

СУРУНКАЛИ ГЕПАТИТЛАР ПАРҲЕЗТЕРАПИЯСИДА МАҲАЛЛИЙ ДУККАКЛИ МАХСУЛОТЛАРНИ ҚЎЛЛАШ

Зокирходжаев Ш.Я., Жалолов Н.Н., Ибрагимова М.М., Махмудова И.А.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕСТНЫХ БОБОВЫХ ПРОДУКТОВ В ДИЕТОТЕРАПИИ ХРОНИЧЕСКИХ ГЕПАТИТОВ

Зокирходжаев Ш.Я., Жалолов Н.Н., Ибрагимова М.М., Махмудова И.А.

THE USE OF LOCAL LEGUMES IN THE DIET THERAPY OF CHRONIC HEPATITIS

Zokirkhodjayev S.Y., Jalolov N.N., Ibragimova M.M., Makhmudova I.A.

ТТА ҳузуридаги Республика диетология ўқув-илмий маркази

Цель: возможность использования в диетотерапии хронических гепатитов супов из местных бобовых продуктов, приготовленных по новой технологии, и оценка их эффективности. **Материал и методы:** исследования проведены на 47 больных хроническими гепатитами, находившихся на лечении во 2-м терапевтическом отделении 1-й клиники ТМА. Они были разделены на 2 группы: 1-я – обычная диетотерапия, 2-я – с диетотерапией “пархез мохора”, приготовленной из местных бобовых культур. **Результаты:** в период обострения хронического гепатита клиническая картина, лабораторные и инструментальные показатели изменяются соответственно тяжести заболевания. Использование в качестве диетотерапии блюда “Пархез мохора”, приготовленного на основе новой технологии, оказывало положительное влияние на динамику заболевания, проявляющееся значительным улучшением показателей ферментного спектра сыворотки крови и нормализацией гематологических показателей. **Выводы:** связано с специфических растительных белков, содержанием полиненасыщенных жирных кислот, углеводов в виде крахмала, моно- и дисахаридов, а также высоким содержанием витаминов группы В, Е, С, РР.

Ключевые слова: хронический гепатит, диетотерапия, блюдо “диетическая мохора”, лечение.

Objective: the possibility of using in soups of chronic hepatitis soups from local bean products prepared using the new technology, and evaluating their effectiveness. **Material and methods:** studies were conducted on 47 patients with chronic hepatitis who were treated in the 2nd therapeutic department of the 1st TMA clinic. They were divided into 2 groups: the 1st one - the usual diet therapy, the 2nd one - with the Parhez Mohor diet therapy prepared from local beans. **Results:** In the period of exacerbation of chronic hepatitis, the clinical picture, laboratory and instrumental parameters change according to the severity of the disease. The use of the “Parhez Mohora” dish, prepared on the basis of the new technology, as a dietary therapy, had a positive effect on the dynamics of the disease, manifested by a significant improvement in the enzyme spectrum of the blood serum and normalization of hematological parameters. This is due to specific vegetable proteins, the content of polyunsaturated fatty acids, carbohydrates in the form of starch, mono- and disaccharides, as well as a high content of vitamins of group B, E, C, PP.

Key words: chronic hepatitis, diet therapy, “dietary food” dish, treatment.

Сўнги йилларда жигар касалликларини эрта ташхислаш ва самарали даволашга тобора кўп эътибор берилмоқда. Унинг асосий сабабларидан бири ҳар йили бутун дунёда, шу жумладан, Ўзбекистонда ҳам мазкур касалликларнинг тобора кўпайиб бориши ва меҳнатга лаёқатли аҳолини ногирон бўлиб қолиши ушбу касалликни даволашдаги усулларни такомиллаштиришни тақозо этмоқда. Сурункали гепатитлар кўп ҳолатларда вирусли этиологияли (В, С, D), алкоголь, токсик омиллар, баъзи дори-дармонлар таъсирида ва бошқа сабабларга кўра юзага келади [1,10]. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти маълумотида кўра ҳар йили 50 миллион одам гепатит В, 200 миллион одам гепатит С билан касалланади, ва 350 миллион бемор гепатит С вирусини ташувчиси ҳисобланади [1].

Сурункали гепатитлар давосида диетотерапия муҳим аҳамиятга эга бўлиб, у нафақат касаллик ривожланганда, балки узоқ вақт ремиссия даврида ҳам муҳимдир. Эволюция жараёнида ҳазм тизими маҳаллий озиқ-овқатларни ўзлаштириш хусусиятларини мавжудлиги, маҳаллий маҳсулотлар (Ўрта Осиё

дон-дуккаклар, сабзавотлар, кўкат ва бошқалар) кимёвий таркиби четдан келтирилган маҳсулотлардан фарқ қилади ва энгил ҳазм бўлади [2,3,7,10]. Сурункали жигар касалликларни даволаш жараёнида турли дори-дармонлар кўп миқдорда ишлатилиши ва пархез даво таркиби билан уйғунлашмаслиги самарасига салбий таъсир этади [3,7].

Пархез даволашда қабул қилинган Певзнер пархез столларини ҳозирги вақтда шифохоналарда тўлақонлик билан фойдаланилмаслиги ва ундаги четдан келтириладиган маҳсулотлар (гречка, перловка, рус нохоти, денгиз маҳсулотлари ва бошқалар) ни иқтисодий жиҳатдан қимматлиги, ҳамда эволюцион жараёндаги ҳазм тизимида тўлиқ мос келмаслиги, сурункали гепатитлар давосида пархез таомларни тайёрлашда янги технологияларни қўллаган ҳолда уларни биологик фаол моддалар, зарур макро ва микронутриентлар билан бойитиш ва маҳаллий маҳсулотларни қўллаш мақсадга мувофиқ.

Шу сабаб сурункали гепатит билан касалланган беморлар диетотерапиясида янги тайёрлаш техно-

логияси асосида маҳаллий дуккакли маҳсулот ўрта осие нўхатидан тайёрланган таомлардан фойдаланиш ва уларни парҳез давода самарадорлигини ошириш. Чунки, нўхат таркибида оқсил, аминокислоталар, витаминлар ва микроэлементлар мавжуд.

Материал ва усуллар

Тошкент тиббиёт академияси 1-клиникасининг 2-умумий терапия бўлимида сурункали гепатит билан касалланган 47 та бемор, 2 гуруҳга бўлиниб тадқиқ қилинади. 1-гуруҳ ананавий диетотерапия билан ва 2-гуруҳ маҳаллий дуккаклардан тайёрланган “Парҳез мохора” таомга асосланган янги диетотерапия қўллаган холда олиб борилади. Текширувда клиник, биокимёвий, диетологик, иммунологик ва статистик усуллар қўлланилди. Беморлар 21-73 ёшда бўлиб, уларнинг ўртача ёши 44.3 ни ташкил этди.

Ташхис клиник текширувлар, қонниенг биокимёвий таҳлили (аланинаминотрансфераза (АЛТ), аспаратаминотрансфераза (АСТ), умумий билирубин, умумий оқсил), умумий қон таҳлили (УҚТ), коагулограмма кўрсаткичлари, қоннинг иммунологик текшируви (RT-9800); Инструментал текширувлар: ултра товуш текшируви (SIUI Арогее 3800), компьютер тамография (GE Optima CT660) усуллари билан тасдиқланди.

1-гуруҳ сурункали гепатитлар билан оғриган беморларда ананавий диетотерапияга баҳо бериш учун жами 29 та бемор тадқиқ қилинди. Улардан, 16 (55.2%) таси эркаклар ва 13 (44.8%) таси аёлларни ташкил этди.

Жадвал 1

Вирус этиологияли		Алкогол	Токсик	Ноаниқ
HbsAg	HCV			
18	6	3	1	1

Сурункали гепатит ташхиси тақсимланиши 10 кун мобайнида беморларга 5-сон дастурхонга асосланган ананавий диетотерапия буюрилди.

2-гуруҳ сурункали гепатитлар билан оғриган беморлар диетотерапиясида “парҳез мохора” тушлик рацонида биринчи таом сифатида қўлланилди, жами 18 та беморни ташкил этди. Улардан, 11 (61.1%) таси эркаклар ва 7 (38.9%) таси аёлларни ташкил этди.

Жадвал 2

Вирус этиологияли		Алкогол	Ноаниқ
HbsAg	HCV		
10	4	2	2

Сурункали гепатит ташхиси тақсимланиши 10 кун мобайнида текширув гуруҳидаги беморларга тушликда 1-таом сифатида парҳез мохора бериб борилди.

Ўтказилган ананавий диетотерапия самарадорлигини аниқлаш мақсадида бемор сурункали жигар касалликларининг клиник белгилар мониторинги ўтказилди, беморнинг клиник-лаборатор кўрсаткичлари динамикада ўрганилди. Олинган натижаларга статистик ишлов берилди.

Натижалар

Жадвал 3
“Парҳез мохора” хусусиятлари ва таркиби

Таркибий қисм	Ананавий диетотерапиядаги маҳсулотлар таркибий қисми	Янги диетотерапиядаги маҳсулотлар таркибий қисми	Янги диетотерапиядаги маҳсулотлар таркибий қисмидаги фарқ	
1	2	3	4	
Озуқавий моддалар				
Каллорияси, ккал		1359,7	1561,6	201,9
Оқсил	Умумий, грамм	52,8	62,6	9,8
	Ўсимлик, рамм	19,5	29,9	10,4
	Ҳайвон, грамм	33,3	32,5	-0,8
Ёғ	Умумий, грамм	50,7	53,4	2,7
	Ўсимлик, грамм	4,9	15,5	10,6
	Ҳайвон, грамм	45,8	38	-7,9
Углеводлар, грамм		170,4	219,6	49,2
Овқат толалари, грамм		20,2	21,8	1,6
Моно- ва дисахаридлар, грамм		54,4	63	8,6
Крахмал, грамм		118,7	163,5	44,8
Холестерин, мг		178,2	144,7	-33,5
Органик кислоталар, грамм		1,2	1,6	0,4
Тўйинган ёғ кислоталар, грамм		27,5	24,1	-3,4
Ярим тўйинган ёғ кислоталар, грамм		1,3	7,7	6,4
Кул, грамм		10,6	12,8	2,2
Микро- ва макроэлементлар				
Fe, мг		12,4	15,6	3,2
Na, мг		4425,8	4609,7	183,9
K, мг		2846,1	3634,9	788,8
Ca, мг		321,1	368	46,9
Mg, мг		281,2	315,1	34
P, мг		932,1	1037,7	105,6
Витаминлар				
Витамин А [ретинол], мкг		176,1	146,6	-29,5
Витамин А [ретинол эквиваленти], мкг		1450,7	1421,6	-29,1
Витамин Е [токоферол эквиваленти], мг		4,4	9,4	5
β-каротин, мкг		7654,5	7667,8	13,3
Витамин В1 [тиамин], мг		0,9	1,4	0,5
Витамин В2 [рибофлавин], мг		0,8	0,9	0,1
Витамин РР [ниацин], мг		15,5	16,2	0,7
Витамин РР [ниацин эквиваленти], мг		25,3	27,4	2,1
Витамин С [аскорбин кислота], мг		69,2	90,9	21,7

3-жадвалда ананавий диетотерапияга қараганда янги “Парҳез мохора” қўшилган диетотерапияда қуйидаги нутриентларнинг: умумий каллорияси - 14,8% кўпайган. Умумий оқсил (18,7%) ўсимлик оқсил (53,7%) ҳисобига ошган. Умумий ёғ (5,3%) ўсимлик мойи (216,3%) ҳисобига ошган. Углеводлар 28,9%, Овқат толалари 7.9%, Моно- ва дисахаридлар 15,8%, Крахмал 37,8% ошган. Органик кислоталар

29,2%, Ярим тўйинган ёғ кислоталар қарийиб 5 баробарга ошган. Макро ва микро элементлар жумладан Fe - 25.9%, Na - 4.2%, K - 27.7%, Ca - 14.6%, Mg - 12.1%, P - 11.3% ортган. Витамин E - 113.8%, Витамин B1 - 52.1%, Витамин B2 - 7.3%, Витамин PP - 4.5%, ни-

ацин эквиваленти - 8.4%, Витамин C - 31.4% ошган. Қуйидаги нутриентларнинг: ҳайвон оқсили - 2.4%, ҳайвон ёғи - 17%, холестерин - 18.8%, Тўйинган ёғ кислоталар - 12.3%, Витамин A - 16.8%, ретинол эквиваленти - 2% камайишини кўришимиз мумкин.

Клиник кўрсаткичларга тавсиф

Жадвал 4

Симптомлар	Анъанавий диетотерапия								Симптомларни динамикада ўзгариши %	“Парҳез мохора”								Симптомларни динамикада ўзгариши %
	Муолажадан олдин				Муолажадан кейин					Муолажадан олдин				Муолажадан кейин				
	0 балл	1 балл	2 балл	Умумий балл	0 балл	1 балл	2 балл	Умумий балл		0 балл	1 балл	2 балл	Умумий балл	0 балл	1 балл	2 балл	Умумий балл	
Ўнг қовурга остида оғриқ	10	15	4	23	17	12	0	12	-47,8	6	11	1	13	11	7	0	7	-46,2
Жиғилдон қайнаши	4	15	10	35	11	14	4	22	-37,1	4	10	4	18	8	9	1	11	-38,9
Оғизда аччиқлик хисси	9	15	5	25	15	13	1	15	-40,0	3	13	2	17	8	10	0	10	-41,2
Кекириш	8	16	5	26	12	15	2	19	-26,9	6	9	3	15	9	8	1	10	-33,3
Кўнгил айниши	12	15	2	19	16	13	0	13	-31,6	5	12	1	14	8	10	0	10	-28,6
Қайт қилиш	22	7	0	7	26	3	0	3	-57,1	15	3	0	3	17	1	0	1	-66,7
Сариқлик	16	12	1	14	19	10	0	10	-28,6	11	6	1	8	12	6	0	6	-25,0
Қорин дам бўлиши	4	18	7	32	12	15	2	19	-40,6	1	14	3	20	6	11	1	13	-35,0
Иштахасизлик	6	16	7	30	12	15	2	19	-36,7	1	16	1	18	7	11	0	11	-38,9
Геморрагик симптомлар	15	14	0	14	18	11	0	11	-21,4	9	9	0	9	11	7	0	7	-22,2
Ич келиши [қабзиятга мойиллиги]	10	15	4	23	15	14	0	14	-39,1	6	10	2	14	10	8	0	8	-42,9

Сурункали жигар касалликларида ананавий диетотерапияга нисбаттан айрим клиник симптомларнинг динамикада ўзгариши “Парҳез мохора” билан ўтказилган диетотерапияда юқорилиги кўзга ташланади. Буларга: жиғилдон қайнаши 1,7 %,

Оғизда аччиқлик хисси 1,2 %, кекириш 6,8 %, Қайт қилиш 9,5 %, иштахасизлик 2.2 % ва геморрагик симптомлар 0,8%га юқорилигини кўришимиз мумкин. Маълум бир симптомларнинг яхшиланиши динамикада сезиларсиз камайган.

Жадвал 5
Сурункали гепатит касалликларида беморлар қоннининг биокимёвий текширув натижалари

Текширув гуруҳи Кўрсаткичлар	Анъанавий даво		“Парҳез мохора”	
	Даводан олдин (M±m)	Даводан сўнг (M±m)	Даводан олдин (M±m)	Даводан сўнг (M±m)
АЛТ ммоль/л	0.89±0.16	0.82±0.15	0.91±0.21	0.78±0.18*
АСТ ммоль/л	0.63±0.12	0.59±0.11	0.67±0.16	0.63±0.15
Билирубин ммоль/л	47.8±8.88	43.31±8.04	49.04±11.56	44.47±10.48
Умумий оқсил г/л	64.91±12.05	67.23±12.48	63.88±15.06	68.86±16.23*

- Хатоликлар эҳтимолиги [- P<0,05, ** - P<0,01, *** - P<0,001]

5 жадвалда сурункали гепатит касалликларида ананавий диетотерапия қўлланилганда биокимёвий таҳлилда АЛТ ни 7.1%га, АСТни 6.1%, уммумий билирубин миқдорини 9.4%га камайгани ва умумий оқсилнинг 3.6% га кўпайганини кўришимиз

мумкин. “Парҳез мохора” қўллангандан сўнг биокимёвий таҳлилда АЛТ ни 13.6 %га, АСТни 6.5 %, уммумий билирубин миқдорини 9.3 %га камайгани ва умумий оқсилнинг 7.8% га кўпайганини кўришимиз мумкин.

Сурункали гепатит касалликларида беморлар умумий қон таҳлили натижалари

Текширув гуруҳи Кўрсаткичлар	Анъанавий даво		“Парҳез мохора”	
	Даводан олдин (M±m)	Даводан сўнг (M±m)	Даводан олдин (M±m)	Даводан сўнг (M±m)
Гемоглабин г/л	107.03±16.51	113.21±21.02	109.11±25.72	116.89±27.55*
Еритроцит 1012/л	3.55±0.66	3.71±0.69	3.48±0.82	3.69±0.87
Лейкоцит 109/л	6.15±1.14	5.94±1.1	6.01±1.42	5.88±1.39
ЭЧТ мм/с [M±m]	15.83±2.94	14.1±2.62	15.06±3.55	13.44±3.17

- Хатоликлар эҳтимолиги (- P<0,05, ** - P<0,01, *** - P<0,001)

6-жадвалда сурункали гепатит касалликларида ананавий диетотерапия қўлланилганда умумий қон таҳлилида эса гемоглабин 5.8 %га, эритроцитлар сони 4.6 %га кўпайгани ва лейкоцитлар сонининг 3.5 %, ЭЧТнинг 10.9 % камайганини кўришимиз мумкин. “Парҳез мохора” қўллангандан сўнг умумий қон таҳлилида эса гемоглабин 7.1 %га, эритроцитлар сони 6.1 %га кўпайгани ва лейкоцитлар сонининг 2.2 %, ЭЧТнинг 10.7 % камайганини кўришимиз мумкин.

Муҳокама

Рациондаги умумий каллориянинг кўпайиши, умумий оқсилнинг кўпайтирилгани шу жумлада ҳайвон оқсилларини сезиларли даражада камайтирмасдан ўсимлик оқсилнинг оширилганлиги жигарда кечаётган қувват ва оқсил танқислигини бирмунча камайтиради [7,9,10].

Умумий ёғ миқдорининг ўсимлик мойи ҳисобидан кўпайтирилиши, таркибида тўйинмаган ёғ кислоталари [линол, линолен ва б.]ни ошишига, жигар тўқимасининг нормал ўсиши ва ривожланишига, томирлар эластиклигини ошишига, холистерин алмашинувини нормаллашувига олиб келади [2,7]. Липотроп хусусияти жигар ёғли инфилтрацияси ривожланишини олдини олади ва оқсилларни ўзлаштишига, ёғда эрувчи витаминлар абсорбциясига кўмаклашади [5,10]. Ҳайвон ёғларининг ва тўйинган ёғ кислоталарининг сезиларли камайтирилиши уларнинг моддалар алмашинуви сусайиши каллория сарфланишининг қийинлашиши ва семириш каби ноҳўя таъсирини камайтиради [2,10].

Рациондаги микро- ва макро элементларнинг кўпайтирилиши организмдаги турли тўқималар фаолиятини яхшилади, оқсил ва ферментлар синтезланишини нормаллаштишига сабаб бўлади [2,5].

Витамин С нинг миқдорининг “Парҳез мохора”да ошиши жигарга ижобий таъсир кўрсатади чунки у антиоксидант, антирадикал ва липотроп хусусиятга эга, оқсиллар ва хужайраларни бошқа компонентларини оксидланиш жараёнларини тор-мозлайди ва шикастланишдан химоялайди [2,5].

Хулоса

Сурункали жигар касалликларининг қўзғалиш даврида касалликнинг клиник шаклига мос лабаратор ва инструментал ўзгаришлар кузатилади.

Янги технология асосида яратилган “Парҳез мохора”ни сурункали жигар касалликлари диетотерапиясида қўллаш ижобий натижалари қоннинг ферментатив кўрсаткичлари ва умумий қон таҳлили кўрсаткичларининг меъёрлашиши билан намоён бўлди.

Парҳез мохора нутритив таркиби умумий оқсилнинг ўсимлик оқсиллари ҳисобидан, умумий ёғ миқдорининг ўсимлик мойи ҳисобидан, углеводлар миқдорининг крахмал, моносахаридлар-дисахаридлар ҳисобидан, ва Витаминларнинг Е, С, РР, В гуруҳ ҳисобига юқорилиги аниқланди.

Адабиётлар

1. Гадаев А. Ички касалликлар/ Тошкент, “Turon zamin ziyo”, 2014.-912.б.
2. Гурвич М. «Михаил Гурвич. Большая книга о питании для здоровья»: Эксмо; Москва; 2013. – С. 739.
3. Каримов Ш.И., Соғлом овқатланиш – саломатлик мезони, - Т.: “O‘zbekiston” НМИУ, 2015. – 328б.
4. Сериккызы М.С., Кызыр К. Изучение пищевых и химических состав бобовых продуктов: горох, фасоль, соя // Инновации в науке: сб. ст. по матер. LIX междунар. науч.-практ. конф. № 7. – Новосибирск: СибАК, 2016. – С. 110-114.
5. Тутельян В.А., Вялков А.И. и др., Научные основы здорового питания:– М.: Издательский дом «Панорама», 2010.– С.816 с.
6. Тутельян В.А., Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник/Подред. членкорр. МАИ, проф.И.М.Скурихинаи академик РАМН, М.:Делипринт, 2002. – С. 236с.
7. Худойберганов А.С., Зокирова М.М., Махмудова И.А., Нарзиев Н. Сурункали гепатитларда парҳез овқатланишининг мутаносиблигини таъминлаш масалалари //Соғлом ва парҳез овқатланишининг долзарб муаммолари: илмий амалий семинар, Тошкент – 2017,180-183 б.
8. Шайхова Г.И.// Овқатланиш гигиенаси фани бўйича ўқув қўлланма.Т. 2015. – 520 б.
9. NUTRITION AND DIETETICS: higher secondary -first year/ ©Government of Tamil Nadu, First Edition –2004, 234 pages
10. Ruth A. Roth, MS, RD, Nutrition & Diet Therapy, 10th Edition / 2011 Delmar, Cengage Learning: Clifton Park, NY 12065-2919, 580 pegs

**СУРУНКАЛИ ГЕПАТИТЛАР ПАРҲЕЗ ТЕРАПИЯСИДА
МАҲАЛЛИЙ ДУККАКЛИ МАХСУЛОТЛАРНИ
ҚЎЛЛАШ**

Зокирходжаев Ш.Я., Жалолов Н.Н., Ибрагимова М.М.,
Махмудова И.А.

Мақсад: сурункали гепатит билан касалланган беморлар парҳез терапиясида янги тайёрлаш технологияси асосида маҳаллий дуккакли махсулот Ўрта Осиё нўхатидан тайёрланган таомлардан фойдаланиш ва уларни парҳез давода самарадорлигини ошириш. **Материал ва усуллар:** Тошкент тиббиёт академияси 1-клиникасининг 2-умумий терапия бўлимида сурункали гепатит билан касалланган 47 та бемор, 2 гуруҳга бўлиниб тадқиқ қилинди. 1-гуруҳ ананавий парҳез терапия билан ва 2-гуруҳ маҳаллий дуккаклардан тайёрланган “Парҳез мохора” таомга асосланган янги қўлланган парҳез терапия ҳолда олиб борилди.

Текширувда клиник, биокимёвий, диетологик, иммунологик ва статистик усуллар қўлланилди. **Натижа:** сурункали жигар касалликларининг кўзғалиш даврида касалликнинг клиник шаклига мос лаборатор ва инструментал ўзгаришлар кузатилди. Янги технология асосида яратилган “Парҳез мохора”ни сурункали жигар касалликлари парҳез терапиясида қўллаш ижобий натижалари қоннинг ферментив кўрсаткичлари ва умумий қон таҳлили кўрсаткичларининг меъёрлашиши билан наноён бўлди. **Хулоса:** парҳез мохора нутритив таркиби умумий оқсил ўсимлик оқсиллари, умумий ёғ миқдори тўйинмаган ўсимлик мойлари, углеводлар крахмал, ҳамда моно-ва дисахаридлар ҳиссобида бўлиб, витваминлардан E, C, PP, B гуруҳини ташкил қилади.

Калит сўзлар: сурункали гепатит, парҳез, парҳез мохора таоми, даволаш.

