

O‘Z SOG‘LIG‘IGA DONOLARCHA YONDASHIB...

(Kasallikning oldini olish kerak)

Mastopatiya yoki, boshqacha qilib aytganda, fibroziktoz kasalligi oqibatida ko‘krak bezi to‘qimasida bir qator o‘zga-rishlar sodir bo‘ladi. Bu kasallik asosan 20-25 yoshdan 45-50 yoshgacha bo‘lgan ayollarda uchraydi

Mastopatiya kasalligi kelib chiqishiga nasl, ayol organizmidagi gormonal o‘zgarishlar, asab tizimining holati, ekologiya va ovqatlanish tarzi sabab bo‘lishi mumkin. Ba‘zi ayollar-ning ko‘krak bezi to‘qimasidagi o‘zgarishlar ulardagi ginekologik kasalliklar bilan ham uzviy bog‘liq bo‘ladi. Sun‘iy abortlar-ning ko‘krak bezi to‘qimasiga ko‘rsatadigan salbiy ta‘siri haqida alohida aytib o‘tmoq lozim.

Mastopatiya kasalligining birinchi belgisi — og‘riqdir. Og‘riq odatda hayz ko‘rishdan bir hafta-o‘n kun oldin boshlanadi, ba‘zi hollarda qo‘ltiq osti va elka sohasiga tarqaladi. Ko‘krak bezlari shishadi, og‘irlashib, qattiq-lashib qoladi, hayz kelishi bilan esa, bu holat o‘tib ketadi.

Afsus, ko‘pgina ayollarimiz bu narsaga ahamiyat bermay, normal holat deb qaraydilar. Vaholonki, ko‘krak bezidagi bunday o‘zgarishlar mastopatiya kasalligining boshlang‘ich belgilaridir.

Mastopatiya kasalligi ko‘p yillar davomida sekin-astalik bilan rivojlanib boradi. Dastlab, ko‘krak bezi to‘qimasida qat-tiqlik, so‘ngra esa, mayda-mayda tugunchalar paydo bo‘ladi, borib-borib ko‘krak uchidan shilimshiq suyuqlik ajralish holatlari kuzatilishi mumkin.

Har qanday dardni, shu jumladan, ko‘krak bezi kasal-liklarini boshlang‘ich davrida davolash osonroq kechadi. Shuning uchun ayol kishi doimo o‘z sog‘ligini, deyluk, vaqti-vaqti bilan ko‘krak bezlarini ham tekshirib turishi lozim. Bordi-yu, ko‘krak yoki qo‘ltiq osti sohasida biror o‘zgarish kuzatilsa, darhol vrachga murojaat etish shart.

Mastopatiya kasalligini davolash ayol kishining umumiy holati, yoshi va kasallikning rivojlanish darajasini hisobga olgan holda olib boriladi. Bu xastalikni davolashga shartli ravishda ikki xil tarzda yondashish mumkin: gormonal preparatlar yordamida va gormonal bo‘lmagan vositalar yordamida. Gormonal bo‘lmagan vositalar sifatida quyidagilarni ko‘rsatish mumkin: vitaminlar, fitoterapiya (maxsus shifobaxsh o‘simliklar), fermentli preparatlar, biologik faol moddalar, gomeopatik unsurlar, parhez (qahva, achchiq choy, kakao, shokolad, kola ichimligini iste‘mol qilishni chegaralash) o‘simlik kletchatkasiga boy taomlarni iste‘mol qilish va bir kunda 1,5 - 2 litrdan ortiq suyuqlik ichmaslik.

Gormonal preparatlar yor-damida davolashga kelsak, bu usul o‘z ichiga gormonal vositalarni, aynan esa “oral kontratseptivlar”ni (homiladorlik rivojlanishining oldini oluvchi preparatlar) oladi. Individual ravishda to‘g‘ri tanlangan oral kontratseptiv vositalari masto-patiya kasalligi belgilarining kamayishiga, ba‘zi hollarda esa, hattoki, bu belgilarning butunlay yo‘qolib ketishiga olib boradi.

Lekin, unutmaslik kerakki, mastopatiya kasalligi muvaf-faqiyatli davolanishi uchun, avvalambor, tibbiy tekshiruv puxta o‘tkazilishi, tashxis aniq qo‘yilishi zarur.

Bu xastalik qancha erta aniqlanib, davolash boshlansa, natija shuncha yaxshi bo‘ladi, shu tariqa yanada jiddiy asoratlarning oldi olinadi.

Dilobar MIRRAHIMOVA,

tibbiyot fanlari doktori