

XAYZ SIKILINING BUZULISHLARI

Soliyeva Ma'mura

Andijon Abu Ali ibn Sino nomidagi
jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Annotatsiya: Hayz kechikib kelishi qizlar va ayollarning ginekologga tashrifining eng keng tarqalgan sabablaridan biridir. Ko'pchilik uchun ushbu tashrif homiladorlik haqidagi yangiliklar bilan yakunlanadi. Shu bilan birga, hayz paytida buzilishlar ayollarning jiddiy sog'liq muammolarini ham ko'rsatishi mumkin.

Kalit so'zlar: hayz, follikulyar faza, ovulyatsiya faza, progesteron (lyuteinli) faza, proliferatsiya faza, sekreksiya faza.

Ayol organizmida gormonlar bilan bog'liq bo'lgan va menstrual qon ketish bilan birga kechadigan ritmik takrorlanib turuvchi jarayonlar **hayz sikli** deb nomlanadi. Hayz sikli paytida ayol organizmida homiladorlik boshlanishi va uning kechishi uchun zarur bo'lgan shart-sharoitlarni ta'minlashga qaratilgan o'zgarishlar ro'y beradi. Hayz funksiyasining shakllanishi pubertat (o'smirlik) davriga bog'liq. Odatda, menarxe (birinchi hayz) 11-14 yoshlikda kuzatiladi, shundan keyin 1 dan 1,5 yilgacha bo'lgan davrda hayz siklining muntazamligi o'rnatiladi.



Hayz sikli davomiyligi joriy hayz kelishining (menstratsiyaning) birinchi kundan keyingi hayz kelishining birinchi kunigacha hisoblanadi. Individual fiziologiyaga ko'ra, hayz sikli normada 21 dan 30-35 kungacha bo'lgan muddatni tashkil qiladi, odatda 28 kun. Menstrual funktsiyaning yo'qolishi menopauza davrida — 45-50 yosh oralig'ida sodir bo'ladi.

Hayz siklining regulyatsiyasi miya po'stlog'i, gipofiz, gipotalamus, tuxumdonlar tomonidan amalga oshiriladigan va qin, bachadon va sut bezlari manfaati bilan olib boriladigan murakkab neyrogumoral mexanizm ta'siri ostida yuzaga keladi.

Gipotalamus-gipofiz tizimi tomonidan ajratiladigan gonadotrop gormonlar — FSG, LG va LTG tuxumdonlarda o'zgarishlarini keltirib chiqaradi, bu tuxumdon sikli deb ataladi va quyidagi bosiqchlarni o'z ichiga oladi:

- **Follikulyar faza** — follikulning yetilishi jarayoni;
- **Ovulyatsiya fazasi** — yetilgan follikulning yorilishi va tuxum hujayraning chiqishi;

• **Progesteron (lyuteinli) faza** — sariq tananing rivojlanishi jarayoni.



Menstruatsiya davrining oxirida, tuxum hujayra urug'lantirilmagan bo'lsa, sariq tana regressiya qiladi. Tuxumdonlarning jinsiy gormonlari (estrogenlar, gestagenslar) bachadonda tonus, qon ta'minoti, qo'zg'aluvchanlik, shilliq qavatdagi dinamik jarayonlarning o'zgarishini, ya'ni ikki bosqichdan iborat bachadon siklini chaqiradi:

• **Proliferatsiya fazasi** — endometriy funktsional qatlamining tuzalishi, jarohatlangan yuzasi bitishi va uning keyingi rivojlanishi. Bu bosqich follikulning rivojlanish jarayoni bilan bir vaqtda sodir bo'ladi.

• **Sekretsia fazasi** — bachadon shilliq qavati funktsional qatlamining yumshashi, qalinlashishi va rad etilishi (deskvamatsiya). Funktsional qatlamning rad etilishi hayz ko'rish orqali namoyon bo'ladi. Vaqti bo'yicha bu bosqich tuxumdonidagi sariq tananing rivojlanishi va nobud bo'lishiga to'g'ri keladi.

Shunday qilib, hayz sikli, odatda, ikki fazali hisoblanadi: tuxumdon siklining follikulyar va lyuteinli fazalari va ularga mos keladigan, bachadon siklining proliferatsiya va sekretsia fazalari. Normada yuqorida aytilgan siklik jarayonlar ayol fertil yoshining butun davomida ma'lum vaqt oralig'ida qayta va qayta takrorlanib turadi.

Menstrual siklning buzilishi kasallik emas, balki ichki a'zolar faoliyatida buzilishlar mavjudligi belgisidir.

Hayz funktsiyasi buzilishi sabablari turlicha bo'lishi mumkin, xususan:

• Ginekologik kasalliklar (bachadon miomasi va saratoni, bachadon va ortiqlarining yallig'lanishi);

• Og'ir ekstragenital kasalliklar (qon kasalliklari, endokrin tizim, jigar, markaziy asab tizimi kasalliklari, yurak poroklari);

• Infektsiyalar;

• Gipovitaminoz;

• Yashash joyini keskin o'zgartirish;

• Bachadonning travmatik shikastlanishi (instrumental manipulyatsiyalarda — abort va hokazo);

• To'yib uxlamaslik;

• Stress va ruhiy travmalar.

Siklning buzilishi boshqa a'zo va tizimlar tomonidan chaqirilishi ham mumkin, masalan:

• Qisqa muddat ichida ko'p vazn tashlash;

• Qandli diabet;

- Gipertoniya;
- Qalqonsimon bez patologiyalari;
- Semizlik;
- Buyrak usti bezi faoliyatida buzilishlar;
- Ba'zi turdagi dori vositalarini qabul qilish.

Hayz siklining buzilishi hayz ko'rish ritmi va intensivligining o'zgarishi bilan namoyon bo'lishi mumkin, masalan ular o'rtasidagi davrning uzayishi yoki qisqarishi, ajraladigan qon miqdorining oshishi yoki kamayishi, hayz ritmi o'zgaruvchanligi. **Hayz siklining buzilishi quyidagi shaklda kechadi:**

- **Amenoreya** — hayzning 6 oydan ortiq vaqt davomida kelmasligi;
- **Gipermenstrual sindrom:**
 - gipermenoreya — hayz qonining ko'p bo'lishi;
 - polimenoreya — 7 kundan ortiq hayz ko'rish;
 - proyomenoreya — 21 kundan kam interval bilan tez-tez hayz ko'rish.
- **Gipomenestrual sindrom:**
 - gipomenoreya — hayz qonining kam bo'lishi;
 - oligomenoreya — hayz muddatining qisqarishi (1-2 kundan ortiq bo'lmaydi);
 - opsomenoreya — 35 kun va undan ortiq muddatli juda uzoq intervallar bilan hayz ko'rish.
- **Algomenoreya** — og'riqli hayz ko'rish;
- **Dismenoreya** — umumiy buzulishlar (bosh og'rig'i, ishtahaning pasayishi, ko'ngil aynishi, qusish) bilan kechadigan hayz;
- **Algodismenoreya** — mahalliy og'riqlar va umumiy ahvolning yomonlashishi bilan kechadigan hayz;
- Ovulyatsiya va sariq tana yo'qligi bilan tavsiflanadigan neyroendokrin regulyatsiyaning buzilishi natijasida sodir bo'ladigan **anovulyator (bir fazali) bachadondan qon ketish.**

Bir fazali hayz siklida menstrual disfunktsiya follikul persistentsiyasi (follikulning ovulyatsiyasiz yetilishi va follikulyar kista rivojlanishi) yoki yetilmagan follikulning atreziiyasi (degeneratsiyasi, bo'shliqqa aylanishi) tomonidan chaqirilgan bo'lishi mumkin.

Ginekologiyada ikki fazali hayz siklini aniqlash uchun muntazam ravishda ertalabki rektal (bazal) haroratni o'lchash usuli qo'llaniladi.

Ikki fazali hayz siklida, follikulyar fazada to'g'ri ichakdagi harorat 37 °C dan kam, lyufazada esa 37 °C dan yuqori bo'ladi va hayz boshlanishidan 1-2 kun oldin pasayadi.

Anovulyator (bir fazali) siklda harorat egrisi biroz o'zgarishlar bilan 37 °C dan kamroq ko'rsatkichlar bilan farqlanadi. Bazal haroratni o'lchash kontraseptsiyaning fiziologik usuli hisoblanadi. Bundan tashqari, ikki bosqichli hayz siklida turli vaqtlarda

qindan olingan surtmalar sitologik tasvirida xarakterli o'zgarishlar kuzatiladi: «filament», «qorachiq» alomatlari va boshqalar.

Metorragiya, ya'ni hayz sikli bilan bog'liq bo'lmagan asiklik bachadondan qon ketishi ko'pincha ayol jinsiy tizimining o'smalar tomonidan shikastlanishiga hamrohlik qiladi. Hayz buzilishiga duch kelgan ayollar, albatta, buzilish sababini aniqlash uchun albatta ginekologga murojaat qilishlari kerak.

Ko'pincha, hayzning keyingi buzishlari homilaning rivojlanish davrida homila jinsiy a'zolarining joylashishi va differentsirovkasi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Kimyoviy, medikamentoz moddalar, radiatsion vositalar, onaning infeksiyon kasalliklari qizlarda tuxumdonlar yetarli rivojlanmasligiga olib keladigan salbiy omillar sifatida xizmat qilishi mumkin. Shuning uchun hayz ko'rish disfunktsiyasining oldini olish homilaning antenatal (bachadon ichida) davrdan boshlanadi. To'g'ri ovqatlanish va sog'lom turmush tarzi, ayollar salomatligini kuzatib borishlari hayz buzilishini oldini olishga yordam beradi.

Hayz sikli buzilishini davolash kasallikning sabablarini bartaraf etishga qaratilgan bo'lishi kerak:

- Infeksiyon va yallig'lanish jarayonlari maxsus tabletkalar va fizioterapevtik muolajalar bilan davolanadi.
- Boshlang'ich gormonal buzilishlarda gormonal terapiya belgilanadi.
- O'smalar mavjud bo'lganda jarrohlik aralashuvi talab etilishi mumkin.
- Zaiflashgan organizmni qo'llab-quvvatlash uchun jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish, ratsional ovqatlanish, vitaminlar yordam beradi.

Kuchli zo'riqishlar va og'ir mehnatda uzoq muddatli va to'laqonli dam olish kerak. Kamroq yurish talab etiladi, ammo to'shakka mixlanib olish ham kerak emas. Biroz jismoniy faollik baribir kerak.

Iqlimning o'zgarishi tufayli yuzaga kelgan buzilishda hech qanday qo'shimcha choralar qo'llanilmaydi. Organizm yangi sharoitga moslashishi bilan muammo o'zidan-o'zi bartaraf bo'ladi.

Shuni ta'kidlash kerakki, hayz sikli 45 yoshdan keyin buziladigan bo'lsa, bu klimaks davridning boshlanishidan darak berishi mumkin.

Ushbu buzilishni kichik muammo deb qabul qilmaslik kerak. Quyida nima sababdan shifokorga murojaat qilish kerakligining eng qisqa ro'yxati:

- Nomuntazam sikl jiddiy anovulyatsiya bilan kechishi mumkin, bu natijada bepustlikka olib keladi;
- Tez-tez mesntrual qon ketishi jiddiy oqibatlarga olib keladi — doimiy charchoqdan tortib mehnat qobiliyatining to'liq yo'qotilishigacha;
- Birlamchi kasallikni kech aniqlash uning rivojlanib ketishiga va salomatlikka jiddiy ziyon yetkazishiga sabab bo'ladi.

Hayz sikli buzilishiga olib kelishi mumkin bo'lgan kasalliklar soni yetarlicha ko'p bo'lganligi sababli, profilaktik chora-tadbirlar ham har bir omilni oldini olishga qaratilgan bo'lishi kerak:

- Tasodifiy jinsiy aloqalarni cheklash;
- Kontraseptivlardan foydalanish;
- Sog'lom va muvozanatli ovqatlanish;
- Shifokor tavsiyasiga ko'ra vitamin komplekslarini qabul qilish;
- Qizlarda hayz sikli buzilishini oldini olish uchun eng kamida 6 oyda bir marta ginekolog tekshiruvidan o'tib turish.

Parhezga amal qilish ham yaxshi samara beradi. Taomnomaga temir va oqsilga boy bo'lgan mahsulotlarni ko'proq kiritish kerak, birinchi navbatda go'sht. Ozish uchun mo'ljallangan parhezlar va mashg'ulotlar qat'iy taqiqlanadi. Dietolog bilan maslahatlashish ortiqchalik qilmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Подзолкова Н.М. Симптом, синдром, диагноз. Дифференциальная диагностика в гинекологии. Подзолкова Н.М., Глазкова О.Л. 3-е изд., испр. и доп. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014.
2. Veb sayt <https://mymedic.uz/kasalliklar/ginekologiya/hayz-siklining-buzilishi/>.