Taraqqiyot spektri
ILMIY JURNALI
Vol 2 № 6 2026

AYOLLARDA O‘SMALAR MUAMMOSI: SABABLARI, BELGILARI VA OLDINI OLISH YO‘LLARI

Mamayunisova Rohatoy Oybek qizi
Buvayda Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
Akusherlik va genikologiya fani o'qituvchisi

Ergasheva Xursanoy
Buvayda Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
Akusherlik va genikologiya fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada ayollarda uchraydigan o‘smalar muammosi, ularning kelib chiqish sabablari, asosiy belgilari hamda oldini olish usullari haqida ma’lumot beriladi. Maqolada o‘smalarning xavf omillari, irsiy moyillik, noto‘g‘ri ovqatlanish, ekologik muhit va zararli odatlarning ta’siri yoritilgan. Shuningdek, kasallikni erta aniqlashning ahamiyati, muntazam tibbiy ko‘riklardan o‘tish va sog‘lom turmush tarziga rioya qilishning foydali jihatlari tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari ayollar salomatligini asrash va o‘smalarning oldini olishda profilaktik choralar muhim o‘rin tutishini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: ayollar salomatligi, o‘smalar, saraton, profilaktika, xavf omillari, erta tashxis, sog‘lom turmush tarzi, onkologik kasalliklar, diagnostika, tibbiy ko‘rik.

Kirish. Ayollar salomatligi jamiyat farovonligining muhim omillaridan biridir. So‘nggi yillarda ayollar orasida turli xil o‘smalar, jumladan, yaxshi sifatli va yomon sifatli o‘smalar uchrash holatlari ortib bormoqda. O‘smalarni erta aniqlash va o‘z vaqtida davolash ko‘plab asoratlarning oldini olishga yordam beradi. Shu sababli ayollar o‘smalarning sabablari, belgilari va profilaktikasi haqida yetarli ma’lumotga ega bo‘lishlari muhimdir.

O‘smalar nima?

Taraqqiyot spektri

O‘sma — bu organizmdagi hujayralarning nazoratsiz ko‘payishi natijasida hosil bo‘ladigan patologik tuzilma. O‘smalar ikki turga bo‘linadi:

Yaxshi sifatli o‘smalar – sekin o‘sadi, boshqa a’zolarga tarqalmaydi va ko‘pincha hayot uchun xavf tug‘dirmaydi.

Yomon sifatli o‘smalar (saraton) – tez rivojlanadi, atrofdagi to‘qimalarga va boshqa organlarga tarqalishi mumkin.

Ayollarda o‘smalar paydo bo‘lishining sabablari

O‘smalarning kelib chiqishiga bir qator omillar ta’sir qiladi:

1. Irsiy omillar

Agar oilada saraton yoki boshqa o‘sma kasalliklari kuzatilgan bo‘lsa, kasallik rivojlanish xavfi yuqori bo‘lishi mumkin.

2. Gormonal o‘zgarishlar

Estrogen va boshqa gormonlar muvozanatining buzilishi ko‘krak bezi, bachadon va tuxumdon o‘smalari rivojlanishiga sabab bo‘lishi mumkin.

3. Noto‘g‘ri turmush tarzi

Chekish, spirtli ichimliklarni iste’mol qilish, kamharakatlik va noto‘g‘ri ovqatlanish o‘smalar xavfini oshiradi.

4. Atrof-muhit omillari

Radiatsiya, zararli kimyoviy moddalar va ekologik ifloslanish ham kasallik rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatadi.

5. Virusli infeksiyalar

Ba’zi viruslar, xususan, inson papilloma virusi (HPV), bachadon bo‘yni saratoni rivojlanishida muhim omil hisoblanadi.

O‘smalarning asosiy belgilari

Kasallikning dastlabki bosqichlarida belgilar sezilmasligi mumkin. Biroq quyidagi holatlar kuzatilganda shifokorga murojaat qilish tavsiya etiladi:

Ko‘krak bezida tugun yoki qattiqlashish paydo bo‘lishi;

Hayz siklining buzilishi;

Taraqqiyot spektri

Qorin pastki qismida og‘riq;

G‘ayritabiiy qon ketishlar;

Tez charchash va holsizlik;

Tana vaznining sababsiz kamayishi;

Ishtahaning yo‘qolishi;

Teri yoki shilliq qavatlarda o‘zgarishlar.

O‘smalarning oldini olish yo‘llari

Sog‘lom turmush tarziga rioya qilish

Meva-sabzavotlarga boy ratsion, muntazam jismoniy faollik va zararli odatlardan voz kechish kasallik xavfini kamaytiradi.

Muntazam tibbiy ko‘riklar

Ayollar yiliga kamida bir marta ginekolog va boshqa mutaxassislar ko‘rigidan o‘tishlari tavsiya etiladi.

Skrining tekshiruvlari

Mammografiya, ultratovush tekshiruvi va sitologik tahlillar o‘smalarni erta bosqichda aniqlash imkonini beradi.

HPV ga qarshi emlash

Bachadon bo‘yni saratoni xavfini kamaytirish uchun HPV vaksinasidan foydalanish muhim ahamiyatga ega.

Stressni kamaytirish

Ruhiy salomatlikni saqlash va yetarli dam olish organizmning himoya kuchlarini mustahkamlaydi.

Xulosa. Ayollarda uchraydigan o‘smalar bugungi kunda dolzarb tibbiy muammolardan biri hisoblanadi. Kasallikning sabablarini bilish, dastlabki belgilariga e’tibor berish va muntazam profilaktik tekshiruvlardan o‘tish sog‘liqni saqlashning eng samarali usullaridan biridir. Erta tashxis va o‘z vaqtida davolash ko‘plab hollarda ijobiy natijalarga erishish imkonini beradi. Har bir ayol o‘z salomatligiga mas’uliyat bilan yondashishi va profilaktika choralariga amal qilishi zarur**.**

Taraqqiyot spektri