

**MAVZU: INGALYASIYA OLISHDA BEMORGA XAMSHIRALIK
PARVARISHI.****Qodirova Dilnozaxon Sultovna***Xo'jaobod Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi**Maxsus fani o'qituvchisi*

Ingalyatsiya — yo'talni davolashning oddiy va arzon usuli hisoblanadi. Uni uy sharoitida ham amalga oshirish [mumkin](#).



Shifokorlar ko'pincha quruq va nam yo'talni davolash uchun ingalyatsiyani tavsiya qiladi. Birinchi holda, ingalyatsiya shilliq qavatlarni namlaydi, bu bir muddat og'riqli xurujlardan xalos bo'lishga imkon beradi. Shu bilan birga, shilimshiq va balg'amning chiqishi yaxshilanadi, yo'tal asta-sekin namlanadi, ya'ni muolaja samarali yordam bera boshlaydi. Ikkinchidan, nafas olish balg'amning ko'chishini faollashtiradi, tuzalish jarayonini tezlashtiradi.

Gar uyda ushbu jarayon o'tkazilishi kerak bo'lsa, bir nechta muhim qoidalarga e'tibor berish lozim. Birinchidan, ko'tarilgan tana haroratida ingalyatsiya tavsiya etilmaydi. Ikkinchidan, bug' harorati 30-40 darajadan oshmasligi kerak, o'ta issiq komponentlar shish paydo bo'lishiga olib kelishi mumkin. Uchinchidan, ingalyatsiya

kasallikning birinchi alomatlarida, tomoq sohasidagi achishish boshlanishi va quruq yo‘tal paydo bo‘lishi bilanoq amalga oshirilsa, samarali bo‘ladi. To‘rtinchidan, iloji bo‘lsa, nebulayzerdan foydalanish muhim — bu chuqur idish yoki choynak ichidagi issiq suv ustida nafas olishdan ko‘ra oson va xavfsizroqdir.

Quruq yo‘tal uchun

Dorivor giyoh qaynatmalari

Moychechak, salbiya (shalfey), dalachoy, kalendula, malina barglari, yalpiz mos keladi. Bu giyohlar yallig‘lanishga qarshi, ekspektoran, mukolitik va antiseptik ta‘sirga ega. Ingalyatsiya uchun o‘t ustiga qaynoq suv quyiladi, 30 daqiqa davomida qaynatiladi, kichik idishga quyiladi. Keyin dorivor o‘tlar qaynatmasi solingan idishga egilib, bug‘dan 10-15 daqiqa davomida nafas olinadi. Dorivor damlamani choynakka quyib, uning jo‘mragega qog‘oz qo‘yib nafas olish mumkin.

Iste‘mol sodasi eritmasi

Iste‘mol sodasi turli viruslar va mikroblarga qarshi kurashda samarali vositadir. Shu tufayli u shamollashni davolashda ingalyatsiya uchun dezinfektsiyalash vositasi sifatida ishlatiladi, bu xalqona tabobat, ayniqsa, tomoq og‘rig‘i uchun samarali hisoblanadi. 1 choy qoshiq sodali suvni bir litr issiq suvda suyultiriladi, 10 daqiqadan ko‘proq vaqt davomida bug‘ ustidan nafas olinadi.

Dori vositalari

Quruq yo‘talda ingalyatsiya bronxodilatatorlar (bronxospazmni yo‘qotish), mukolitiklar (balg‘amni ko‘chirish va uning chiqishini osonlashtirish), antiseptiklar (patogen mikroorganizmlarni yo‘q qilish) uchun buyuriladi.

Mineral yoki sho‘r suv

Ular shilliq qavatning namlovchi moddalariga tegishli, uni yumshatadi, umumiy holatni yaxshilaydi.

Efir moylari

Odatda evkalipt, shaftoli, qarag‘ay, yalpiz, chakanda moyi, bodom yog‘i ishlatiladi, ular bir stakan issiq suvga 2-3 tomchi qo‘shiladi va keyin uning bug‘idan nafas oladi. Yog‘lar yumshatish va yallig‘lanish jarayonini to‘xtatish uchun quruq yo‘talda tavsiya etiladi.

Nam yo‘tal uchun

Ingalyatsiya eritmasiga “Zvezdochka” balzami, mentol tomchilari, ignabargli daraxt yog‘ini qo‘shish mumkin.

Mineral suv

Ishqoriy mineral suv nafas olish yo‘llarining shilliq qavatini namlaydi va shilimshiqni yupqalashtiradi, uning eng kichik bronxiollardan chiqarilishini yaxshilaydi. Ingalyatsiya uchun gidroksidi mineral suvdan foydalanish kerak, masalan,

Borjomi, Narzan, Yessentuki-17 va boshqalardan kuniga 3-4 marta ingalyatsiyani o'tkazish mumkin.

Biroq issiq bug' va efir moylari bilan ingalyatsiya qilishning bolalar uchun nojo'ya ta'sirlari ko'p (eski usulda, ya'ni qaynoq suv solingan idishlarda ingalyatsiya qilish orqali yuqori nafas yo'llarining kuyish xavfi bo'lgan).

Shuning uchun uyda bolalarni davolashning eng yaxshi usuli nebulayzer hisoblanadi – bu dori-darmonlarni aerazolga aylantiradigan va traxeya shilliq qavatini namlantirib, bronxlar va o'pkalarga kirib boradigan qurilma.

Nebulayzerlarning uch turi mavjud:

1. **Ultratovushli** – kichik hajmli va shovqinsiz, yotganda, o'tirganda va hatto uxlayotganda ham dori bilan nafas olishingiz mumkin, qurilmani yo'lda o'zingiz bilan olib ketishingiz mumkin, ammo u eng yosh bolalar uchun juda mos keladi. Biroq u barcha turdagi dorilar uchun mo'ljallanmagan, chunki ultratovush to'liqlari ularning tuzilishini yo'q qilishga qodir.

2. **Kompressorli** – ular elektr energiyasi bilan ishlaydi, juda ko'p joy egallaydi, ulardan foydalanish shovqinli, ammo narxi bo'yicha byudjetga mos keladi. Ularga materiallar sarflash kerak emas va funktsiyalari jihatidan ko'p qirrali – ularga barcha turdagi dori-darmonlarni quyishingiz mumkin.

3. **Mesh nebulayzer** – bu avvalgi ikki turning afzalliklarini o'zida birlashtirgan yangi avlod qurilmasi. Narxlari bo'yicha eng qimmat.

Ingalyatsiya uchun eritmani davolovchi shifokor tashxis (tonzillit, faringit, bronxit, pnevmoniya va boshqalar) asosida buyurishi kerak.

Nebulayzerda foydalanish uchun 5 ta dori guruhi mavjud: yallig'lanishga qarshi dorilar, antibiotiklar, kortikosteroidlar, bronxodilatatorlar va mukolitiklar.

Ba'zida dorivor komponentlarsiz faqat sho'r suv bilan ingalyatsiyalar yetarli, chunki natriy xlor ham balg'amni yumshatadi va uning chiqarilishiga yordam beradi. Ingalyatsiyadan foydalanishda asosiy **qarshi ko'rsatmalar** quyidagilar:

- yuqori harorat;
- eritma tarkibiy qismlariga allergiya;
- burundan qon ketishi;
- yurak kasalliklari.

Esda saqlab qoling:

- ovqatdan so'ng darhol bolaga protsedurani qilmang;
- ingalyatsiyadan so'ng bolani ozgina yotishiga ruxsat berish va hech qanday holatda u bilan sovuqqa chiqmaslik kerak;
- ingalyatsiya jarayonida gaplashmang (bolani chalg'itish uchun unga multfilmlar qo'yib berishingiz yoki kitob o'qishingiz mumkin).

Shunday qilib, ingalyatsiyalar uyda 1-2 yoshdagi bolalarda amalga oshirilishi mumkin bo'lgan samarali va oddiy protseduralardir. Protseduradan oldin pediater bilan albatta maslahatlashing.

Adabiyotlar

1. Zokirova K.O', Toxtamatova D.O' «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, 2009
2. Inomov K.S. «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, 2003
3. Inomov K.S. «Hamshiralik ishi asoslari». Toshkent, O'zbekiston milliy nashriyoti, 2007
4. Nazirov F.G. «Bemorlarni uyda va shifoxonada parvarish qilish». Toshkent, Abu Ali ibn Sino nashriyoti, 2003
5. Tolkachyova O.V., Zinkovskaya I.V. «Osnovi sestrinskogo dela». Toshkent, Tasvir nashriyoti, 2008
6. Tolkachyova O.V., Zinkovskaya I.V. «Osnovi sestrinskogo dela». Toshkent, Cho'lpon nashriyoti, 2009
7. Umarova T.Yu. «Hamshiralik ishi». Toshkent, 2003 Fozilbekova M.A. «Hamshiralik ishi nazariy asoslari». Toshkent, 2003