

QANDLI DIABET KASALLIGI VA UNING DAVOLASH USULLARI

Erkin izlanuvchi **Isomiddinova Nodira**
CAMU DI talabasi **Davronov Baxodir**

Qand kasalligi dunyoda keng tarqalgan va yosharib borayotgan kasalliklardan biri bo'lib, xalq tabiblari orasida "shirin kasal" deb yuritiladi. Kasallik boshlanish davrida yengil bo'lib, tez fursatlar ichida og'irlashadi. Qand kasalligi paydo bo'lishiga oshqozon osti bezining faoliyati buzilishi natijasida insulin moddasini ishlab chiqarilishini kamayishi yoki umuman ishlab chiqarilmasligi sabab bo'ladi. Uning qo'shimcha sabablari deb, odam organizmida issiqlikning yilma-yil to'planishi, ya'ni iste'mol qilingan oziq-ovqat quvvatining ma'lum qismi ishlatilmay qolishini aytish mumkin. Shunga ko'ra, qonda va siydikda qand miqdori oshib ketadi, uni muvozanatga keltirish uchun bemorga insulin yuboriladi. Biroq bu usul noilojlikdan qilinadigan sun'iy tadbir hisoblanadi. Bu kasallikda bemor organizmida quyidagi o'zgarishlar kechadi: og'zi quriydi, ko'p suv ichadi, boshi og'riydi, asabiylashadi, yuragida og'riq paydo bo'ladi, ko'zi xiralashadi, badanida chumoli yurganday bo'ladi oyog'i og'riydi.

Qand kasalligi juda qadimdan ma'lum bo'lib, ulug' bobokalonimiz Abu Ali ibn Sino o'zining "Tib qonunlari" asarida bu kasallik haqida quyidagicha yozadi: "Suv qanday ichilgan bo'lsa, shu holda chiqadi". Kasallik davolari haqida esa: "Kasalga sovuq mizojli suyuqliklar ichir, sovuq vannaga sol, nordon ayron ichir, mevalar ber, yalpiz damlab ichir, ya'ni kasalni ho'lla, sovut"-deb yozadi. Ovqatlanish tartibi haqida esa bug'doyli atala, sirkali ovqatlar, sabzavotdan suyuq ovqatlar ichirishni tavsiya qiladi. Bu tavsiyalardan bilish mumkinki, kasallik issiqlikning oshishi tufayli paydo bo'ladi.

Ayrim manbalarga ko'ra, bu kasallikni butkul davolash mumkin. Buning uchun bemor, tabib va dorivor gilyohlar birlashib, qanoat, chidam va matonat bilan ishga kirishishi lozim. Davolanish muddati kasallikning og'ir-yengilligi, eski yoki yangiligi va turiga bog'liq bo'ladi. Qand kasalligini xalq tabobati davolash usullari, zamonaviy tibbiyotning davolash usullariga to'g'ri kelmasligi mumkin. Shu sababdan, qaysi muolaja usulidan foydalanish bemorning ixtiyoriga bog'liq.

Qand kasalligini xalq tabobati bo'yicha davolash usullariga quyoshda chiniqtirish, parhez hamda dorivor o'simliklardan tayyorlangan damlamalar kabilarni kiritish mumkin. Quyoshda chiniqtirish muolaja usuli, ko'pincha javzo (22-maydan 21-iyulgacha) oyida har kuni bo'lib-bo'lib, jami 4 soat davomida bosh kiyimda taxtada

yotish shart. Oftobga chiqishdan oldin to'yib qatiq ichish lozim. Ikki soat yerga, ikki soat osmonga qarab yotish, har soatda salqinga borib dam olish, dam olayotganda esa shaker solinmay uzoq qaynatilgan o'rik suvini issiq-issiq ichish zarur. Kechga borib iliq suvda yuvingan ham yaxshi.

Oftobga birinchi, ikkinchi, uchinchi chiqishda qon bosimi biro z ko'tarilishi mumkin, undan qo'rqish shart emas, chunki u tezda orqaga qaytadi. Lekin ba'zi bemorlarda qon bosimi bilan birgalikda, isitma paydo bo'lib, bemor lohaslanishi mumkin. Shunday holatlarda ham muolajani to'xtatmaslik lozim. Balki, ajriq tomirini qaynatib ichirish, aloy ichidagi shilliqni boshga emlash, aloy bargini mayda to'g'rab qaynatib ichirish, shaftoli bargini qaynatib ichirish, ayron ichirish lozim.

Qand kasalligida bemor sut, qovurilgan taomlar, kabob, qazi, qo'y yog'I, spirtli ichimlik, sho'r narsalar, do'kon shirinliklar, qandolatchilik mahsulotlari, mevalardan esa uzumni iste'mol qilmasligi lozim. Sutning iste'mol qilinmasligiga sabab sut qaynatilganda qurtlari o'ladi, ammo undagi yiring yo'qolmaydi, bu esa odamga zarar. Iste'mol qilishi mumkin bo'lgan mahsulotlarga qatiq zardobi, ko'k choy, tog' rayhoni, yalpiz, hamma poliz mahsulotlarini, suvi qochgan non, qattiq non, talqon kabilarni kiritishimiz mumkin. Asalni esa sovuq fasllarda, me'yorida iste'mol qilish lozim. Ovqatlarni esa ko'katlar bilan, ayniqsa, ko'k piyoz, kata oq piyozni ko'p yeyish ham juda foydali.

Qand kasalligini davolashda behining quritilgan va maydalangan barglaridan ham foydalanish mumkin. Ularning po'stlog'ini hovonchada yanchilib, bir osh qoshig'ini yarim choynak yoki termosga solib, ustidan yarim litr qaynoq suv quyiladi va ikki soat damlab qo'yiladi. Damlamadan kuniga 3-4 mahal yarim stakandan ichilsa yaxshi foyda qiladi.

To'g'ralgan quruq mevasidan bir osh qoshig'I ustiga bir stakan qaynoq suv quyib, 20 daqiqa damlab qo'yiladi. Past olovda o'n daqiqa qaynatiladi va yarim soat damlab qo'yiladi. Suzib olib, kuniga 3-4 mahalqandli diabetda va qo'shimcha ravishda kamqonlikda ham iste'mol qilinishi mumkin.

Bundan tashqari, gazandaning barglaridan bir osh qoshig'ini termosga solib, ustiga bir stakan qaynoq suv quyib, 2 soat o'rab qo'yiladi. Kuniga uch mahal ovqatdan yarim soat oldin yarim stakandan ichiladi. Yangi uzilgan barglarining damlab ichilsa, yaxshi bo'ladi.

Gazanda, makkajo'xori ppusi va qariqiz ildizidan 100 g dan olib yig'ma qilinadi. Ikki osh qoshig'ini kechqurun termosga solib, ustiga ikki stakan qaynoq suv quyiladi. Ertalab suzib olib, kuniga to'rt mahal yarim stakandan yarim soat oldin ichiladi.

Anor diabetga chalingan bemorlar uchun juda foydali mevalardan biri bo'lib, hatto organizmda insulin ishlab chiqarilishini ta'minlaydi. Buning uchun kuniga to'rt mahal 60 tomchidan anor sharbati qabul qilinadi. Muolajaning foydasi davolanishning uchinchi kunidanoq seziladi. Nordon-shirin anor sharbatini iste'mol qilish ham juda yaxshi foyda beradi.

Qand kasalligini davolash jarayonida inson ichki va tashqi a'zolaridagi, o'zi bilgan- bilmagan bir qancha kasalliklari ham davo topadi. Jismoniy ish bilan muntazam shug'ullangan yoki doimiy bbadantarbiya qilib, ortiqcha ovqatlanmay, o'z ishini, dam olishini to'g'ri tashkil qilgan odamlar qand kasalligiga hech qachon chalinmaydi. Shu sababdan har bir inson o'zining shaxsiy hayotini tartibga solishi, sog'lom turmush tarzi qoidalariga amal qilishi, o'z vaqtida tibbiy ko'rikdan o'tishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Abu Ali ibn Sino "Tib qonunlari" asari
2. I.R.Asqarov "Tabobat qomusi" asari
3. Abdulaziz Saidnuriddin o'g'li "O'zbek xalq tabobatidan" asari 1,2,3-qismlar
4. Internet sahifalari.