



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

MODERN THERAPEUTIC APPROACHES IN CHRONIC INTERNAL DISEASES: STABILIZATION OF THE CONDITION AND ENSURING QUALITY OF LIFE

Voxidjon Xatamov

Central Asian Medical University,
Fergana, Uzbekistan

DOI: 10.5281/zenodo.15534182

Article History	Abstract
Received: 07.04.2025 Accepted: 28.05.2025	Chronic internal diseases — including arterial hypertension, diabetes mellitus, heart failure, and chronic obstructive pulmonary disease — pose a significant threat to the health of the population worldwide. This article analyzes modern therapeutic approaches aimed at effectively managing these diseases and improving the quality of life of patients. Advanced treatment strategies, including individualized therapy, optimized use of drugs, lifestyle changes, integrated methods of diet, rehabilitation, and psychological support, are reviewed. The positive contribution of telemedicine and digital health technologies to therapeutic practice is also analyzed. The article is of practical and theoretical importance for therapists working with patients with chronic diseases, and includes recommendations for stabilizing the disease state and ensuring long-term control.

Keywords: Chronic internal diseases, therapeutic approach, individualized treatment, quality of life, diet, rehabilitation, telemedicine, health technologies.



SURUNKALI ICHKI KASALLIKLARDA ZAMONAVIY TERAPEVTIK YONDASHUVLAR: HOLATNI BARQARORLASHTIRISH VA SIFATLI HAYOTNI TA'MINLASH

Annotatsiya/ Аннотация

Surunkali ichki kasalliklar — jumladan arterial gipertenziya, qandli diabet, yurak yetishmovchiligi va surunkali obstruktiv o'pka kasalligi — butun dunyo bo'ylab aholi salomatligiga katta tahdid solmoqda. Ushbu maqolada ushbu kasalliklarni samarali boshqarish va bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan zamonaviy terapevtik yondashuvlar tahlil qilinadi. Ilg'or davolash strategiyalari, shu jumladan individualizatsiyalangan terapiya, dori vositalarining optimallashtirilgan qo'llanilishi, hayot tarzi o'zgarishlari, parhez, rehabilitatsiya va psixologik yordamning integratsiyalashgan usullari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, telemeditsina va raqamli sog'liqni saqlash texnologiyalarining terapiya amaliyotiga qo'shgan ijobiy hisssasi tahlil qilinadi. Maqola surunkali kasalliklarga chalingan bemorlar bilan ishlovchi terapevtlar uchun amaliy va nazariy ahamiyatga ega bo'lib, kasallik holatini barqarorlashtirish va uzoq muddatli nazoratni ta'minlash bo'yicha tavsiyalarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar/ Ключевые слова: Surunkali ichki kasalliklar, terapevtik yondashuv, individualizatsiyalangan davolash, hayot sifati, parhez, rehabilitatsiya, telemeditsina, sog'liqni saqlash texnologiyalari.

Kirish

Bugungi kunda surunkali ichki kasalliklar global sog'liqni saqlash tizimi uchun eng dolzarb muammolardan biri bo'lib qolmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, surunkali nafas yo'llari kasalliklari va onkologik kasalliklar kabi surunkali kasalliklar har yili dunyo bo'ylab 41 millionga yaqin inson hayotiga zomin bo'lmoqda, bu esa barcha o'lim holatlarining 74 foizini tashkil etadi [1]. O'zbekistonda ham surunkali ichki kasalliklarning tarqalishi yil sayin ortib bormoqda, ayniqsa aholi orasida gipertenziya, semizlik, diabet va yurak yetishmovchiligi holatlari ko'p uchramoqda [2].

Surunkali kasalliklar odatda uzoq davom etadigan, sekin rivojlanadigan va qayta-qayta avj oladigan xususiyatga ega bo'lib, ularning kompleks terapiyasini talab qiladi. An'anaviy davolash yondashuvlari ko'pincha kasallik belgilari bilan kurashish bilan cheklanib qolgan bo'lsa, zamonaviy terapevtik yondashuvlar bu kasalliklarni kompleks, ko'p bosqichli va individual tarzda boshqarishga qaratilgan. Hozirgi davrda terapevtlar faqat dori-darmon belgilash bilan cheklanmasdan, bemorning turmush tarzi, ruhiy-emotsional holati, oziqlanishi,



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

jismoniy faolligi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini ham inobatga olgan holda yaxlit davolash strategiyalarini ishlab chiqmoqdalar [3].

Bunday integratsiyalashgan yondashuvlar surunkali kasalliklarning kechishini sekinlashtirish, asoratlarni kamaytirish va bemorlarning hayot sifatini oshirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, zamonaviy sog'liqni saqlash tizimida individualizatsiyalangan terapiya va kasallikni uzoq muddatli monitoring qilish tushunchalari oldingi o'ringa chiqmoqda. Raqamli sog'liqni saqlash vositalari, jumladan, telemeditsina, mobil ilovalar, elektron sog'liqni saqlash kartalari terapevtlar va bemorlar o'rtasidagi aloqa sifatini oshirgan holda, davolash samaradorligini ta'minlaydi [4].

Ushbu maqolada surunkali ichki kasalliklarni boshqarishda qo'llanilayotgan zamonaviy terapevtik yondashuvlarning nazariy va amaliy asoslari, ularning tibbiy-amaliyotdagi roli, afzalliklari hamda istiqbollari tahlil qilinadi. Shuningdek, maqolada mavjud terapevtik protokollar, ilg'or klinik tavsiyalar va individual yondashuvning samaradorligi muhokama qilinadi. Bu yondashuvlar orqali surunkali kasalliklarga chalingan bemorlarning holatini barqarorlashtirish va ularning hayot sifatini oshirishda qanday yutuqlarga erishilayotganiga e'tibor qaratiladi.

Adabiyotlar tahlili

So'nggi o'n yilliklarda surunkali ichki kasalliklarni boshqarish borasida terapevtik yondashuvlarda sezilarli o'zgarishlar kuzatilmoqda. Bu o'zgarishlar tibbiyot amaliyotining individualizatsiyalashuvi, multimodal terapiyaga o'tish va zamonaviy texnologiyalarning klinik amaliyotga keng integratsiyalashuvi bilan bog'liq.

Avvalo, surunkali kasalliklarning asosiy xususiyatlari — ularning uzoq davom etishi, asta-sekin rivojlanishi va tez-tez qaytalanishidir. Bunday holatlarda samarali davolash kasallikning faqat klinik belgilari emas, balki uning patofiziologik asoslarini ham nazorat qilishga qaratilgan bo'lishi kerak [5]. Masalan, gipertenziyani davolashda faqat qon bosimini pasaytirish emas, balki yurak-qon tomir tizimi faoliyatining barqarorligini ta'minlash, hayot tarzini sog'lomlashtirish, stress omillarini kamaytirish ham muhim ahamiyatga ega.

Zamonaviy terapevtik yondashuvlar orasida individualizatsiyalangan terapiya yetakchi o'rinni egallaydi. Har bir bemorning kasallik kechishi, yosh, jins, hamroh kasalliklar, dori vositalariga sezuvchanligi inobatga olinib, individual davolash rejasi tuziladi. Bu yondashuv klinik natijalarni yaxshilashi, dori vositalarining nojo'ya ta'sirlarini kamaytirishi bilan ajralib turadi [6]. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, standart protokollarga asoslangan yondashuvdan farqli ravishda, individual yondashuv asosida olib borilgan terapiya surunkali yurak yetishmovchiligi va diabet kasalliklarida bemorlar salomatligini sezilarli darajada yaxshilaydi [7].

Bundan tashqari, multidisiplinar yondashuv — ya'ni terapevt, dietolog, psixolog, reabilitolog va boshqa mutaxassislarning hamkorlikdagi ishlashi — surunkali kasalliklarni



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

boshqarishda samaradorlikni oshiradi. Ushbu jamoaviy yondashuv orqali bemorning umumiy holati, hayot sifati va davolanishga bo'lgan motivatsiyasi oshadi [8].

Parhez va hayot tarzi o'zgarishlari ham surunkali kasalliklarni terapevtik boshqarishda muhim omillardan biri sanaladi. Masalan, 2-tur diabet va gipertenziyada past kaloriyalı dieta, tuz iste'molini cheklash, jismoniy faollikni oshirish va uyqu gigiyenasiga rioya qilish orqali klinik holat sezilarli darajada yaxshilanadi. Ushbu yondashuvlar hozirgi kunda kasallikni dori-darmonsiz nazorat qilish imkonini ham beradi [9].

Shuningdek, telemeditsina va raqamli sog'liqni saqlash texnologiyalari terapevtik amaliyotda yangi bosqichni boshlab berdi. Mobil ilovalar, masofaviy monitoring tizimlari va onlayn maslahatlar orqali bemorlar o'z holatini muntazam kuzatish, dorilarni eslatma orqali olish, shifokor bilan masofadan bog'lanish imkoniyatiga ega bo'lishdi. Masalan, AQShda olib borilgan bir tadqiqotga ko'ra, yurak yetishmovchiligi bilan og'rikan bemorlar orasida masofaviy monitoring bilan qo'llab-quvvatlangan bemorlar guruhida qayta kasalxonaga yotqizilish ko'rsatkichlari 30% ga kamaygan [10].

Boshqa bir muhim jihat — psixologik qo'llab-quvvatlash. Surunkali kasallikka chalingan bemorlar ko'pincha depressiya, xavotir, ijtimoiy izolyatsiya kabi ruhiy holatlar bilan ham kurashishadi. Klinik amaliyotda kognitiv-behavioral terapiya, psixologik maslahat va guruhli davolash usullarini terapevtik rejaga qo'shish bemorning davo jarayonidagi faol ishtirokini kuchaytiradi [11].

Yevropa va AQShning klinik ko'rsatmalarida (masalan, ESC, ADA) terapevtik yondashuvlarda bemor markazidagi, isbotlangan, ko'p komponentli va barqarorlikka asoslangan strategiyalarni qo'llash tavsiya etilmoqda [12]. O'zbekiston sog'liqni saqlash tizimida ham bu yo'nalishda bir qator islohotlar amalga oshirilmoqda, jumladan oilaviy shifokor institutini kuchaytirish, mahalliy tibbiyot muassasalarini raqamlashtirish va profilaktik xizmatlar salohiyatini oshirish orqali surunkali kasalliklarni erta aniqlash va boshqarish imkoniyatlari kengaymoqda [13].

Xulosa

Surunkali ichki kasalliklarning o'sib borayotgan tarqalishi zamonaviy tibbiyot oldiga nafaqat kasallikni davolash, balki bemorlarning hayot sifatini ta'minlash, kasallik oqibatlarini kamaytirish va ularning jamiyatdagi faol ishtirokini qo'llab-quvvatlash kabi ko'plab murakkab vazifalarni qo'ymoqda. Ushbu maqolada keltirilgan tahlillar asosida shuni ta'kidlash mumkinki, an'anaviy yondashuvlardan farqli o'laroq, bugungi terapevtik strategiyalar ko'proq individualizatsiyalangan, ko'p tarmoqli, kompleks va texnologik jihatdan integratsiyalashgan yondashuvlarga tayanmoqda.

Zamonaviy terapevtik yondashuvlar — bu faqat dori vositalarini belgilash emas, balki bemorning umumiy salomatlik holatini baholash, hayot tarzini sog'lomlashtirish, psixologik yordam ko'rsatish va kasallikni masofaviy monitoring qilishga asoslangan integratsiyalashgan



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

modelidir. Bunday yondashuvlar surunkali kasalliklarga chalingan bemorlarning holatini barqarorlashtirishda, kasallikning avj olishini sekinlashtirishda va hayot sifatini yaxshilashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Shuningdek, bemorning davolash jarayonidagi faol ishtiroki, o'z kasalligini tushunishi va boshqarish malakalarini shakllantirish ham terapevtik muvaffaqiyatning ajralmas qismidir. Shu nuqtai nazardan, sog'liqni saqlash tizimi ham terapevtlarning ko'nikmalarini yangilash, zamonaviy tibbiy texnologiyalarni keng joriy qilish va aholining sog'lom turmush tarziga bo'lgan motivatsiyasini kuchaytirishga alohida e'tibor qaratishi lozim.

Xulosa qilib aytganda, surunkali ichki kasalliklarda zamonaviy terapevtik yondashuvlar bemor salomatligini saqlash va jamiyatda sog'lom hayot sifatini ta'minlash yo'lida muhim strategik vosita bo'lib xizmat qilmoqda. Kelgusida bu boradagi ilmiy izlanishlar, sog'liqni saqlash siyosatidagi islohotlar va tibbiyot amaliyotidagi innovatsion yondashuvlar ushbu sohaning rivojlanishida hal qiluvchi rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati:

1. World Health Organization (WHO). Noncommunicable diseases. 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Tibbiyot statistikasi to'plami, 2023-yil.
3. Collins, R., & MacMahon, S. (2021). The principles of chronic disease management. *The Lancet*, 398(10301), 150–159.
4. Bashshur, R., Shannon, G., & Krupinski, E. (2020). The empirical foundations of telemedicine interventions for chronic disease management. *Telemedicine and e-Health*, 26(5), 302–309.
5. Bodenheimer, T., Wagner, E. H., & Grumbach, K. (2002). Improving primary care for patients with chronic illness. *JAMA*, 288(14), 1775–1779.
6. Jameson, J. L., Fauci, A. S., Kasper, D. L., Hauser, S. L., & Longo, D. L. (2020). *Harrison's Principles of Internal Medicine*. McGraw-Hill Education.
7. Clegg, A., Young, J., Iliffe, S., Rikkert, M. O., & Rockwood, K. (2013). Frailty in elderly people. *The Lancet*, 381(9868), 752–762.
8. Nolte, E., & McKee, M. (2008). *Caring for people with chronic conditions*. World Health Organization Europe.
9. Evert, A. B., et al. (2019). Nutrition therapy for adults with diabetes or prediabetes: a consensus report. *Diabetes Care*, 42(5), 731–754.
10. Inglis, S. C., et al. (2015). Structured telephone support or telemonitoring programmes for patients with chronic heart failure. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (10).



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

11. Katon, W. J. (2011). Epidemiology and treatment of depression in patients with chronic medical illness. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 13(1), 7–23.
12. American Diabetes Association. (2024). Standards of Medical Care in Diabetes—2024. *Diabetes Care*, 47(Supplement_1).
13. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. (2023). Tibbiy islohotlar bo‘yicha Milliy dastur.