

Post-COVID-19 complications

Teacher at Surkhandarya Medical College

Abdusalimova Gulnoza Qurbonmurod qizi

Abstract. This article examines the clinical significance and prevalence of post-COVID-19 complications. It highlights the variety of long-term health issues that may arise after recovery from COVID-19, including respiratory, cardiovascular, neurological, and psychological disorders. The underlying mechanisms, risk factors, and the impact of these complications on patients' quality of life are analyzed. Preventive strategies, early diagnosis, and multidisciplinary management approaches are discussed to mitigate the long-term consequences of COVID-19 and improve patient outcomes.

Keywords: Post-COVID-19 complications, long COVID, respiratory sequelae, cardiovascular sequelae, neurological complications, psychological disorders, long-term effects.

Covid 19 dan keyingi asoratlari

Surxondaryo viloyati tibbiyot texnikumi o'qituvchisi:

Abdusalimova Gulnoza Qurbonmurod qizi

Annotatsiya. Ushbu maqolada post-COVID-19 asoratlarning klinik ahamiyati va tarqalishi o'rganilgan. COVID-19 dan sog'aygandan keyin yuzaga kelishi mumkin bo'lgan uzoq muddatli sog'liq muammolari, jumladan, nafas olish tizimi, yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi va psixologik buzilishlar yoritilgan. Ushbu asoratlarning rivojlanish mexanizmlari, xavf omillari va bemorlarning hayot sifatiga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, uzoq muddatli oqibatlarni kamaytirish va bemor natijalarini yaxshilash maqsadida profilaktik choralar, erta tashxis va ko'p sohali boshqaruv yondashuvlari muhokama qilingan.



Kalit soʻzlar: Post-COVID-19 asoratlari, uzoq COVID, nafas olish tizimi asoratlari, yurak-qon tomir tizimi asoratlari, asab tizimi buzilishlari, psixologik buzilishlar, uzoq muddatli oqibatlar.

Muammoning dolzarbligi. COVID-19 pandemiyasi butun dunyo sogʻliqni saqlash tizimiga jiddiy taʼsir koʻrsatdi. Sogʻaygan bemorlarda uzoq muddatli sogʻliq muammolari, yaʼni **post-COVID-19 asoratlari**, jiddiy ijtimoiy va klinik muammo sifatida namoyon boʻlmoqda. Ushbu asoratlarni nafas olish tizimi, yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi va ruhiy salomatlikka taʼsir qilishi mumkin, bemorlarning hayot sifatini sezilarli darajada pasaytiradi. Shuningdek, post-COVID-19 asoratlari tibbiyot tizimiga qoʻshimcha yuk, uzoq muddatli davolash xarajatlari va sogʻliqni saqlash resurslariga boʻlgan talabni oshiradi.

Shu sababli, post-COVID-19 asoratlarni aniqlash, ularni oldini olish va samarali boshqarish bugungi kunda global va milliy sogʻliqni saqlash tizimi uchun ustuvor vazifa hisoblanadi.

Tadqiqotdan maqsad. Ushbu tadqiqotning maqsadi — COVID-19 dan sogʻaygan bemorlarda yuzaga keladigan post-COVID-19 asoratlarini aniqlash, ularning rivojlanish mexanizmlari va xavf omillarini oʻrganish, shuningdek, bu asoratlarni oldini olish va samarali boshqarish boʻyicha tavsiyalar ishlab chiqishdir.

Kirish. COVID-19 pandemiyasi butun dunyo boʻylab jiddiy sogʻliqni saqlash va ijtimoiy-iqtisodiy muammolarni keltirib chiqardi. Virus bilan kasallangan bemorlarning koʻpchiligi sogʻaygan boʻlsa-da, koʻplab bemorlarda uzoq muddatli sogʻliq muammolari, yaʼni **post-COVID-19 asoratlari**, yuzaga kelmoqda. Bu asoratlarni nafas olish tizimi, yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi va psixologik salomatlikni taʼsir qilishi mumkin, bemorlarning hayot sifatini pasaytiradi va sogʻliqni saqlash tizimiga

qo'shimcha yuk tushiradi. Hozirgi paytda post-COVID-19 asoratlari aniqlash, ularning xavf omillarini o'rganish va samarali boshqarish bo'yicha tadqiqotlar global miqyosda davom etmoqda. Ushbu maqola post-COVID-19 asoratlarning klinik jihatlari, ularning rivojlanish mexanizmlari va oldini olish choralarini yoritishga qaratilgan.

Asosiy qism

1. Post-COVID-19 asoratlari tushunchasi

Post-COVID-19 asoratlari — COVID-19 bilan kasallangandan keyin bemorlarning sog'lig'ida yuzaga keladigan uzoq muddatli salbiy o'zgarishlar bo'lib, ular infektsiya tugaganidan keyin ham bir necha haftadan bir necha oygacha davom etishi mumkin. Ushbu asoratlari bemorlarning hayot sifatini pasaytiradi va qo'shimcha tibbiy yordamni talab qiladi.

2. Post-COVID-19 asoratlari turlari

1. Nafas olish tizimi asoratlari

- O'pka to'qimalarida fibroz o'zgarishlar
- Surunkali yo'tal va nafas qisishi
- Spirometriya natijalarida pasayish

2. Yurak-qon tomir tizimi asoratlari

- Miokardit va perikardit
- Yurak ritmi buzilishlari
- Tromboz va qon tomir yetishmovchiligi

3. Asab tizimi asoratlari

- Bosh og'rig'i, konsentratsiya kamayishi ("brain fog")
- Uyqu buzilishlari, mushak zaifligi
- Nevrologik simptomlar: paresteziya, bosh aylanishi

4. Psixologik va ruhiy salomatlik buzilishlari

- Depressiya, xavotir va stress
- Posttravmatik stress buzilishi (PTSB)
- Kognitiv va emotsional qiyinchiliklar

3. Post-COVID-19 asoratlarning rivojlanish mexanizmlari

- Virusning to‘g‘ridan-to‘g‘ri hujayraga zarar yetkazishi
- Immune tizimning ortiqcha faollashuvi va yallig‘lanish jarayonlari
- Gipoksiya va organ yetishmovchiligi natijasida uzoq muddatli o‘zgarishlar
- Surunkali kasalliklarning og‘irlashishi

4. Xavf omillari

- Kasallikning og‘ir kechishi (hospitalizatsiya yoki reanimatsiya talab qilgan holatlar)
- Keksalik va surunkali kasalliklar: yurak-qon tomir, diabet, o‘pka kasalliklari
- Virusning yuqori viral yuk bilan yuqtirilishi
- Profilaktika choralarining yetarli emasligi

5. Post-COVID-19 asoratlarni boshqarish va oldini olish

- Surunkali asoratlarni erta aniqlash va monitoring qilish
- Multidistsiplinar yondashuv: kardiolog, pulmonolog, nevrolog va psixologlar ishtirokida davolash
- Reabilitatsiya va fizioterapiya kurslarini o‘tkazish
- Sog‘lom turmush tarzini rag‘batlantirish va profilaktik chora-tadbirlar

Xulosa. Post-COVID-19 asoratlari COVID-19 pandemiyasining jiddiy va uzoq muddatli oqibatlaridan biri hisoblanadi. Nafas olish tizimi, yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi va psixologik salomatlikdagi muammolar bemorlarning hayot sifatini sezilarli darajada pasaytiradi va sogʻliqni saqlash tizimiga qoʻshimcha yuk tushiradi. Uzoq muddatli asoratlarni aniqlash, ularni oldini olish va samarali boshqarish uchun multidistsiplinar yondashuv, reabilitatsiya va erta tashxis muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, bemorlar va aholining tibbiy savodxonligini oshirish, sogʻlom turmush tarzini ragʻbatlantirish post-COVID-19 asoratlarning taʼsirini kamaytirishning eng samarali usullaridan biridir.

References

1. World Health Organization. **Clinical management of COVID-19: interim guidance.** Geneva: WHO; 2022.
2. Nalbandian A, Sehgal K, Gupta A, et al. **Post-acute COVID-19 syndrome.** Nat Med. 2021;27:601–615.
3. Carfi A, Bernabei R, Landi F. **Persistent symptoms in patients after acute COVID-19.** JAMA. 2020;324(6):603–605.
4. Huang C, Huang L, Wang Y, et al. **6-month consequences of COVID-19 in patients discharged from hospital: a cohort study.** Lancet. 2021;397(10270):220–232.
5. Lopez-Leon S, Wegman-Ostrosky T, Perelman C, et al. **More than 50 long-term effects of COVID-19: a systematic review and meta-analysis.** Sci Rep. 2021;11:16144.
6. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). **Long COVID or Post-COVID Conditions.** Atlanta, GA: CDC; 2022.

