

Date: 1<sup>st</sup> June-2026

**BACHADON ADENOMIOZIDA TURMUSH TARZI OMILLARI VA  
LOKALIZATSION XUSUSIYATLAR**

**Axmedova D.B., Yuldasheva D.Y.**

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi, Oilaviy tibbiyotda akusherlik va ginekologiya  
kafedrası

**Mavzuning dolzarbligi va zarurati**

Adenomioz reproduktiv yoshdagi ayollarda ko'p uchraydi, ammo uning kechishi har doim bir xil bo'lmaydi. Bir bemorda jarayon faqat bitta zonada qoladi, boshqasida esa bachadon devorining bir necha qismini qamrab oladi. Tasviriy diagnostika kengayganiga qaramay, yosh, lokalizatsiya va turmush tarzi omillari ko'pincha alohida baholanadi. Natijada xavfi yuqori bo'lgan bemorni erta ajratish qiyinlashadi.

**Kalit so'zlar:** *adenomioz, turmush tarzi, lokalizatsiya, UTT, MRT, risk indeksi*

**Maqsad**

Adenomiozli ayollarda yosh, bachadon devori bo'yicha lokalizatsiya va turmush tarziga oid omillar o'rtasidagi bog'lanishni baholash.

**Material va usullar**

Bir markazli retrospektiv tahlilga UTT va/yoki MRT bilan tasdiqlangan 30 nafar adenomiozli ayol kiritildi. Yosh, BMI, oldingi bachadon aralashuvlari, lokalizatsiya, past jismoniy faollik, surunkali stress, uyqu tanqisligi, tamaki ta'siri va noto'g'ri ovqatlanish qayd etildi. Ushbu besh turmush tarzi omili asosida 0-5 ballik xavf indeksi tuzildi. Natijalar tavsifiy statistika shaklida berildi.

**Natijalar**

Ishtirokchilarning o'rtacha yoshi  $36.57 \pm 4.76$  yil bo'ldi. 30-39 yosh guruhi 66.7% bilan asosiy ulushni egalladi, 40-49 yoshdagi ayollar esa 26.7% ni tashkil etdi. Lokalizatsiya bo'yicha diffuz yoki ko'p devorli shakl 12 holatda (40.0%), orqa devor 8 holatda (26.7%), old devor hamda yon-fundal zona 5 tadan holatda (16.7%) qayd etildi. 20-29 yoshdagi bemorlarda diffuz shakl uchramadi; 40-49 yosh guruhida esa u 5 holatda kuzatildi. Surunkali stress 18 bemorda (60.0%), past jismoniy faollik 16 bemorda (53.3%), uyqu tanqisligi 15 bemorda (50.0%), noto'g'ri ovqatlanish 14 bemorda (46.7%) va tamaki ta'siri 10 bemorda (33.3%) aniqlandi. Xavf indeksi 4-5 ball bo'lgan 9 bemorning 7 tasida diffuz jarayon kuzatildi. Shu guruhda UTT belgilarining o'rtacha soni  $4.9 \pm 0.8$ , MRT bo'yicha junctional zona qalinligi  $14.7 \pm 1.8$  mm bo'ldi. Past xavf guruhida bu ko'rsatkichlar mos ravishda  $2.9 \pm 0.9$  va  $9.8 \pm 1.4$  mm ni tashkil etdi.

**Muhokama**

Material kichik bo'lsa ham, bitta yo'nalish aniq sezildi. Turmush tarzi yuklamasi ortgan sari lokalizatsiya ko'lami kengaydi va instrumental belgilar kuchaydi. Bu natija kundalik amaliyotda bemordan faqat shikoyatlarni emas, uyqu, harakatchanlik, stress va ovqatlanish odatlarini ham maqsadli so'rash kerakligini eslatadi.



Date: 1<sup>st</sup> June-2026

### **Xulosa**

Adenomioz 30 yoshdan keyin ko'proq uchradi va yosh kattalashgan sari diffuz shakl ulushi oshib bordi. Surunkali stress, past jismoniy faollik hamda uyqu tanqisligi kohortda eng ko'p uchragan omillar bo'ldi. Yuqori turmush tarzi xavf indeksi diffuz lokalizatsiya, ko'proq UTT belgisi va junctional zonaning qalinlashuvi bilan yonma-yon kechdi. Anamnez, UTT va zarur holatda MRTni birlashtirish erta risk guruhini ajratishda qulay yondashuv bo'lib xizmat qilishi mumkin.

