

BEL OG'RIQLARI BILAN BOG'LIQ KASALLIKLAR VA ULARNI DAVOLASHDA ABU ALI IBN SINONING QO'LLAGAN USULLARI

Xalimova Dilrabo Jalilovna

Abu Ali ibn Sino nomli Buxoro davlat tibbiyot instituti ichki kasalliklar
propedeutikasi kafedrası assistenti

ANNOTATSIYA

Abu Ali ibn Sino o'z asarlarida ko'plab kasalliklar bilan bir qatorda bel og'riqlari uchun ham bir qancha davolash usullari haqida yozib qoldirgan. Avitsenna hayotining asosiy ishi tibbiyot edi. 16 yoshida u Buxoro amirining o'zini davolashga taklif qilinadi. O'shandan beri Ibn Sino ko'plab Sharq hukmdorlarining saroy tabibi bo'lgan. Zamondoshlari uni "shifokorlar shahzodasi" deb atashgani bejiz emas.

Kalit so'zlar: o'pka trubkasi, skolyoz, miyozit, bel og'rig'i

ABSTRACT

Abu Ali ibn Sina has written about several treatment options for back pain as well as many diseases. The main work of Avicenna's life was medicine. At the age of 16, he is invited to self-treatment by the Emir of Bukhara. Since then, Avicenna has been a palace healer of many Eastern rulers. It is not surprising that contemporaries called him "the Prince of doctors".

Keywords: lung tube, scoliosis, miositis, back pain

АННОТАЦИЯ

Абу Али ибн Сина написал о ряде методов лечения болей в спине в дополнение ко многим заболеваниям. Основным делом жизни Авиценны была медицина. В 16 лет его пригласили на лечение к бухарскому эмиру. С тех пор Ибн Сина был придворным врачом многих восточных правителей. Неслучайно современники называли его «князем врачей».

Ключевые слова: туберкулез легких, сколиоз, миозит, боли в спине.

KIRISH

Abu Ali ibn Sino o'zining biografiasida tibbiyotga bo'lgan yo'li haqida shunday yozgan edi: "Men tibbiyotni o'rganishni boshladim, o'qishimni bemorlarning kuzatishlari bilan to'ldirdim, bu menga kitoblarda topib bo'lmaydigan ko'plab davolash usullarini o'rgatdi". Ibn Sino avlodlarga tibbiyotga oid ko'plab kitoblarni qoldirdi va uning "Tibbiyot ilmi haqida risola"si Injildan keyingi ikkinchi bosma kitob bo'lib, 600 yil davomida shifokorlar uchun asosiy kitob bo'lib xizmat qildi. Avitsennaning 1000 yil muqaddam yozgan sog'lom hayot kechirish haqidagi

maslahati XXI asrda ham dolzarbdir. Abu Ali ibn Sino bel og'riqlari xususida shunday yozadi: Bel og'riqlari tez-tez jismoniy mashqlar qilishni to'xtatish sababli kelib chiqadi va harakatlardan voz kechishi tufayli bel qismi zaiflashib boradi. Agar siz jismoniy mashqlar qilsangiz bel va boshqa kasalliklarda qabul qilingan dori-darmonlarni iste'mol qilishning hojati yo'q, agar ayni paytda normal rejimning barcha boshqa retseptlariga rioya qilsangiz albatta. Mushaklarda va umurtqa pog'onasini o'rab turgan ichki va tashqi tendonlarda bel og'rig'i paydo bo'ladi. Qayerda bo'lishidan qat'i nazar, ular tabiatning sovuqligidan va nam shilimshiqdan yoki katta charchoqdan shuningdek, ba'zi ichki organlarning ishtiroki tufayli yuzaga keladi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Shunday qilib, bel og'rig'i buyraklarning zaifligi va ozg'inligi, umurtqa pog'onasida joylashgan katta tomirning toshib ketishi yoki o'pka trubkasidagi o'sma tufayli seziladi. Bunday og'riqlar, masalan, hayz ko'rishning tugashiga yaqinlashganda, "bachadonning bo'g'ilishi" va qisqarishi bilan birga, bachadonning ishtiroki bilan ham paydo bo'ladi. Orqa og'rig'i sizni ba'zan egilishga, ba'zan esa to'g'rilashga majbur qiladi. Egilishga majbur qiladigan og'riqlar torayib turuvchi qattiq shish yoki boshqa sabablardan kelib chiqadigan og'riqlar va odamni o'nglashga majbur qiladigan og'riqlar ruhning xohishiga zid bo'lmagan og'riqlardir. Agar qo'l og'riqni his qilsa, unda og'riqning sababi tashqi mushaklarda, agar sezmasa, ichki mushaklarda.

Bel og'riqlarida Abu Ali ibn Sino quyidagi davo vositalarini qo'llaganlar. Charchoq va shunga o'xshash sabablarga ko'ra og'riqlar iliq yog'lar bilan yengil ishqalanish bilan davolanadi. Orqa og'rig'i paydo bo'lganda, u ko'pincha umurtqa pog'onasining sovuqligi va buyraklarning zaifligidan kelib chiqadi, shuning uchun davolanish eng katta darajada ushbu ikki organga yo'naltirilishi kerak. Biz allaqachon buyraklarni davolash haqida to'liq gapirgan edik, shuningdek, umurtqa pog'onasini isitish haqida hamma narsani to'liq aytdik, ammo bel og'rig'i uchun maxsus davolash uchun furbiyun moyidan surish yoki selderey sharbati va loviya moyini ichish orqali davolanishi mumkin. Shuningdek, qora no'xat qaynatmasiga to'rt qoshiq sariyog' va bir qoshiq asal bilan o'n to'rt kun davomida iste'mol qilinadi. Qushqonmas o'simligi ham uzoq vaqt davomida juda foydali va bu kasallikdan aziyat chekadiganlar orasidan sovuq tabiatga ega bo'lgan odamlar uchun tavsiya etiladi.

Agar bel og'rig'i yelka kuraklari orasida sezilsa, bu bronxit va yo'tal bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Agar orqa mushaklaringiz og'riyotgan bo'lsa, noqulaylik bir kun oldin og'ir yuk ko'tarish tufayli ortiqcha kuchlanish tufayli bo'lishi mumkin. Takroriy kuchli og'riqning yanada jiddiy sabablari bor. Masalan, ichki organlarning

yallig'lanishi, buyrak toshlari, orqa miya kontuziyasi. Orqaning tashxisi degenerativ o'zgarishlarni ko'rsatmasa, ichki organlarni tekshirish kerak. Bu noqulaylik nefrozning alomati bo'lishi mumkin. Ertalab uyg'onganidan so'ng, yelka kuraklari ostida, o'ng yoki chap tomonda noqulaylik va og'riq seziladi. Bu his-tuyg'ular nafaqat uyqu paytida noto'g'ri pozitsiya yoki noto'g'ri to'shakda dam olish bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Quyidagi sabablarga ko'ra uyqudan keyin bel og'riydi:

- kun davomida og'irlikni keskin ko'tarish bilan jismoniy ish bajarilishi;
- orqa mushaklar zaiflashishi;
- intervertebral churra yoki osteoxondroz tashxisi qo'yilgan bo'lsa;
- hipotermiya sodir bo'lganda;
- umurtqa pog'onasi egilgan, buning natijasida mushaklar notekis qisqargan bo'lsa;
- semizlik, buning natijasida umurtqa pog'onasidagi yuk notekis taqsimlanadi;
- homiladorlik;
- stress holatida.

Orqa og'rig'ining sabablarini o'rganayotganda, ko'pincha umurtqa pog'onasini qo'llab-quvvatlovchi mushak korsetining siqilishi va spazmlari uchraydi. Quyidagilar natijasida harakatchanlik buziladi:

-Fibromiyalgiya. Orqa bo'ynidan pastki orqa tomon og'riydi. Nevrologik alomatlar kuzatiladi - orqa tomonning ma'lum nuqtalariga bosilganda sezuvchanlik kuchayadi.

-Polimiyozit. Orqa mushaklari hipotermiya, ortiqcha kuchlanish tufayli yallig'lanadi. Tanani aylantirish mushaklarning zaifligi seziladi.

-Dermatomiyozi. Orqaning chiziqli va silliq mushaklari yaqinidagi teri yallig'lanadi.

Orqa miyaning tortishishi tufayli ko'pincha orqa og'riydi. Orqa miya miya va magistral o'rtasidagi aloqadir. U umurtqalar orasidagi orqa miya kanalida boshdan dum suyagigacha boradi. Orqa miyaning 31 ta tarmog'i mavjud. Har bir nerv tananing ma'lum bir qismini innervatsiya qilish uchun javobgardir. Orqa miyaning bir qismini tortishishi yoki yallig'lanishi tufayli orqangiz og'rishi mumkin:

- miya qon aylanishining buzilishi;
- yaqin mushaklarning yallig'lanishi;
- vitamin va minerallarning yetishmasligi;

Orqa tarafdagi noqulaylik jismoniy kasallik bilan bog'liq emas. Tekshiruvdan o'tgandan so'ng, patologiya aniqlanmaydi, ya'ni orqa va bo'g'imlardagi og'riqlar psixologik omillardan kelib chiqadi. Noxush tuyg'ular depressiya, surunkali stress,

asabiy taranglik va jinsiy norozilik tufayli yuzaga kelishi mumkin. Asabiy asosda yurish o'zgaradi, og'irlashadi va hissiy buzilishlar paydo bo'ladi. Orqaning tortishib qolishi skolyoz, miyozit, vertebralarda degenerativ o'zgarishlarning rivojlanishi haqida signal beradi. Agar terapiya bir necha oy davomida natija bermasa, bemorda malign o'simta borligi tekshiriladi.

O'tkir va o'tkir og'riqlar siydik yoki o't pufagidagi toshlarni, buyraklarning yallig'lanishini yoki ulardagi neoplazmalarni tashxislash zarurligini ko'rsatadi.

Ko'pincha yugurish yoki sport mashg'ulotlaridan keyin bel og'riydi. Odatda bu bir necha soatdan keyin yo'qoladi. Ammo agar og'riq faqat o'sib borsa, qon aylanishining buzilishi, skolyoz va osteoxondroz ehtimolini istisno qilish kerak. Ko'pincha bu tashxislar o'tirgan holda ishlaydigan odamlarda ham ko'p uchraydi.

Yurish paytida chap tomonda doimiy og'riqlar radikulit bilan og'rikan bemorlarga xosdir. Miyokard infarkti paytida chap yelka kuragi va pastki orqa o'rtasida og'riq yuzaga keladi. Homiladorlikning kech davrida og'irlik markazining o'zgarishi tufayli asab siqilishi mumkin.

Churra - diskning elastikligi pasayganidan keyin disk yadrosining chiqib ketishi. Deformatsiya umurtqa pog'onasidagi stressning kuchayishi, ozuqa moddalarining yetishmasligi va metabolizmning buzilishi bilan bog'liq. Eng kichik yuk va og'irliklarni ko'tarishda vertebra orasidagi masofa kamayadi, shuning uchun churra ko'proq tashqariga chiqadi. Og'riq keskin va o'tkirdir. Unda oyoq-qo'llarning sezgirligining pasayishi vujudga keladi.

Orqa miya bo'ylab yoki ma'lum bir nuqtada og'riq asab tugunlarining siqilganligini ko'rsatadi. Egrilik bilan og'irlashuv sodir bo'ladi.

Og'riq yengil bo'lsa, protrusionni taxmin qilish mumkin. Noqulaylik kuchayishi bilan protrusion osteoxondrozga aylanishi mumkin.

Vertebral og'riqlar sababli miyalgi, osteoartrit, vertebra sinishi, spondilozda paydo bo'ladi. Ankilozan spondilit bilan hosil bo'lgan og'riq doimiy va o'tkirdir.

XULOSA

Ko'pincha bemorlar qaysi shifokorga murojaat qilishni bilishmaydi. Nevrolog bel og'rig'ini kompleks davolash bilan shug'ullanadi. Aynan unga umurtqa pog'onasi bilan bog'liq muammolar bilan bog'lanishingiz kerak. Biroq, mutaxassis kelishidan yoki unga tashrif buyurishdan oldin, bel og'rig'i uchun birinchi yordam ko'rsatish kerak.

Eng muhimi, dam olishdir. Buning uchun siz qattiq va tekis yuzada qorin bilan yotishingiz kerak. Eng yaxshisi - polda. Bir necha daqiqadan so'ng, siz muloyimlik bilan orqangizga aylanishingiz va oyoqlarini ko'tarishingiz kerak, ularni 90 daraja

burchak ostida ushlab turishingiz kerak. Bu sizning umurtqa pog'onasidagi og'riqni olib tashlaydi.

REFERENCES

1. Popelyanskiy Ya.Yu., Veselovskiy V.P., Xafizov R.G. Lomber osteoxondroz sindromlarining klinik ko'rinishini shakllantirishga ekzogen ishlab chiqarish omillarining ta'siri. Kitob: Sanoat korxonalarida ishchilari va muhandis-texnik xodimlarining kasalliklarini kamaytirishning ilmiy va amaliy asoslari. Chelyabinsk, 1980; 2: 38-9.
2. Toroptseva N.V., Benevolenskaya L.I., Karyakin A.N. va boshqalar. Rossiyadagi sanoat korxonasi ishchilari orasida belning pastki qismida og'riqning tarqalishi. Wedge revmatol 1995; (5): 26-9.
3. Erdes Sh.F., Dubinina T.V., Galushko E.A. Pastki qismdagi og'riqning chastotasi va tabiati