IQRO JURNALI , IQRO JOURNAL, ИКРО ЖУРНАЛИ
ISSN:2181-4341| wordlyknowledge.uz/index.php/iqro
Volume 22 Issue 01 IYUN 2026

KONTAKT LINZA TAQUVCHILARDA QURUQ KO‘Z SINDROMINING TARQALISHI

Aliyev Zohidjon Zokirjon o‘g‘li
Central Asian Medical University
zohidjonaliyev984@gmail.com

Melixodjayev Yahyoxo‘ja Ma’rufxo‘jayevich
Central Asian Medical University talabasi
yaxyoxuja.2022@icloud.com

Annotatsiya. Quruq ko‘z sindromi (Dry Eye Syndrome) kontakt linza taquvchilarda eng ko‘p uchraydigan asoratlardan biri hisoblanadi. Ushbu holat ko‘z yoshi pardasining miqdori yoki sifati buzilishi natijasida yuzaga kelib, ko‘z yuzasining yetarli namlanmasligiga olib keladi. Tadqiqotning maqsadi kontakt linza taquvchilarda quruq ko‘z sindromining uchrash chastotasi, asosiy xavf omillari va diagnostik mezonlarini tahlil qilishdan iborat. Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, linzalarni uzoq vaqt taqish, raqamli qurilmalardan uzoq muddat foydalanish, quruq muhitda ishlash va linzalarga noto‘g‘ri parvarish qilish quruq ko‘z sindromining rivojlanish xavfini oshiradi. Erta tashxis va profilaktik choralar bemorlarning ko‘rish sifati hamda hayot sifatini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega.

Kalit so‘zlar: quruq ko‘z sindromi, kontakt linza, ko‘z yoshi pardasi, OSDI, Schirmer testi, TBUT.

Abstract. Dry Eye Syndrome is one of the most common complications among contact lens wearers. It develops due to quantitative or qualitative disturbances of the tear film, resulting in inadequate lubrication of the ocular surface. The aim of this study was to evaluate the prevalence, risk factors, and diagnostic methods of dry eye syndrome in contact lens users. The findings indicate that prolonged contact lens wear, excessive use of digital devices, dry environmental conditions, and improper lens care significantly increase the risk of dry eye syndrome. Early diagnosis and preventive measures are essential for improving visual performance and quality of life.

Keywords: dry eye syndrome, contact lens, tear film, OSDI, Schirmer test, TBUT.

Kirish. Kontakt linzalardan foydalanish dunyo bo‘yicha keng tarqalgan bo‘lib, ular refraksion nuqsonlarni tuzatishning samarali vositasi hisoblanadi. Biroq uzoq muddat kontakt linza taqish ko‘z yuzasida qator funksional o‘zgarishlarni yuzaga keltirib, quruq ko‘z sindromining rivojlanishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Quruq ko‘z sindromi ko‘z yoshi pardasining barqarorligi buzilishi bilan kechadigan multifaktorial kasallik bo‘lib, ko‘zda qurish hissi, achishish, begona jism sezgisi, ko‘rishning vaqtinchalik xiralashishi va yorug‘likka sezuvchanlikning ortishi bilan namoyon bo‘ladi. Adabiyotlarda kontakt linza taquvchilarning 30–70 % ida ushbu sindromning turli darajadagi belgilari uchrashi qayd etilgan.

Kontakt linza ko‘z yoshi pardasini old va orqa qatlamlarga ajratib, uning tabiiy tuzilishini o‘zgartiradi. Natijada ko‘z yoshi tezroq bug‘lanadi, lipid qatlami barqarorligi pasayadi va ko‘z yuzasida mikroshikastlanishlar yuzaga keladi. Ayniqsa, silikon-gidrogel bo‘lmagan yumshoq linzalarni kuniga 8–10 soatdan ortiq taqish quruq ko‘z sindromi rivojlanish xavfini oshiradi.

Mazkur tadqiqotning maqsadi kontakt linza taquvchilarda quruq ko‘z sindromining uchrash chastotasini, asosiy xavf omillarini hamda zamonaviy diagnostika va profilaktika usullarini tahlil qilishdan iborat.

Material va tadqiqot usullari. Tadqiqot 2025–2026-yillarda oftalmologiya bo‘limida olib borildi. Unda 80 nafar muntazam kontakt linza taquvchi ishtirok etdi. Ishtirokchilarning yoshi 18–45 yosh oralig‘ida bo‘lib, o‘rtacha yosh 28,9 ± 6,4 yilni tashkil etdi. Tadqiqotga kamida olti oy davomida kontakt linzadan foydalangan shaxslar kiritildi.

Barcha ishtirokchilarda quyidagi tekshiruvlar o‘tkazildi:

- OSDI (Ocular Surface Disease Index) so‘rovnomasi;
- Schirmer testi;
- ko‘z yoshi pardasining uzilish vaqti (TBUT);
- biomikroskopiya;
- fluoressein bilan bo‘yash testi.

NATIJALAR. Tadqiqot natijalariga ko‘ra, 80 nafar kontakt linza taquvchining 42 nafarida (52,5 %) quruq ko‘z sindromining turli darajadagi belgilari aniqlandi. Sindrom ayollarda (58,7 %) erkaklarga (44,1 %) nisbatan ko‘proq uchradi.

OSDI so‘rovnomasi natijalari bo‘yicha ishtirokchilarning 38,8 % ida yengil, 10,0 % ida o‘rta va 3,7 % ida og‘ir darajadagi quruq ko‘z sindromi qayd etildi.

1-jadval. Quruq ko‘z sindromining og‘irlik darajasi

Daraja	Bemorlar soni	%
Aniqlanmadi	38	47,5
Yengil	31	38,8
O‘rta	8	10,0
Og‘ir	3	3,7

2-jadval. Asosiy xavf omillari

Xavf omili	Aniqlangan bemorlar (%)
Linzani 8 soatdan ortiq taqish	61,9
Kompyuter bilan uzoq ishlash	54,8
Quruq iqlim yoki konditsionerli xona	40,5
Linzaga noto‘g‘ri parvarish	28,6
Antigistamin preparatlari qabul qilish	14,3

Natijalar shuni ko‘rsatdiki, quruq ko‘z sindromining rivojlanishida bir nechta omillar birgalikda ta'sir qiladi. Ayniqsa, linzani uzoq muddat taqish va raqamli qurilmalardan ortiqcha foydalanish asosiy xavf omillari hisoblanadi.

Muhokama. Olingan natijalar kontakt linza taquvchilarda quruq ko‘z sindromi keng tarqalganligini tasdiqlaydi. Tadqiqotimizda sindromning uchrash chastotasi 52,5 % ni tashkil etdi, bu xalqaro tadqiqotlarda keltirilgan 30–70 % diapazoniga mos keladi.

Quruq ko‘z sindromining rivojlanishida kontakt linzaning ko‘z yoshi pardasini ikki qismga ajratishi muhim rol o‘ynaydi. Natijada ko‘z yoshi tezroq bug‘lanadi, lipid qatlami barqarorligi pasayadi va ko‘z yuzasi namligi yetarli darajada saqlanmaydi. Bundan tashqari, linzaning mexanik ta'siri shox parda va kon'yunktiva epiteliyida mikroo‘zgarishlarni yuzaga keltiradi.

Tadqiqot davomida quruq ko‘z sindromi ayollarda erkaklarga nisbatan ko‘proq uchragani aniqlandi. Bu holat ayollarda gormonal o‘zgarishlar va ko‘z yoshi bezlari faoliyatining yosh o‘tishi bilan pasayishi bilan izohlanadi.

OSDI, Schirmer va TBUT testlarining birgalikda qo‘llanilishi quruq ko‘z sindromini aniqlashda yuqori diagnostik ahamiyatga ega ekanligi kuzatildi. Shu sababli kontakt linzadan muntazam foydalanuvchilarda ushbu tekshiruvlarni davriy ravishda o‘tkazish tavsiya etiladi.

Profilaktika maqsadida yuqori kislorod o‘tkazuvchanligiga ega silikon-gidrogel linzalardan foydalanish, linzalarni belgilangan muddatda almashtirish, sun'iy ko‘z yoshi tomchilaridan foydalanish hamda kompyuterda ishlash vaqtida muntazam tanaffuslar qilish quruq ko‘z sindromi rivojlanish xavfini kamaytiradi.

Xulosa. Kontakt linza taquvchilarda quruq ko‘z sindromi keng tarqalgan bo‘lib, tadqiqotimizda uning uchrash chastotasi 52,5 % ni tashkil etdi. Quruq ko‘z sindromining rivojlanishiga linzani uzoq vaqt taqish, raqamli qurilmalardan ko‘p foydalanish, quruq muhitda ishlash va linzalarga noto‘g‘ri parvarish qilish asosiy xavf omillari sifatida aniqlandi. OSDI so‘rovnomasi, Schirmer testi va TBUT testi quruq ko‘z sindromini erta aniqlashda samarali diagnostik usullar hisoblanadi.

Profilaktik chora-tadbirlarni qo‘llash va muntazam oftalmologik nazorat kontakt linza taquvchilarda ko‘rish sifati hamda hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Craig JP, Nichols KK, Akpek EK, et al. TFOS DEWS II Definition and Classification Report. Ocul Surf. 2017;15(3):276–283.
2. Stapleton F, Alves M, Bunya VY, et al. TFOS DEWS II Epidemiology Report. Ocul Surf. 2017;15(3):334–365.
3. Jones L, Downie LE, Korb D, et al. TFOS DEWS II Management and Therapy Report. Ocul Surf. 2017;15(3):575–628.
4. Nichols JJ, Willcox MDP, Bron AJ, et al. The TFOS International Workshop on Contact Lens Discomfort. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2013;54(11):TFOS7–TFOS13.
5. American Academy of Ophthalmology. Preferred Practice Pattern: Dry Eye Syndrome. 2024.
6. Kanski JJ, Bowling B. Clinical Ophthalmology: A Systematic Approach. 9th ed. Elsevier; 2023.
7. Yanoff M, Duker JS. Ophthalmology. 6th ed. Elsevier; 2022.
8. Nelson JD, Craig JP, Akpek EK, et al. TFOS DEWS II Introduction. Ocul Surf. 2017;15(3):269–275.
9. Baudouin C, Aragona P, Van Setten G, et al. Diagnosing the severity of dry eye. Br J Ophthalmol. 2021;105(6):746–752.
10. Bron AJ, de Paiva CS, Chauhan SK, et al. TFOS DEWS II Pathophysiology Report. Ocul Surf. 2017;15(3):438–510.