 2400-2500 kkal ichida. Ovqatlar pyuresi shaklida pishiriladi yoki qaynatiladi, bug'lanadi, zarur pazandalik qoidalari va retseptlar me'yorlariga rioya qilinadi. Diyet terapiyasi davrida quyidagilar zarur: kuniga 4-5 marta fraksion bo'lishi kerak bo'lgan parhezga qat'iy rioya qilinadi. Idishlarning harorati issiq, sovuq idishlar tavsiya etilmaydi. Kechasi ko'p ovqatlanishdan saqlanadi. Oshqozon va o'n ikki barmoqli ichakning shilliq qavatiga (ziravorlar, dudlangan go'sht, achchiq, turp, piyoz, turp, sarimsoq) aniq tirnash xususiyati beruvchi ta'sir ko'rsatadigan ovqatlardan bosh tortish kerak. Qovurilgan ovqatlardan tavsiya qilinmaydi. Spirtli ichimliklar taqiqlanadi. Pilorik qism, Oddi sfinkteri, o't yo'llari (muzqaymoq, sovuq sharbatlar, mineral suvlar) spazmini keltirib chiqaradigan mahsulotlarni berish tavsiya etilmaydi. Xoleretik ta'sirga ega bo'lgan oziq-ovqat mahsulotlarini (sabzavotlar, mevalar va ularning sharbatlari), o'simlik moylarini (hayvon yog'lari va o'simlik moylarining nisbati 50:50) kiritish kerak. Tavsiya etiladi: vegetarian, sutli va mevali va sho'rvalar, pyure sabzavotlar; qaynatilgan, pishirilgan shakldagi go'sht yoki baliqning kam yog'li navlari bug'li kotletlar; tovuqli ovqatlar - bo'laklarga bo'linadi, lekin qaynatilgan shaklda; tvorog (nordon bo'lmagan) va tvorog mahsulotlari (symiki, pudinglar); yoki omlat; barcha shakllarda to'liq sut, sut mahsulotlari, sariyog', smetana, qaymoq; yumshoq pishloqlar, sabzavotlar va mevalar (xom, salatlar va yonma-ovqatlar), mevali kompotlar, jele, pudinglar; kechagi pishirilgan qora va oq non, quritilgan, pechene va boshqalar, yog'siz xamirdan tayyorlangan mahsulotlar; ichimliklar - choy, sutli choy, sabzavot va meva sharbatlari; shakar, murabbo, asal va boshqalar (uglevodlarning umumiy miqdori ichida). Milliy taomlari: mastava, qaynatmashurva, kiymashurva, shirxurda, shirvarak, ugraosh, sutliugra, baliqshurva, unoshi; shavlya, tok dolma, quymoq, tuxum dolma, sutburunchi, barak, ko'k barak, tuxum barak, yahnagusht, ivitma palov, kiyma palov. Achchiq qo'shimchalarsiz pishgan va yangi sabzavotlardan salatlar, qaynatilgan go'shtli sabzavotlar, qaynatilgan va qovurilgan sabzi, pyuresi olma; kartoshka, sabzi, lavlagi, qovoq, kartoshka pyuresi shaklida qovoq, bug'li pudinglar; yangi mevalar va rezavorlar - yangi qulupnay, malina, gilos, o'rik, o'rik; ichimliklar - rezavorlar va mevalarning shirin navlaridan kissellar, yovvoyi atirgul va bug'doy kepagi, shirin rezavorlar sharbatlari; sutli sous, qaymoqli choy, ayran; qandolat mahsulotlari - quruq pechene, yog'siz bulichkalar, pechene, olma bilan piroglar, murabbo; rezavorlar va mevalarning shirin navlaridan murabbo, marmelad. Kechagi bug'doy noni, eng yuqori navli oq non krakerlari. Yog'lar - sariyog' (tayyor taomga qo'shing), o'simlik yog'i tabiiy shaklda. Tavsiya etilmaydi: yog'li go'sht (g'oz, o'rdak, qo'zichoq, yog'li cho'chqa go'shti) va baliq; ich-

ki organlarning go'shti, miya, cho'chqa yog'i, qo'y yog'i; dukkaklilar, ismaloq, otquloq, nordon mevalar navlari; boy mahsulotlar, xamir ovqatlar, pirojnoe; achchiq choy, qahva, kakao. Jadvalda taxminan bir kunlik parhez menyusi № 5 samarqand ko'rsatilgan.

Natijalar. Yuqoridagi menyu tavsiya etiladi va unga parhez ovqatlar va idishlarni tayyorlash va sotish bilan

bog'liq belgilangan me'yoriy qadriyatlar, qoidalar va shartlarni hisobga olgan holda tegishli o'zgartirishlar kiritilishi mumkin. Xususan, idish-tovoq va oziq-ovqat mahsulotlarini miqdori va sifati bo'yicha tavsiya etilgan menyuda keltirilgan mahsulotlarga teng keladigan boshqa mahsulotlar bilan almashtirishga ruxsat beriladi.

Jadval № 1

Jadval № 1 bir kunlik menyu №5 samarqand (2500 kkal)

Nomlari	mirdori, g	oqsil, g	yog, g	uglevod, g
Birinchi nonushta				
Qaynatilgan tuxum -1 dona	40.0	6.0	5.6	0.2
Shirbirinch (sutli-guruchli kasha)	125.0	6.2	6.1	35.5
Sutli choy	180\50	2.4	2.6	2.3
Ikkinchi nonushta				
Olmali pichene	100.0	0.4	-	11.3
Tushlik				
Mastava (1\2 bo'lak)	250.0	6.5	9.0	27.0
Go'shli kotlet, oshqovoqli pure	105.0	22.4	15.0	28.4
Mevali kompot	200.0	0.16	-	23.8
Kechki nonushta				
Quritilgan non	35.0	-	-	15.4
Sutli choy	180\50	2.4	2.6	2.3
Kechki ovqat				
Barak(chuchvara)	400.0	28.4	25.0	55.0
Sabzavorli salat	150.0	3.0	3.8	11.2
Kechga				
Qatiq	180.0	6.0	6.7	7.4
Kun				
Bugdoy noni	250	20.5	3.5	95.0
Saryog	10	0.05	9.2	0.05
Shakar	30	-	-	29.8
Jami:		104.4	89.1	344.6

Menyuni tuzishda va ozuqaviy tarkibi va energiya qiymatini hisoblashda tegishli ma'lumotnomalar, milliy miqyosda amal qiluvchi me'yoriy-uslubiy hujjatlar, shuningdek, Yevropa va o'zbek retseptlarining tamoyillari va me'yoriy qiymatlari qo'llanildi. Milliy taomlar, ularni tayyorlashning belgilangan texnologiyalari hisobga olindi. Hozirda biz tomonidan tavsiya etilgan parhezning ushbu versiyasi belgilangan tartibda sinovdan o'tkazilmoqda. Dastlabki ma'lumotlar asosida ijobiy natijalar qayd qilindi.

Xulosa:

1. Samarqand aholisi tomonidan keng qo'llaniladigan milliy taomlar asosida surunkali gepatit bilan og'rigan bemorlar uchun parhezning yangi varianti №5 samarqand parhez stoli ishlab chiqildi va amaliyotga tavsiya etiladi.

2. 5-sonli Samarqand parhezning yangi variantini asoslash ekologik muammoli sharoitlarda surunkali gepatit bilan og'rigan bemorlar uchun dietoterapiya kompleksida maqsadga muvofiq chora hisoblanadi.

References / Список литературы / Iqtiboslar

1. Abdullaev R.B., Dusanov A.D., Xoljigitova M.B. Me`da va o`n ikki barmoqli ichak yara kasalligida magnitoterapiyaning qo`llanilish samaradorligi. Журнал кардиореспираторных исследований. 1 (1.1), 89 2022
2. Abdullaev R.B., Dusanov A.D. Xoljigitova M.B., Ismoilova O. Surunkali gepatit kasalligini davolashda xalq tabobati va fizioterapiyaning ahamiyati. Журнал кардиореспираторных исследований. 1 (1.1), 88 2022
3. Апросина З. Г., Серов В. В., Игнатова Т. М. и др. проявления хронического вирусного гепатита // Вкн.: Хронический вирусный гепатит. — М.: Медицина. — 2002. — С. 221—244.
4. Акбаров М. М., Курбаниязов З. Б., Рахманов К. Э. Совершенствование хирургического лечения больных со "Свежими" повреждениями магистральных желчных протоков // Шпитальна хірургія. Журнал імені ЛЯ

- Ковальчука. - 2015. - Т. 68. - №. 4.
5. Болотовский Г.В. Холецистит и другие болезни желчного пузыря: Г.В. Болотовский - Москва, Омега, 2007 г.- 160с.
 6. Бобожонов С.Н. Ички касалликлар. Тошкент,2003; 2008 йил. Дарслик
 7. Гальперин Э.И., Ветшев П.С. // Руководство по хирургии желчных путей. Видар - М, 2006.
 8. Комаров Т.И.,Кукес В.Г., Сметнева А.С.,Внутренние болезни М., Медицина,1990 г. Дарслик
 9. Dusanov A.D., Xoljigitova M.B., Abdullaev R.B. «Nas» tamaki chekadigan surunkali gastritli bemorlarda me'da shilliq qavatidagi morfologik o'zgarishlar. Журнал кардиореспираторных исследований. 1 (1.1), 384 2022
 10. Dusanov A.D., Xoljigitova M.B., Abdullaev R.B. Ekologik jihatdan noqulay hisoblangan Xorazm viloyatida yashovchi surunkali gepatit bilan kasallangan bemorlarda parhez davolashning o'rni. Журнал кардиореспираторных исследований. 1 (1.1), 379 2022
 11. Sharapov F.G. Ichkikasalliklar. 2006 йил. Дарслик.
 12. Abdallah A. A., Krige J. E. J., Bornman P. C. Biliary tract obstruction in chronic pancreatitis //HPB. - 2007. - Т. 9. - №. 6. - С. 421-428.
 13. Baron T. H. Covered self-expandable metal stents for benign biliary tract diseases //Current opinion in gastroenterology. - 2011. - Т. 27. - №. 3. - С. 262-267.
 14. Blumgart L. H. et al. Surgery of the liver, biliary tract, and pancreas. - 2007.
 15. Beger H.G., Büchler M. (ed.). Acute pancreatitis: research and clinical management. - Springer Science & Business Media, 2012.