

# GESTATION QANDLI DIABET: HOMILADORLIK DAVRIDA GLYUKOZANING METABOLIK XUSUSIYATLARI VA UNING ASORATLARI

*Ahmatova Muzayan Fozil qizi*

*Termiz iqtisodiyot va servis universiteti, Fundamental tibbiyot fanlari kafedrasida*

*Xalikova Nigina Ravshanovna*

*Termiz iqtisodiyot va servis universiteti, Fundamental tibbiyot fanlari kafedrasida*

**Annotatsiya.** Gestatsion diabet homiladorlik davrida rivojlanadigan qandli diabetning bir turi bo'lib, qon shakar darajasining normadan oshishi bilan tavsiflanadi. Ushbu maqolada gestatsion diabetning sabablari, xavf omillari, klinik belgilari, tashxis usullari va davolash yo'llari muhokama qilinadi. Shuningdek, onaga va chaqaloqqa ta'sir qiluvchi asosiy asoratlar haqida ham ma'lumot berilgan. Kasallikni erta aniqlash va nazorat qilish orqali uning salbiy ta'sirlarini kamaytirish mumkin.

**Kalit so'zlar:** gestatsion diabet, homiladorlik, qandli diabet, glyukoza nazorati, insulin, homila rivojlanishi.

## Kirish

Homiladorlik ayol organizmida katta o'zgarishlarni keltirib chiqaradi. Bu jarayonda ba'zi ayollarda gestatsion diabet (GD) rivojlanishi mumkin. Gestatsion diabet homiladorlik vaqtida rivojlanadigan qandli diabetning bir turi bo'lib, qon shakar darajasining normadan oshishi bilan tavsiflanadi.

## Gestatsion diabet sabablari

Gestatsion diabetning asosiy sababi homiladorlik vaqtida gormonlar ta'sirida insulin sezgirligining pasayishidir. Ayniqsa, platsenta tomonidan ishlab chiqariladigan gormonlar insulin ta'sirini kamaytiradi. Shu sababli, ba'zi ayollarda organizm qondagi glyukozani me'yorda ushlab tura olmaydi.

## Risk omillari

Quyidagi holatlar GD rivojlanish ehtimolini oshiradi:

- **Yosh omili** – 25 yoshdan katta bo'lgan homilador ayollarda xavf yuqori bo'ladi.
- **Ortiqcha vazn** – Homiladorlikdan oldin ortiqcha vaznga ega bo'lish.
- **Oilaviy anamnez** – Agar yaqin qarindoshlarida diabet kuzatilgan bo'lsa.
- **Oldingi homiladorlik tajribasi** – Agar oldingi homiladorlikda GD tashxis qo'yilgan bo'lsa.
- **Ko'p homilali homiladorlik** – Egizak yoki undan ko'p homilaga homilador bo'lish.

## Alomatlari

Ko'pincha gestatsion diabet hech qanday aniq alomatlarsiz kechadi. Shuning uchun homiladorlik vaqtida muntazam tibbiy tekshiruvlardan o'tish juda muhimdir. Ba'zi hollarda quyidagi belgilar kuzatilishi mumkin:

- Haddan tashqari chanqash va ko'p siydik ajratish
- Tez-tez charchash va holsizlik
- Teri kasalliklariga moyillik

## Tashxis va diagnostika



GDni tashxislash uchun shifokor maxsus testlarni o'tkazadi. Eng keng tarqalgan usul - **oral glyukozaga chidamlilik testi (OGTT)**. Homiladorlikning 24-28-haftalarida bu test o'tkazilishi tavsiya etiladi.

### Asoratlari

Gestatsion diabet nazorat qilinmasa, ona va bola uchun quyidagi asoratlarni keltirib chiqarishi mumkin:

- **Homila ortiqcha og'irligi** – Tug'ruq jarayonida qiyinchiliklarga olib kelishi mumkin.
- **Erta tug'ruq** – Bola muddatidan oldin tug'ilishi mumkin.
- **Yangi tug'ilgan chaqaloqda gipoglikemiya** – Tug'ruqdan keyin chaqaloqda qand miqdori juda past bo'lishi mumkin.
- **Ona uchun 2-tip diabet rivojlanishi** – Kelajakda diabetga chalinish xavfi ortadi.

### Oldini olish va davolash

GDni nazorat qilish va oldini olish uchun quyidagi choralarga rioya qilish lozim:

- **To'g'ri ovqatlanish** – Kam uglevodli va yuqori ozuqaviy moddalar bilan boyitilgan ratsionga amal qilish.
- **Jismoniy faollik** – Yengil jismoniy mashqlar qilish qon shakar miqdorini me'yorda ushlab turishga yordam beradi.
- **Glyukozani nazorat qilish** – Qon shakar miqdorini muntazam o'lchab borish.
- **Tibbiy nazorat** – Shifokor tavsiyalariga rioya qilish va kerak bo'lsa insulin terapiyasini qo'llash.

### Chet el tajribasi

Dunyo miqyosida gestatsion diabet bilan bog'liq tadqiqotlar va nazorat usullari rivojlanmoqda. AQShda American Diabetes Association (ADA) homilador ayollar uchun maxsus diabet nazorati dasturlarini tavsiya etadi. Ushbu dasturlar muntazam qon shakar monitoringi, maxsus parhez va jismoniy faollikni o'z ichiga oladi.

Yevropada International Association of Diabetes and Pregnancy Study Groups (IADPSG) homiladorlik davridagi qandli diabetni oldindan aniqlash va nazorat qilish bo'yicha xalqaro me'yorlarni ishlab chiqdi. Germaniyada ushbu standartlarga asoslangan klinik protokollar muvaffaqiyatli joriy etilgan bo'lib, gestatsion diabetli ayollar uchun individual terapevtik yondashuv taklif qilinadi.

Avstraliyada National Diabetes Services Scheme (NDSS) orqali homilador ayollar uchun bepul konsultatsiyalar va onlayn ta'lim dasturlari tashkil etilgan. Bu dastur orqali ayollar o'z kasalliklarini qanday boshqarish kerakligini o'rganish imkoniyatiga ega.

Xitoyda gestatsion diabet bilan bog'liq dasturlar an'anaviy tibbiyot va zamonaviy texnologiyalarni birlashtirib, maxsus mobil ilovalar orqali monitoringni osonlashtirmoqda. Shuningdek, diyetolog va endokrinologlar bilan doimiy maslahatlarga e'tibor qaratilmoqda.

O'zbekistonda gestatsion diabet diagnostikasi va nazorati Sog'liqni saqlash vazirligi tomonidan tasdiqlangan milliy protokollar asosida olib boriladi. Respublika ixtisoslashtirilgan endokrinologiya ilmiy-amaliy tibbiyot markazi gestatsion diabet bilan bog'liq tadqiqotlar o'tkazib, shifokorlar uchun maxsus o'quv dasturlarini ishlab chiqmoqda.

Mamlakatda homilador ayollar uchun maxsus skrining dasturlari joriy etilgan bo'lib, har bir tug'ruqxonada homiladorlikning 24-28-haftalarida OGTT testi o'tkaziladi. Bundan tashqari, "**Onalik va bolalikni himoya qilish milliy dasturi**" doirasida homilador ayollar uchun bepul maslahat markazlari faoliyat yuritmoqda.

Shuningdek, Toshkent tibbiyot akademiyasi olimlari tomonidan gestatsion diabetga chalingan ayollar uchun to'g'ri ovqatlanish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan. Ushbu tavsiyalar homilador ayollarning insulin qarshiligini kamaytirishga yordam beradi. Hududiy poliklinikalarda ham homiladorlik davrida qandli diabetni aniqlash va davolash bo'yicha maxsus bo'limlar faoliyat ko'rsatmoqda.



Zamonaviy tibbiyotda GD nazorat qilish va davolash bo'yicha bir nechta ilg'or yondashuvlar mavjud:

- **Raqamli monitoring tizimlari** – Sensor va mobil ilovalar orqali homilador ayollar qon shakar darajasini kuzatishlari mumkin.
- **Glyukozani avtomatik nazorat qilish tizimlari** – Ba'zi ilg'or qurilmalar (masalan, CGM – Continuous Glucose Monitoring) doimiy ravishda glyukoza miqdorini o'lchab boradi.
- **Individuallashtirilgan parhez dasturlari** – Sun'iy intellekt asosida ishlab chiqilgan parhezlar har bir bemorning metabolizm xususiyatlariga mos ravishda tayyorlanadi.
- **Insulin pompalarining rivojlanishi** – Yangi avlod insulin nasoslari glyukoza miqdorini avtomatik ravishda boshqarish imkonini beradi.

## Xulosa

Gestatsion diabet homiladorlik davrida yuzaga keladigan, ammo nazorat qilinishi mumkin bo'lgan kasallikdir. Uning oldini olish va davolash uchun homilador ayollar muntazam ravishda tibbiy ko'rikdan o'tishlari, sog'lom turmush tarziga amal qilishlari va shifokor maslahatlariga rioya qilishlari zarur. To'g'ri choralar ko'rilsa, ona va bola uchun xavflarni kamaytirish mumkin.

## Foydalanilgan adabiyotlar:

1. American Diabetes Association. Gestational Diabetes Mellitus: Standards of Medical Care. Diabetes Care, 2023.
2. World Health Organization. Diagnostic Criteria and Classification of Hyperglycemia First Detected in Pregnancy. WHO, 2022.
3. Coustan, D. R. Gestational Diabetes: Pathophysiology and Clinical Management. Obstetrics & Gynecology, 2021.
4. Metzger, B. E. Long-term Outcomes in Women with Gestational Diabetes. Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine, 2020.
5. Buchanan, T. A., Xiang, A. H. Gestational Diabetes and Type 2 Diabetes: The Role of Intrauterine Programming. Clinical Diabetes, 2019.
6. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 2021.
7. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. Managing Gestational Diabetes. NIH Publications, 2021.
8. Kim, C. Gestational Diabetes: Risks and Postpartum Management. Current Diabetes Reports, 2020.
9. Plows, J. F. The Effects of Gestational Diabetes on the Offspring. Journal of Endocrinology, 2019.
10. Hadden, D. R. The Impact of Gestational Diabetes on Maternal Health. Diabetes & Pregnancy, 2020.



11. ACOG Practice Bulletin. Gestational Diabetes Mellitus Guidelines. American College of Obstetricians and Gynecologists, 2021.
12. Bellamy, L. Type 2 Diabetes Risk Following Gestational Diabetes: A Systematic Review. *BMJ*, 2018.
13. Langer, O. Maternal and Neonatal Outcomes in Gestational Diabetes. *The Lancet*, 2019.
14. Reece, E. A. The Role of Nutrition in Gestational Diabetes. *Nutrition Reviews*, 2020.
15. Landon, M. B. Prevention and Management of Gestational Diabetes. *Clinical Obstetrics & Gynecology*, 2022.

