

Xusanova Shaxrizoda Sherzod qizi

Toshkent tibbiyot akademiyasi Davolash ishi fakulteti 4- bosqich talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada biz chaqaloqning oyma-oy vazn ortishi, o'sishi va rivojlanishining ajoyib jarayonini ko'rib chiqamiz, ularning umumiy farovonligi va rivojlanishiga hissa qo'shadigan asosiy omillarga oydinlik kiritamiz hamda chaqaloqlarning shakllanishining birinchi yilida qanday rivojlanishi va rivojlanishining nozik tomonlarini ko'rib chiqamiz.

Kalit so'zlar: chaqaloq, vazn, salomatlik, ovqatlanish amaliyoti, genetika, tug'ilish vazni va chaqaloqning umumiy sog'lig'i.

Chaqaloq hayotining birinchi yili g'ayrioddiy o'sish va o'zgarish davri bo'lib, ularning rivojlanishini shakllantiradigan muhim o'zgarishlar bilan ajralib turadi. Kichkintoyning rivojlanishini kuzatishning asosiy jihatlaridan biri ularning oyma-oy vazn ortishi, o'sishi va rivojlanishi hisoblanadi. Kichkintoylar dunyoga kelgan paytdan boshlab jismoniy va kognitiv rivojlanishning ajoyib sayohatiga kirishadi, har oyda yangi marralar va kashfiyotlar olib keladi. Birinchi oyda chaqaloq odatda 600 grammgacha vaznga ega bo'ladi, ba'zi hollarda 1 kilogrammgacha vazn ortishi kuzatiladi. Ushbu tez o'sish keyingi oylar uchun zamin yaratadi, bu erda doimiy vazn ortishi umumiy salomatlik va rivojlanish uchun zarurdir. Ikkinchi oyga kelib, chaqaloq qo'shimcha 600-700 grammga ega bo'lishi mumkin, keyin esa keyingi oylarda vaznning barqaror o'sishi kuzatiladi. Chaqaloqlarda vazn ortishi nafaqat tarozidagi raqamlar bilan bog'liq. Kilogrammning yetarli darajada ortishi chaqaloqning tez rivojlanayotgan miyasi, suyaklari, mushaklari va organlari uchun zarur oziq moddalar va energiya beradi. Shuningdek, u immunitet funksiyasi, kognitiv rivojlanish va umumiy farovonlik bilan bog'liq bo'lib, kelajakdagi salomatlik natijalari uchun poydevor qo'yadi. Kichkintoyning oylik vazn ortishiga bir necha omillar ta'sir qilishi mumkin, jumladan, ovqatlanish amaliyoti, genetika, tug'ilish vazni va umumiy sog'lig'i. Emizish, formulalar bilan oziqlantirish va qattiq oziq-ovqatlarni kiritish chaqaloqning ozuqaviy moddalarni iste'mol qilishini va keyingi vazn ortishi traektoriyasini aniqlashda hal qiluvchi rol o'ynaydi. Bundan tashqari, ota-onaning yordami, rag'batlantiruvchi muhit va sezgir g'amxo'rlik chaqaloqning jismoniy va hissiy o'sishiga yordam beradi. Ota-onalar va tibbiyot xodimlari chaqaloqning o'sishi va rivojlanishini muntazam tekshiruvlar, o'lchovlar va o'sish jadvallari orqali kuzatishlari mumkin. Ushbu vositalar o'sish bilan bog'liq har qanday potentsial muammolarni erta aniqlash imkonini beradi va optimal o'sishni qo'llab-quvvatlash uchun o'z vaqtida choralar ko'rish imkonini beradi. Og'irlik, bo'y, bosh atrofi va rivojlanish bosqichlarini kuzatish orqali g'amxo'rlik qiluvchilar chaqaloqning kutilgandek rivojlanishini ta'minlashi mumkin.

Chaqaloqlarda vazn ortishi bilan bog'liq keng tarqalgan muammolar:

Noto'g'ri oziqlantirish amaliyoti: noto'g'ri emizish yoki sun'iy formulalar bilan oziqlantirish usullari, masalan, noto'g'ri yopish, kamdan-kam ovqatlanish yoki erta sutdan ajratish chaqaloqning sog'lom vazn olish uchun etarli miqdorda ozuqa iste'mol qilish qobiliyatiga to'sqinlik qilishi mumkin.

Reflyuks, oziq-ovqat allergiyasi yoki metabolik kasalliklar kabi ba'zi tibbiy sharoitlar chaqaloqning ozuqa moddalarini samarali hazm qilish va so'rish qobiliyatiga xalaqit berishi mumkin, bu esa yomon vazn ortishiga olib keladi. Erta tug'ilgan chaqaloqlar ko'pincha kam

vaznga ega bo'lib, tizimlari rivojlanmaganligi va yuqori kaloriya ehtiyojlari tufayli vazn ortishi bo'yicha to'liq muddatli tengdoshlariga yetib olish uchun kurash olib borishi mumkin. Rivojlanishda kechikishlar bo'lgan chaqaloqlar, masalan, og'zaki vosita muammolari yoki sezgir sezuvchanlik, ovqatlanish bilan bog'liq qiyinchiliklarni boshdan kechirishi va keyinchalik tegishli ravishda kilogramm olish uchun kurashishi mumkin.

Chaqaloqlarda sog'lom vazn ortishini qo'llab-quvvatlash strategiyalari:

Agar chaqalog'ingizning vazni ortishidan xavotirda bo'lsangiz, asosiy sabablarni baholash va moslashtirilgan harakatlar rejasini ishlab chiqish uchun pediatr yoki laktatsiya bo'yicha maslahatchidan maslahat olish juda muhimdir. Chaqaloqning ochlik belgilariga mos keladigan va kun davomida ularning etarli darajada oziqlanishini ta'minlaydigan izchil ovqatlanish jadvalini tuzing. To'g'ri emizish yoki shishadan oziqlantirish usullarini qo'llang, masalan, yaxshi tutqichni ta'minlash, teri bilan teri aloqasini saqlash va ozuqa moddalarini optimal iste'mol qilishni qo'llab-quvvatlash uchun cheklanmagan ovqatlanish vaqtlariga ruxsat berish. Chaqaloqning o'sishi va rivojlanishi uchun muhim oziq moddalar bilan ta'minlash uchun ona suti, formulalar va yoshga mos keladigan qattiq ovqatlar kabi ozuqaviy moddalarga boy oziq-ovqatlarni kiriting. Kichkintoyingizning vazn ortishi jarayonini pediatrga muntazam ravishda tashrif buyurish va sog'lom yo'ldan ketayotganiga ishonch hosil qilish uchun o'sish jadvallarida ularning o'sishini kuzatish orqali kuzatib boring.

Xulosa:

Bolaning oylik vazn ortishi, o'sishi va rivojlanishining sayohati inson tanasining ajoyib chidamliligi va moslashuvchanligidan dalolat beradi. Kichkintoyning o'sishida vazn ortishi muhimligini tushunib, ularga g'amxo'rlik va yordam ko'rsatish orqali ota-onalar o'z farzandlarining rivojlanishi va imkoniyatlarini to'liq ro'yobga chiqarishlari mumkin. Har bir muhim bosqichni nishonlab, o'sish va kashfiyot lahzalarini qadrlagan ota-onalar chaqalog'ining kelajagini shakllantirishda va umr bo'yi salomatligi va farovonligi uchun poydevor yaratishda muhim rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Кочкина С.С., Ситникова Е.П., Особенности цитомегаловирусной инфекции: обзор литературы. Педиатрия. № 6 (123), 2016. Стр.1-12.
2. Лындин А. А. Герпесвирусная инфекция и ее роль в поражении почек. Российский вестник перинатологии, 6, 2010
3. Павлов В.Н., Пушкарев А.М., Ракипов И.Г., Алексеев А.В., Насибуллин И.М. Медицинский вестник Башкортостана. Том 8, № 6, 2013.
4. Сафина А.И., Даминова М.А. Педиатрия 2012/Том91/№6; Павлов В.Н. Пушкарев А.М. 2013.
5. Смирнова Н.Н., Галкина О.В., Новикова В.П., Прокофьева Н.Э. Современные биомаркеры повреждения почек в педиатрии Нефрология 2019. Том 23 №4.
6. Смирнова Н.Н., Галкина О.В., Новикова В.П., Прокапьева Н.Е. Нефрология. 2019 Том 23 №4