

## **Fizioterapevtik muolajalarni organizmga ta'siri**

*Akbarova Hilola Abdurasul qizi*

*Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi katta o'qituvchisi*

*Keldiboyeva Muslima To'xtanazar qizi*

*Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi*

*Mamatqodirova Rayxonoy Abduqaxxor qizi*

*Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi*

*Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi*

**Abstract:** Physiotherapy - Greek "physio" - nature, "therapia" - treatment, that is, treatment with the forces of nature. Physiotherapy is a field that studies and applies the unique properties and healing properties of various natural and artificial factors. Almost all physical therapy procedures, such as massage, water and heat or electrical treatment, are aimed at improving blood circulation in the diseased body part, thereby restoring the function of the part.

**Key words:** Physiotherapy, UHF, electrophoresis, laser therapy, electromassage, nur therapy, inhalation, magnetic therapy, massage, hydrotherapy

Barchaga ma'lumki, ba'zi hollarda farmakologik preparatlarni qabul qilish nojo'ya ta'sir ko'rsatishi yoki allergiya yoki preparat va uning komponentlariga nisbatan yuqori sezuvchanlik, ovqat hazm bo'lishining buzilishi, qorin shishishi, ich qotishi, diareya, jigar yoki boshqa sog'lom organlarga ta'sir va hatto shunchaki dorining og'izdagi yoqimsiz ta'mi kabi noxush reaksiya va oqibatlariga olib kelishi mumkin. Fizioterapiya esa odatiy dori preparatlarini qabul qilishni ancha kamaytirishga imkon beradi, ba'zi hollarda esa organizmga tashqi foydali jismoniy ta'sir ko'rsatish hisobiga bunday muolajadan butunlay voz kechish yoki uning ta'sirini to'ldirish mumkin. Unga qo'shimcha tarzda aytish mumkinki, ba'zi muolaja jarayonlaridan o'tish nafaqat foydali, balki yoqimli bo'ladi. Ular bo'shashtirish, tinchlantirish va o'z vaqtida yangi hissiyotlar tuhfa etish xususiytiga ega. Muolajalar kerak joyida sog'lom organlarga zarar yetkazmagan holda organizmingizni sog'lomlashtiradi. Fizik omillar odamga uning butun evolyutsion taraqqiyoti davomida ta'sir etgan. Shuning uchun fizioterapevtik davo tadbirlari dori moddalariga qaraganda organizmga fiziologik jihatdan ko'proq ijobiy ta'sir etadi va noxush o'zgarishlar

kam kuzatiladi. Fizioterapevtik omillar organizmga eng kichik dozada berilganda a'zolar maxsus himoya tizimi, yallig'lanishga qarshi jarayonlarni tiklab, katta terapevtik samaraga erishishi mumkin. Fizik omillarning a'zolarga ta'siri zamirida tanada hosil bo'luvchi maxsus biokimyoviy reaksiyalar yotadi. Fizioterapevtik muolajalardan nafas, yurakqon tomir tizimi, ovqat hazm qilish, bo'g'im, nerv tizimlari va boshqa xastaliklarning oldini olish hamda davolash maqsadida foydalaniladi.

Fizioterapiyaning afzalliklari:

- jismoniy omil, atrof-muhitning elementi bo'lib, tananing ta'lim ta'siriga ega bo'lgan odatiy ogohlantirishdir, organizmdagi kompensatsion-adaptiv jarayonlarni rag'batlantiradi; jismoniy omillar toksiklikka ega emas, nojo'ya ta'sirlarga va tananing allergiyasiga olib kelmaydi;
- dori vositalarining ta'sirini kuchaytirishi, ularning ayrimlarining yon ta'sirini kamaytirishi mumkin;
- fizioterapiya uzoq muddatli ta'sirga ega, terapevtik ta'sir juda muhim vaqt davomida (olti oydan bir yilgacha) davom etadi va hatto davolanish tugaganidan keyin ham ortadi;
- fizioterapiya boshqa dorilar bilan yaxshi kombinatsiyalangan. Uning usullari bir-biri bilan birlashtirilishi mumkin, umumiy yoki mahalliy protseduralar shaklida, doimiy yoki impuls rejimida, tashqi yoki ichki ta'sirlar shaklida qo'llanilishi mumkin.

Hozirga vaqtda bemorlarni qisqa muddatda tez va sifatli davolashga, shu bilan birga kasallikning rivojlanishiga yo'l qo'ymaslik uchun davolash kompleksiga katta e'tibor qaratilmoqda, ya'ni davolash kompleksida faqat dori-darmonlarni qo'llashga tayanib qolmasdan, balki dorisiz davolash usullarini qo'llashga katta e'tibor berilmoqda.

Fizioterapevtik muolajalarni muntazam qo'llashdagi afzalliklari:

- 1. Fizikaviy usul davolash vositasi sifatida barcha uchun qulay, hatto uy sharoitida ham qo'llanilishi mumkin.
- 2. Samaradorlik jihatidan boshqa davolash vositalaridan yuqori turadi.
- 3. Dori-darmonlar va boshqa davolash vositalaridan farqi, fizioterapevtik usullardan faqatgina davolash vositasi sifatida emas, balki turli

kasalliklarning oldini olish, organizmni sog'lomlashtirish va chiniqtirish uchun ham foydalaniladi.

- 4.Organizمنىڭ barcha sistemalariga fizik omillar faol ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun fizioterapevtik apparatlardan bir necha xili bo'lsa ham, ularning ishlatilish uslubini yaxshi bilgan holda turli xil kasalliklarni samarali davolash mumkin.

Fizioterapiya quyidagi sog'lomlashtiruvchi davolash tartiblari kompleksini o'z ichiga oladi: issiqlik terapiyasi, elektroforez, nur yordamida muolaja, magnitoterapiya, CMT-fizioterapiya, UVCH, umumiy UFO, darsonval, ultratovushli ta'sir, elektromassaj, ingalyatsiya, amplipuls, cho'zish, manual terapiya va massaj.Bu kabi davolash usullari aniqsa og'ir operatsiyalar, shikastlanishlar, jiddiy surunkali kasalliklarni boshidan o'tkazgan bemorlarga organizmning tezlashtirilgan reabilitatsiyasi va hayotiy tonusini oshirish maqsadida tayinlanadi. Ba'zi fizioterapevtik uslublarni qo'llashdan davolash natijalarini ushlab turish va mustahkamlash uchun profilaktika maqsadlarida va yanada yaxshiroq samaraga erishish uchun foydalanish mumkin.Tabiiy omillarning organizmga ijobiy ta'siri sharofati bilan qon aylanishi, limfa aylanishi va tomir-muskul hissi yaxshilanadi, immunitet va metabolizm jarayonlari jadallashadi, to'qimalar regeneratsiyasi tezlashadi, organlarning normal ishchanligi tiklanadi va h.k

Kasalliklar ichida eng ko'p uchraydiganlari, bu yurak-qon tomir tizimi kasalliklari, shular jumlasidan, stenokardiya, miokard infarkti, yurak ishemik kasalligi, yurak tug'ma va orttirilgan illatlari (poroklar), shuningdek, nafas a'zolari o'tkir va surunkali kasalliklari (bronxit, zotiljam, bronxial astma, o'pka gangrenasi va absessi, o'pka sili va h.k.). Bundan tashqari, ovqat hazm qilish tizimi kasalliklari ham ko'p uchraydi. Bulardan – o'tkir va surunkali gastrit, oshqozon yarasi kasalligi, kolit va enterokolit, jigar surunkali kasalliklari va h.k.

Fizioterapiya uslublari osteoxondrozda, tanosil tizimidagi kasalliklarda, stomatologiyada va tibbiyotning boshqa ko'plab sohalarida keng qo'llaniladi.

Bu kasalliklarga chalingan bemorlar maxsus, individual va umumiy davolashdan tashqari, reabilitatsiya choralarga ham muhtojdirlar. Reabilitatsiya muolajalari kasallik turiga, og'irlik darajasiga va bemorning umumiy ahvoriga qarab belgilanadi. Bunday bemorlarga shifoxona yoki poliklinika hududida, reabilitatsiya maqsadida davolash komplekslari, profilaktoriyalar va sanatoriy-kurortlar barpo etilgan.Sog'liqni saqlash tizimidagi muassasalarida reabilitatsiya bo'limlari,

fizioterapiya bo‘limlarni bo‘lishi va ularda olib boriladigan fizioterapiya va davolovchi jismoniy tarbiya usullari odam organizmida sog‘lomlashtirishda, chiniqtirishda kasallikni davolash vaqtini qisqartirishda va asoratlarni oldini olishda qo‘llanilishi dolzarb masala xisoblanadi. Chunki yuqoridagi uslublarni qo‘llanishi asosiy terapiyani ta'sirini kuchayishiga va dori moddalardan kuzatiladigan asoratlarni oldini olishiga imkoniyat beradi. Sport tibbiyoti bo‘limlarida sportchilarni salomatligini saklashda va mustaxkamlashda ahamiyati yuqori

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Babadjanov S.N Spravochnik fizioterapiya “Abu Ali Ibn Sino”, T, 1999 s.279 (uchebnik dlya studentov)
2. Yuldashev K.Yu, Kulikov Yu.A. «Fizioterapiya» (uchebnik dlya studentov) 1994
3. Rixsieva O.A. «Massaj» T. 1996
4. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz).
5. [www.google.co.uz](http://www.google.co.uz)
6. [www.medical.uz](http://www.medical.uz)