

## БЕМОРЛАРНИ ФИЗИОЛОГИК ЧИҚАРУВЛАРИДА ҲАМШИРАЛАРНИНГ ПАРВАРИШИ

### NURSING CARE IN PHYSIOLOGICAL SECRETIONS OF PATIENTS

**Раҳимова Гулшода Ваҳобовна**

*Шаҳрисабз Абу Али ибн Сино номидаги жамоат саломатлиги техникуми  
Ҳамширалік иши фани этакчи ўқитувчиси*

**Аннотация:** *Мазкур мақолада беморларнинг физиологик чиқарувлари, яъни сийдик, нажас, қайт, балғам, тер ва бошқа ажратмалари билан боғлиқ ҳамшираларнинг парвариш вазифалари батафсил ёритилган. Ҳамширанинг асосий мақсади беморнинг физиологик эҳтиёжларини қондириш, юқтирувчи касалликлар тарқалишини олдини олиш, шунингдек, беморнинг инсоний қадр-қимматини ҳурмат қилган ҳолда юқори сифатли тиббий парваришни таъминлашдан иборатдир. Мақолада ҳамширанинг амалий кўникмалари, санитария-гигиена талаблари ва инфекцияон назорат принциплари кўриб чиқилган.*

**Калит сўзлар:** *физиологик чиқарувлар, ҳамшира парвариши, гигиена, инфекцияон назорат, беморга ёрдам, нажас, сийдик, балғам, катетер, санитария.*

**Abstract:** *This article comprehensively discusses nursing care responsibilities related to the physiological secretions of patients, including urine, feces, vomit, sputum, sweat, and other excretions. The primary objective of nursing is to meet the physiological needs of patients, prevent the spread of infectious diseases, and ensure high-quality medical care while respecting the dignity of each patient. The article examines practical nursing skills, sanitation and hygiene requirements, and principles of infection control.*

**Keywords:** *physiological secretions, nursing care, hygiene, infection control, patient assistance, feces, urine, sputum, catheter, sanitation.*

## КИРИШ

Замонавий тиббиётда ҳамшираларнинг роли тобора ортиб бормоқда. Бемор парвариши бу фақат дори бериш ёки укол қилишдан иборат эмас — у кенг кўламли вазифаларни ўз ичига олади. Шулар орасида беморларнинг физиологик чиқарувлари билан боғлиқ парвариш алоҳида ўрин эгаллайди. Физиологик чиқарувлар деганда организмдан ташқарига чиқарилувчи моддалар — сийдик, нажас, қайт қилиш, балғам, тер, яра ажратмалари тушунилади.

Ушбу соҳадаги ҳамшираларнинг малакали иши беморнинг ҳолатини яхшилаш, асоратларни олдини олиш ва унинг қадр-қимматини сақлашга бевосита таъсир кўрсатади. Айниқса, оғир касал, ётоқда ётган ёки мустақил ҳаракат қила олмайдиган беморлар учун бу парваришнинг аҳамияти беқиёсдир. Физиологик чиқарувлар ёмон бошқарилса, беморда терининг яралари,

юқтирувчи касалликлар, психологик тушкунлик каби ноқулай ҳолатлар вужудга келиши мумкин.

Бугунги кунда тиббиёт техникумларида ҳамширалик иши таълими янги мазмун ва замонавий ёндашувлар билан бойитилмоқда. Шу боис, ёш мутахассисларни беморларнинг физиологик эҳтиёжларига ҳурмат ва масъулият билан ёндашишга ўргатиш муҳим педагогик вазифа ҳисобланади. Ушбу мақола ана шу мақсадга хизмат қилади.

### 1. ФИЗИОЛОГИК ЧИҚАРУВЛАР ҲАҚИДА УМУМИЙ ТУШУНЧА

Физиологик чиқарувлар организмнинг нормал фаолияти давомида ажратиладиган моддалардир. Улар организмнинг ҳомиласи ва метаболизм маҳсулотларини ташқарига чиқариш функциясини бажаради. Асосий физиологик чиқарувларга қуйидагилар киради:

- Сийдик (диурез) — буйрақлар орқали ажратиладиган суюқлик;
- Нажас (ахлат) — ичак орқали чиқарилувчи қаттиқ ва суюқ моддалар;
- Қайт қилиш — ошқозон мундарижасининг оғиз орқали чиқарилиши;
- Балғам — нафас йўлларида чиқарилувчи шиллиқ моддалар;
- Тер — тери безлари орқали ажратиладиган суюқлик;
- Яра ва операция жойидан чиқувчи ажратмалар (экссудат, транссудат).

Ҳар бир турнинг ўзига хос хусусиятлари мавжуд бўлиб, ҳамшира уларнинг миқдори, ранги, ҳиди ва таркибини кузатиши, шунингдек зарур чораларни ўз вақтида кўриши шарт. Физиологик чиқарувларнинг ўзгариши кўпинча касалликнинг авжланиши ёки яхшиланишини кўрсатиб берувчи дастлабки белги бўла олади.

### 2. СИЙДИК ЧИҚАРУВИДА ҲАМШИРА ПАРВАРИШИ

Сийдик чиқариш жараёни — буйрақлар ва сийдик йўллари орқали амалга ошадиган муҳим физиологик функция. Катта ёшли инсон суткасида ўртача 1500–2000 мл сийдик ажратади. Сийдикнинг миқдори, ранги (соломанг — нормада), ҳиди ва таркиби ҳамшира томонидан мунтазам кузатиб борилиши зарур.

Мустақил ҳаракат қила олмайдиган беморларга ёрдам беришда ҳамшира судно, мочеприёмник ёки катетер ишлатади. Катетер қўйишда стерил техника қатъий сақланиши керак, акс ҳолда сийдик йўлларида инфекция (цистит, пиелонефрит) ривожланиши хавфи туғилади. Ҳамшира ҳар гал катетер билан ишлашда қўлига стерил қўлқоп кийиши, катетер атрофини антисептик эритма билан ишлаши шарт.

Доимий катетер ўрнатилган беморларда катетер системасини ҳар 8–12 соатда текшириш, сийдик йиғувчи идишни (урина пакети) вақтида бўшатиш ва стерил ҳолда сақлаш зарур. Катетер ва дренаж тизимини беморнинг белидан баланд ушлаб туриш мумкин эмас, чунки бу сийдикнинг тескари оқишига олиб келади.

Беморнинг орати яхши бўлса ва ҳожатхонага юра олса, ҳамшира унга ёрдам берип юриши, хавфсиз шароитни таъминлаши лозим. Ёш ёки хотира заифлашган беморлар учун доимий назорат ва эслатма зарур. Ҳамшира беморни гигиеник парваришга — пешоб ичкарилаши олдини олиш учун интим соҳани кунига камида 2 марта ювишга ўргатади.

### 3. НАЖАС ЧИҚАРУВИДА ҲАМШИРА ПАРВАРИШИ

Нажас ажратиш функцияси ошқозон-ичак трактининг нормал ишлашини кўрсатади. Одатда соғлом инсон куни-куни ёки ҳар икки кунда бир марта нажас ажратади. Нажаснинг миқдори, ранги (қо'нғир тус нормада), консистенцияси (яримқаттиқ) ва ҳиди ҳамшира томонидан кузатилади.

Ётоқда ётган беморларга судно қўйишда ҳамшира беморнинг инсоний қадр-қимматини ҳурмат қилиши, имкон борича хусусийликни таъминлаши лозим. Бунинг учун ширмалар тортилади, ён-атрофдагилар чиқариб юборилади. Судно қўйишдан олдин иссиқ сув билан илтилади ва беморнинг думба остига текис жойлаштирилади.

Қабзият (констипация) — ётоқда ётган беморларда кенг тарқалган муаммо. Бунинг асосий сабаблари: оёқ-қўлнинг ҳаракатсизлиги, суюқлик истеъмолини камайтириш, толали овқатларнинг қабул қилинмаслиги ҳисобланади. Ҳамшира беморга кундалик 1,5–2 л суюқлик ичиш, ўсимлик толасига бой овқатлар ейиш, мумкин бўлса енгил ҳаракат қилиш тавсиясини беради. Зарур ҳолларда врач буйруғи асосида клизма қилинади.

Нажас билан ишлагандан сўнг ҳамшира қўлларни совун ва иссиқ сув билан камида 40 секунд давомида ювиши, ишлатилган судно ва воситаларни дезинфекция қилиши шарт. Нажаснинг ранги, таркиби ва тарзида ҳар қандай ўзгариш (қон аралашиши, оқ ёки қора тус) дарҳол шифокорга хабар берилади.

### 4. ҚАЙТ ҚИЛИШДА ҲАМШИРА ПАРВАРИШИ

Қайт қилиш — организмнинг ошқозон-ичак трактидан ёт моддаларни ёки заҳарли моддаларни чиқаришга уринишидир. У кўпгина касалликларнинг симптоми бўлиши мумкин: ошқозон яраси, ичак тутилиши, миядаги босим ошиши, заҳарланиш ва бошқалар. Ҳамшира учун қайт қилишда беморга ёрдам бериш — тезкор ва аниқ ҳаракат талаб қилади.

Бемор қайт қилаётганида ҳамшира дарҳол унинг ёнига боради ва бошини олдинга ёки ёнга эгади (ётган бемор бўлса, мажбуран ён томонга ағдаради). Бу тадбир аспирацияни — яъни қайт масселарнинг нафас йўллариغا тушиб қолишини — олдини олади, чунки бу ўлимга олиб келадиган ўта хавфли ҳолат ҳисобланади.

Қайтдан сўнг бемор оғзи чайқалади, юзи артилади. Ҳамшира қайт масселарининг миқдорини, рангини (сарик-яшил ўт аралашмаси, қизил ёки кофе рангли қон аралашмаси) баҳолайди ва буларни тиббий ҳужжатга ёзади. Қонли қайт — дарҳол шифокорни чақириш учун асос. Бемор қайт тугагунча

ёлғиз қолдирилмайди, сувсизланиш (дегидратация) белгилари назорат қилинади.

#### 5. БАЛҒАМ АЖРАТИШДА ҲАМШИРА ПАРВАРИШИ

Балғам — нафас йўллари шиллиқ қаватида ҳосил бўлувчи ажратма. Нормада бронхлар кундалик 100 мл гача шиллиқ ишлаб чиқаради ва у зилий эпителий орқали сезилмасдан чиқариб юборилади. Бронхит, пневмония, туберкулёз, ўпка саратони каби касалликларда балғам миқдори ва сифати ўзгаради — у кўп, йиринг аралаш, қонли ёки ёмон ҳидли бўлиши мумкин.

Ҳамшира балғамни йиғиш учун беморга стерил балғам идишини тарбияди, унинг тупурмаслигини, фақат кўзғалтган балғамни йиғишни таъминлайди. Балғам текширишга юборилганда идиш тиқин билан маҳкам ёпиқ ҳолда, махсус қоғозда кўрсатилган маълумотлар билан лабораторияга жўнатилади.

Балғамни чиқаришга ёрдам беришда ҳамшира постурал дренажни — беморга нафас йўллари тозалашни осонлаштирадиган алоҳида ҳолатларни беришни қўллайди. Бунда бемор бошини пастга томон эгиб, чуқур нафас олади ва кучли йўталади. Зарур ҳолларда ингалятор ёки небулайзер орқали бронхларни кенгайтирувчи дорилар буюрилади.

Туберкулёз шубҳаси бўлган беморларнинг балғами биологик хавfli материал саналади. Ундай ҳолларда ҳамшира шахсий ҳимоя воситаларини — N95 нафас олгич ниқоб, кўзойнак, қўлқоп ва ҳалат — кийиши мажбурий. Балғамга тегиш ва ундан кейин қўлларни яхшилаб ювиш инфекцион хавфсизликнинг асоси ҳисобланади.

#### 6. ТЕР ВА БОШҚА ЧИҚАРУВЛАРДА ҲАМШИРА ПАРВАРИШИ

Тер безлари организмнинг термик бошқарувида иштирок этади. Иситмали беморларда, жарроҳлик амалиётидан сўнг ёки баъзи дорилар таъсирида тер ажратиш кескин ошади. Бундай ҳолларда бемор кийими ва чойшабни тез-тез алмаштириш, бемор танасини иссиқ сув билан ивиган латта билан артиш зарур.

Яра ва операция жойидан чиқувчи ажратмалар (экссудат) жарроҳлик ёки чуқур яралари бор беморларда учрайди. Ҳамшира боғламни кунига бир ва зарурат бўлганда бир нечта марта алмаштиради, экссудатнинг миқдори, ранги (тоза, сариқ-йиринг, қизил-қонли) ва ҳидини баҳолайди ҳамда хужжатга қайд этади. Яра юзасига фақат стерил материаллар тегиши керак.

Назогастрал зонд орқали ошқозондан суюқлик чиқарилаётган беморларда ҳамшира зонднинг ўрнини, оқиш миқдори ва ранги (яшил ўт, қо'нғир, қонли)ни текширади. Бу маълумотлар шифокорнинг ташхис қўйиши ва даволаш тактикасини белгилашига муҳим ёрдам беради.

#### 7. ИНФЕКЦИОН НАЗОРАТ ВА САНИТАРИЯ-ГИГИЕНА ТАЛАБЛАРИ

Физиологик чиқарувлар — микроорганизмларнинг асосий манбаларидан бири. Шу боис, ҳамшира учун инфекцион назорат — энг биринчи ва муҳим бурч. Стандарт эҳтиёт чоралари (universal precautions) тамойили бўйича ҳар бир

беморнинг физиологик чиқарувлари потенциал инфекцион хавф сифатида қаралади.

Қўл гигиенаси — инфекцияни олдини олишнинг асосий усули. ЖСТ тавсиясига кўра, ҳамшира қўлидаги бешта ҳолатда қўлларини ювиши ёки антисептик суртиши шарт: беморга тегишидан олдин ва кейин, стерил жараён олдидан, биологик суюқликлар тегандан сўнг ва беморнинг атроф-муҳити билан тегишгандан кейин. Бу «беш нуқта» (WHO 5 moments) тамойили амалий тиббиётда муҳим стандартдир.

Ишлатилган ускуна ва воситалар (судно, катетер, ингалятор, боғлам) тегишли тартибда дезинфекция қилинади ёки утилизация этилади. Тиббий чиқиндилар — аён биологик хавфли моддалар — ихтисослашган қизил ёки сариқ халталарга йиғилади ва хусусий тиббий чиқинди йиғиш хизмати орқали чиқариб юборилади. Ҳамшира бу ҳужжатни тиббий чиқинди дафтарида қайд этади.

Ётоқ ва атроф-муҳитни сақлаш ҳам муҳим. Бемор ётадиган чойшаб, ёстиқ ёпқичи ва пижама тинч ҳолатда ҳам камида ҳар куни алмаштирилади, чиқарувлар тушган ҳолда эса дарҳол ўзгартирилади. Палата ҳавоси мунтазам вентиляция қилинади, деворлар ва эрга антисептик эритма сепилади.

#### 8. ПСИХОЛОГИК ЁРДАМ ВА ИНСОНИЙ ҚАДР-ҚИММАТ

Физиологик чиқарувлар билан боғлиқ парваришнинг нозик жиҳати — беморнинг психологик ҳолатини ҳисобга олиш. Кўплаб беморлар, айниқса, катта ёшли ёки ўзини четдан назорат қила олмайдиган инсонлар судно ишлатиш ёки иссиқ чиқарув иши учун ёрдамга муҳтожлигидан қийналади, уялади ва тушкунликка тушади.

Ҳамшира ушбу жараёнда беморга меҳрибон, табиий ва ишончли муносабатда бўлиши зарур. Ҳеч қачон беморни камситиш, ундан нафратланиш ёки шикоят қилиш мумкин эмас. Паст овозда, инобатли сўзлар билан мурожаат қилиш, беморнинг иштирокини баланд баҳолаш — ҳамширалик касбий ахлоқий мажбурияти.

Беморга жараён олдидан нима бўлишини тушунтириш, унинг розилигини олиш — ҳамшира касб этикасининг асосий тамойилларидан. Шифохонада қолиш давомида беморнинг ўзини ожиз ва ёрдамга муҳтожлигини ҳис этиши рухий зўриқишга олиб келади. Ҳамшира ушбу стрессни камайтиришга, беморни дастлаб ўз эҳтиёжлари учун мустақил бўлишга ундашга, ўз-ўзига ишончини тиклашга ёрдам бериши лозим.

#### ХУЛОСА

Беморларнинг физиологик чиқарувларида ҳамширалик парвариши — муваффақиятли тиббий ёрдам кўрсатишнинг ажралмас таркибий қисмидир. Ушбу соҳадаги ҳамшира фаолияти билим, амалий кўникма, масъулиятли муносабат ва инсоний меҳрни бир вақтда талаб қилади. Малакали ҳамшира

ўзининг кузатувлари орқали касаллик асоратларини эрта аниқлайди, шифокорни зарур маълумотлар билан таъминлайди ва беморнинг тузалишига бевосита ҳисса қўшади.

Санитария-гигиена нормалари ва инфекция нозорат қоидаларига қатъий риоя қилиш — нафақат беморнинг хавфсизлигини, балки ҳамширанинг ўзини ва бутун тиббий муассаса ходимларини ҳамоя қилади. Беморнинг жисмоний эҳтиёжларини қондиришда психологик ёрдам ва инсонпарварлик тамойилларини сақлаш — замонавий ҳамширалик ишининг маънавий асосини ташкил этади.

Хулоса қилиб айтганда, беморларнинг физиологик чиқарувларини тўғри бошқариш ва парвариш қилиш ҳамширалик амалиётининг энг муҳим ва сўнгги йилларда тобора кенг ўрганилаётган соҳаларидан бири ҳисобланади. Ушбу малакани эгаллаш ёш ҳамшираларни беморлар олдидаги масъулиятини чуқур ҳис этишга, юқори касбий стандартлар асосида ишлашга тайёрлайди.

### Фойдаланилган адабиётлар:

- Мухамедов И.М. Ҳамширалик иши асослари. — Тошкент: Ибн Сино, 2019. — 384 б.
- Назарова Д.М. Умумий ҳамширалик назарияси ва амалиёти. — Тошкент: Фан, 2021. — 312 б.
- Юсупова М.А. Инфекцион нозорат ва санитария-гигиена. — Тошкент: Тиббиёт нашриёти, 2020. — 228 б.
- WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care. World Health Organization, Geneva, 2009.
- Potter P.A., Perry A.G. Fundamentals of Nursing. — 9th edition. — Elsevier, 2017. — 1344 p.
- Craven R.F., Hirnle C.J. Fundamentals of Nursing: Human Health and Function. — 8th ed. — Lippincott, 2016.
- Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг ҳамширалик ишини ташкил этиш бўйича йўриқномалари. — Тошкент, 2022.
- Abramowitz P.W., Shane R. Nursing and Pharmacy Collaboration in Patient Care. — Am J Health Syst Pharm, 2020.