

**ФАРҶОНА ВИЛОЯТИДА ИСТИҚОМАТ ҚИЛАЁТГАН АРТЕРИАЛ
ГИПЕРТЕНЗИЯ БИЛАН ХАСТАЛЛАНГАНЛАР ОВҚАТЛАНИШИНИ ТАҲЛИЛИ****Усмонова Нигора Исроиловна***2- сон Фарғона Абу Али ибн Сино номидаги
жамоат саломатлиги техникуми*

Мавзунинг долзарблиги. Соғлом овқатланиш ва уни ташкиллаштириш бугунги кундаги долзарб муаммолардан биридир. Нотўғри овқатланиш натижасида аҳоли орасида ошқозон ичак, юрак қон томир тизими ва эндокрин тизими касалликлари ортиб бормоқда. Шунинг учун ушбу беморлар овқатланишини ўрганиш долзарб муаммолардан бири.

Тадқиқот мақсади. Артериал гипертензия билан хасталланганлар беморлар кунлик овқатланиш рационини гигиеник тахлили қилишдан иборат.

Тадқиқот материал ва усуллари. Фарғона вилоятида истеқомат қилаётган 18 - 49 ёшгача бўлган 205 нафар қон томир тизими касалликлари билан касалланган беморлар овқатланиши СанПИН ва Қ 01 - 05 2001 бўйича ўрганилди.

Олинган натижалар тахлили. Аҳолини оақатланиш натижаларини тахлили шуни кўрсатадики йилнинг қиш-баҳор ва ёз-куз мавсумларида белгиланган меъёрий кўрсаткичларидан сезиларли даражада силжишга эга эканлиги аниқланди. Кунлик рацион тахлилидан кўриниб турибдики, беморлар овқат рационидида гўшт ва гўшт, балиқ ва балиқ махсулотлари қиш ва баҳор мавсумида эркакларда 25-30 % га, аёлларда 30-35% га, ёз-куз мавсумида эса эркакларда 30-35% , аёлларда 35-37% га камлиги, нон махсулотлари анологик тарзда эркакларда 50-45 %, аёлларда эса 35-40% ортиқча эканлиги аниқланди. Сут ва сут махсулотлари эркакларда 40-30 %, аёлларда 35-38 % га камлиги, мева ва сабзавотлар миқдори ҳам белгиланган меъёрдан камлиги аниқланди. Такидлаш жоизки, ушбу беморлар рационидида қандолат махсулотлари 25-30% га эркакларда, 35-40% аёлларда ортиқча истемол қилинган. Ўсимлик мойи белгиланган маъёрдан эркакларда 30-35%, аёлларда 25-30% га ортиқча истемол қилинганлиги аниқланган.

Хулоса: Юрак қон томир тизими касалликлари билан хасталанган беморлар кунлик рационининг тахлили шуни кўрсатадики, истемол қилинаётган овқатлар соғлом овқатланиш принципларига мос келмайди. Рационда хайвон оқсиллари камлиги, ўсимлик мойи ва карбон сувлар ортиқчалиги аниқланиб, бу эса касалликнинг зўриқиши ва хасталик оқибатида организмдаги турли ўзгаришларни олиб келишига замин яратади.

1. Garg S., Kim L., Whitaker M., O'Halloran A., et al. Hospitalization rates and characteristics of patients hospitalized with laboratory-confirmed coronavirus disease 2019 – COVID-NET, 14 states, March 1-30, 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2020; 69: 458–64. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm6915e3external icon>
2. Deng S.Q., Peng H.J. Characteristics of and public health responses to the coronavirus disease 2019 outbreak in China. *J Clin Med.* 2020; 9 (2): 575. DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm9020575>
3. Simonnet A., Chetboun M., Poissy J., Raverdy V., et al. High prevalence of obesity in Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) requiring invasive mechanical ventilation. *Obesity (Silver Spring).* 2020; 28 (7): 1195–9. DOI: <https://doi.org/10.1002/oby.22831>.
4. Petrilli C.M., Jones S.A., Yang J., Rajagopalan H., et al. Factors associated with hospitalization and critical illness among 4,103 patients with COVID-19 disease in New York City. *medRxiv.* 2020; 2020.04.08.20057794. DOI: <https://doi.org/10.1101/2020.04.08.20057794>
5. Sobirova G. N., Bafoyeva Z. O. Determination and Analysis of Changes in the Hepatobiliar System in Patients with COVID-19, *American Journal of Medicine and Medical Sciences* 2021, 11(2): 145-147 DOI: 10.5923/j.ajmms.20211102.17
6. Иванова Г.Е и др “Медицинская реабилитация при новой коронавирусной инфекции (сovid-19)” временные методические рекомендации, Москва. 2020.