



IF = 9.2



**METHODS OF DIAGNOSIS AND TREATMENT OF
ANEMIAS DEVELOPED AGAINST THE BACKGROUND OF
DISEASES OF THE CARDIOVASCULAR SYSTEM AND
PREGNANT WOMEN**

Ahmadjonova Muhayyo Akramjon qizi

2nd year master's degree in "Obstetrics and Gynecology"

Tashkent State Medical University.

Email: muhayyoakramjonovna18@gmail.com

Asqarova Zebo Laziz qizi

3rd year student in "Pediatrics" Tashkent State Medical University.

Email: askarovazebo@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20557686>

ARTICLE INFO

Received: 25th May 2026

Accepted: 30th May 2026

Online: 31st May 2026

KEYWORDS

Anemia, red blood cells,
vitamin, iron, B12, healthy
life, oxygen, organ, blood,
genetic mutations,
treatment, nutrition.

ABSTRACT

Anemia, commonly known as "low blood count," is a widespread condition today. The main causes include environmental pollution, drastic climate changes, an increase in harmful particles in the air, and excessive consumption of unhealthy food. However, leading a healthy lifestyle and engaging in regular physical activity can help prevent the disease.

**МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ АНЕМИЙ, РАЗРАБОТАННЫЕ
НА ФОНЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И
БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН**

Ахмаджонова Мухайо Акрамжон кизи

2-й курс магистратуры по специальности «Акушерство и гинекология»

Ташкентского государственного медицинского университета.

Email: muhayyoakramjonovna18@gmail.com

Аскарова Зебо Лазиз кизи

3-й курс педиатрии, Ташкентского государственного медицинского университета

Email: askarovazebo@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20557686>

ARTICLE INFO

Received: 25th May 2026

Accepted: 30th May 2026

Online: 31st May 2026

KEYWORDS

Анемия, эритроциты,
витамин, железо, B12,
здоровый образ жизни,
кислород, орган, кровь,
генетические
изменения, лечение,
питание.

ABSTRACT

Анемия, в народе известная как «малокровие», является распространённым заболеванием в современном мире. Основными причинами являются экологические проблемы, резкие климатические изменения, увеличение вредных частиц в воздухе и чрезмерное употребление нездоровой пищи. Однако соблюдение здорового образа жизни и регулярные занятия спортом помогают предотвратить развитие болезни.



IF = 9.2

**HOMILADORLAR HAMDA YURAK-QON TOMIR TIZIMI KASALLIKLARI
FONIDA RIVOJLANGAN ANIMIYALARNI TASHXISLASH VA DAVOLASH
USULLARI****Ahmadjonova Muhayyo Akramjon qizi**

Toshkent davlat tibbiyot universiteti

“Akusherlik va ginekologiya” yo‘nalishi 2-kurs magistri.

Email: muhayyoakramjonovna18@gmail.com

Asqarova Zebo Laziz qizi

Toshkent davlat tibbiyot universiteti “Pediatriya” yo‘nalishi 3-kurs talabasi. Email:

askarovazebo@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20557686>**ARTICLE INFO**Received: 25th May 2026Accepted: 30th May 2026Online: 31st May 2026**KEYWORDS**

Anemiya, qizil qon hujayralari, vitamin, temir moddasi, B₁₂, Sog‘lom hayot, kislorod, organ, qon, genetik o‘zgarishlar, davolanishi, oziq-ovqat.

Kirish. Anemiya - dunyo bo‘ylab eng keng tarqalgan gematologik kasalliklardan biri hisoblanadi. Bu kasallik qizil qon hujayralari (eritrotsitlar) yoki gemoglobin miqdorining kamayishi bilan tavsiflanadi. Natijada organizmga kislorod yetkazib berish buziladi. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma‘lumotlariga ko‘ra, dunyoda 1,62 milliard odam anemiyadan aziyat chekmoqda. Ayniqsa, bolalar va homilador ayollar bu kasallikdan ko‘proq aziyat chekishadi. Anemiya – sog‘lom qizil qon hujayralari yoki gemoglobinin miqdorini organizmda tanqisligi. Gemoglobinin bu oqsil, qizil qon hujayralarida uchraydi, organlarni va to‘qimalarni O₂ bilan taminlaydi, kislorodni o‘pkadan butun organlarga

ABSTRACT

Anemiya – xalq tilida “kamqonlik” deyiladi. Xozirgi kunda keng tarqalgan kasallik. Sababi ekologik muammolar, iqlimning keskin o‘zgarishi, havoda zararli zarrachalar ko‘payib, nosog‘lom ovqatlar ko‘p istemol qilish kabilar, Sog‘lom turmush tarziga rioya etib, sport bilan shug‘ullanganda kasallikni oldi olinadi.

tarqatadi. Anemiyani kelib chiqish sabablari turli xil bo‘lishi mumkin. Masalan: Fe moddasining yetishmovchiligi, vitamin B₁₂ tanqisligi, genetik o‘zgarishlar, surunkali kasalliklar va ko‘p qon yo‘qotish kabilar. Anemiya belgilari quidagicha: umumiy holsizlik, charchoq, terini oqarishi, nafas siqishi, bosh aylanishi va og‘rig‘i, ishtahani yoqolib ta‘m bilish pasayishi va boshqalar. Birinchi keng tarqalgan turlaridan biri “Temir tanqisligi anemiyasi” (TTA). Bu eng keng tarqalgan anemiya turi bo‘lib, organizmda temir yetishmovchiligi natijasida rivojlanadi. Temir — gemoglobin sintezi uchun zaruriy element bo‘lib, uning yetishmovchiligi qon tarkibining buzilishiga olib keladi. Sabablari: Temirga boy mahsulotlarni kam iste‘mol



IF = 9.2

qilish (go'sht, jigar, yashil sabzavotlar) ,ichki qon ketishlar (oshqozon-ichak yarasi, hayz ko'rishning ortiqcha bo'lishi), surunkali infeksiyalar va yallig'lanish kasalliklari. Belgilari: holsizlik, bosh aylanishi, soch to'kilishi, tirnoqlarning mo'rtlashishi, terining oqarishi, ta'm va hid bilish buzilishi (bo'r, loy yeyishga moyillik).

Ikkinchi tur – "Megaloblast anemiya". Bu turdagi anemiya B12 vitamini va foliy kislotasi tanqisligi sababli yuzaga keladi. Sabablari: oshqozon-ichak traktidagi turli xil patologiyalar, vegeterianlik va noto'g'ri ovqatlanish, surunkali alkogolizm. Belgilari: tilning qizilligi va yallig'lanishi, asabiylashish, depressiya, yurak urishining tezlashishi kabilar

Anemiyaning uchinchi turi bu "Gemolitik anemiya". Bu turdagi anemiya eritrotsitlarning tez parchalanishi (gemoliz) natijasida yuzaga keladi. Sabablari: tug'ma kasalliklar (sferotsitoz, falassemiyalar), autoimmun kasalliklar, turli xilgagi infeksiyalar (malarik parazitlar). Belgilari: teri va shilliq qavatlarning sarg'ayishi, qorinning o'ng qismida og'riq (jigar va taloq kattalashishi), qon peshob bilan ajralishi.

Navbatdagi anemiya turi bu "Aplastik anemiya". Bu suyak iligi faoliyatining buzilishi tufayli eritrotsitlarning yetarli ishlab chiqilmasligi natijasida yuzaga keladi. Sabablari: radiatsiya yoki kimyoviy moddalar ta'siri, genetik mutatsiyalar, autoimmun kasalliklar Belgilari: qon ketishlarga moyillik, yuqori harorat, infeksiyalarga tez chalinish, Jismoniy zo'riqishda charchash kabi holatlar kuzatiladi.

Anemiyani aniqlash uchun laboratoriya tekshiruvlari o'tkaziladi.

Eng asosiy tekshiruvlarga quyidagilar kiradi: umumiy qon tahlili (UQT): gemoglobin, eritrotsitlar va gematokrit miqdorini baholash. Biokimyoviy tahlillar: temir, ferritin, B12 vitamini va folat darajalarini o'lchash. Periferik qon surtmasi: eritrotsitlarning shakli va rangini aniqlash. Shuningdek, kasallik etiologiyasini aniqlash uchun suyak iligi biopsiyasi, gemolitik testlar va genetik tadqiqotlar o'tkazilishi mumkin.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, anemiyaning eng keng tarqalgan turi temir tanqisligi anemiyasidir. Bemorlarda quyidagi simptomlar kuzatiladi: holsizlik va tez charchash, bosh aylanishi va hushdan ketish, yurak urishining tezlashishi (taxikardiya), teri rangining oqarishi (pallor), tirnoqlar va sochlarning mo'rtlashishi. Shuningdek, B12 vitamini tanqisligi anemiyasi va gemolitik anemiya ham muhim klinik muammolar qatoriga kiradi.

Anemiya ijtimoiy-iqtisodiy jihatdan ham katta ahamiyatga ega. Bolalarda jismoniy va aqliy rivojlanishning orqada qolishi, ish qobiliyatining pasayishi va homilador ayollarda tug'ruq asoratlari kuzatiladi. Homiladorlik davrda ayol tanasida qon hajmi oshadi, natijada qizil qon hujayralari (eritrotsitlar) va gemoglobin miqdori kamayishi mumkin. Agar gemoglobin darajasi 110 g/l dan past bo'lsa, homilador ayolda anemiya bor deb hisoblanadi. Agar anemiya vaqtida davolanmasa, quyidagi asoratlar yuzaga kelishi mumkin: homiladorlikning kechikishi – bola rivojlanishining sustlashishi, erta tug'ruq xavfi (anemiya erta tug'ruqga olib kelishi mumkin), kam vazn bilan tug'ilish – yetarlicha kislorod va oziqa moddalar yetishmaganda homila kam vaznli bo'lib



IF = 9.2

tug'iladi. Tug'ruqdagi qon ketish xavfi – gemoglobin past bo'lsa, qon ketishi xavfi oshadi. Onaning immuniteti pasayishi – infeksiyalarga moyillik oshadi.

Temir va vitamininga boy dori-darmonlar, to'g'ri ovqatlanish va profilaktik choralar anemiya tarqalishini kamaytirishga yordam beradi. Temirga boy mahsulotlarni iste'mol qilish: hayvon mahsulotlari: qizil go'sht, jigar, buyrak, tuxum sarigi, o'simlik mahsulotlari: dukkaklilar (no'xat, loviya, yasmiq), ko'katlar (ismaloq, petrushka), yong'oq va pista. Temirning yaxshi so'rilishini ta'minlovchi mahsulotlar: Vitamin C ga boy mahsulotlar: limon, apelsin, kivi, bulg'or qalampiri, pomidor; Hayvon oqsillari: go'sht mahsulotlari tarkibidagi gem temir oson so'riladi. Mevalar: olma, anor, uzum, shaftoli. B12 vitamini va foliy kislotasi yetarli miqdorda iste'mol qilish: jigar, tuxum, go'sht, baliq, sut mahsulotlari, yashil sabzavotlar, avokado, yeryong'oq, loviya .

Oqsil va aminokislotalarga boy mahsulotlar iste'mol qilish: baliq, parranda go'shti, dukkakli mahsulotlarni kiritish tavsiya etiladi.

Og'ir holatlarda tomir ichiga temir preparatlari yuboriladi yoki eritropoez stimulyatorlari ishlatiladi.

Anemiyani oldini olish: Sog'lom hayot sari muhim qadam! Temirga boy oziq-ovqatlarni iste'mol qilish, vitamin C bilan

do'st bo'lish, choy va qahvani me'yorda ichish – ular temirni organizmga singishiga to'sqinlik qiladi, harakat va toza havo – sport bilan shug'ullanish va ochiq havoda sayr qilish qon aylanishini yaxshilaydi. Sog'lom turmush tarzi – zararli odatlardan voz kechish, stressdan qochish va yetarli uyqu tanani quvvat bilan ta'minlaydi.

Anemiya butun dunyo bo'ylab sog'liqni saqlash tizimi oldidagi dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. Uni erta aniqlash va to'g'ri davolash usullari bilan oldini olish mumkin. Temir tanqisligi anemiyasining oldini olish uchun temirga boy mahsulotlarni iste'mol qilish va zarur hollarda temir qo'shimchalari qabul qilish tavsiya etiladi. Sog'lom turmush tarzi – zararli odatlardan voz kechish, stressdan qochish va yetarli uyqu tanani quvvat bilan ta'minlaydi. Anemiya insonning quvvatini so'ndiruvchi, tanani charchoq iskanjasiga oluvchi jimjimador dushmandir. Ammo bizning qo'limizda qudratli qurol bor – sog'lom turmush tarzi va to'g'ri ovqatlanish! Tabiat bizga eng qimmat boyliklarni hadya etgan: temirga boy taomlar, vitaminlar va toza havo. Inson shular bilan o'z salomatligini himoya qila oladi. Har bir qadam – quvvat sari, har bir sog'lom tanlov – hayot sari tashlangan mustahkam poydevor.

References:

1. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST). Anemiya bo'yicha global ma'lumotlar. WHO, 2021.
2. CDC. 'Temir tanqisligi anemiyasi: Sabablar va oldini olish'. CDC, 2022.
3. https://books.google.com/books/about/Hoffbrand_s_Essential_Haematology.html?hl=ru&id=lwieCAAAQBAJ
4. <https://aniq.uz/uz/yangiliklar/jsst-sil-kasalligini-aniqlash-hamda-davolashga-doir-yangi-tavsiyalarini-elon-qildi>



5. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/bjh.17033?msockid=190b8f14128363ce27119aa413286299>