



ЭРТА ЁШДАГИ БОЛАЛАРНИНГ РИВОЖЛАНИШИГА МИКРОНУТРИЕНТЛАР ТАНҚИСЛИГИНИНГ ТАЪСИРИНИ ЎРГАНИШ

Хасанова М.И., Шайхова М.И.

Тошкент педиатрия тиббиёт институти

Долзарблиги. Овқат рационидида озуқа моддаларининг танқислиги боланинг жисмоний ва асаб-руҳий ривожланишининг орқада қолишига олиб келади, турли касалликларнинг юзага келиши хавфини оширади. Болаларнинг овқат рационидида баъзи нутриентларнинг узоқ вақт бўлмаслиги улар организмидида турли ўзгаришларни келтириб чиқариши мумкин. Бу болалик ва ўсмирлик давридида жуда муҳим ҳисобланади, чунки ушбу даврлар ўсиш ва ривожланишнинг жадал кечувчи жараёнлари билан характерланади.

Тадқиқот мақсади. Микронутриентлар танқислигининг эрта ёшдаги болаларнинг ривожланишига таъсирини ўрганиш тадқиқот мақсади бўлиб ҳисобланди.

Тадқиқот материаллари. Болалардида витаминлар ва минераллар алмашинувининг ўзига хослиги, болаларнинг нормал ўсиши ва ривожланишига микронутриентларнинг таъсирини ўрганиш учун замонавий адабиётлардида келтирилган маълумотлар таҳлил қилинди.

Тадқиқот натижалари. Тўғри овқатланиш – бу болаларнинг оптимал ривожланиши, атроф-муҳитга адекват мослашиши, нохуш омилларнинг таъсирига қарши чидамлилигини ошириш учун муҳим бўлган шартдир. Болаларнинг овқат рационидида озуқа моддаларининг танқислиги улардида касалланишининг ошиши, жисмоний ва асаб-руҳий ривожланишининг орқада қолишига ва керакли микронутриентларнинг организмга тушмаслиги турли оқибатларга олиб келади. Микроэлементлар етишмовчилигини тубдиан йўқ қилиш Мингйилликнинг мақсадларидиан бири ҳисобланади.

Микронутриентлар танқислиги муаммоси “яширин очлик” муаммоси деб ҳам аталади. Бизнинг Республикамиздида темир, йод, А витамини танқислиги энг кўп тарқалган. Темир танқислиги камқонликнинг яширин ва яққол шаклларининг ривожланишига олиб келади. 2017 йилдида Ўзбекистондида озикланиш бўйича олиб борилган тадқиқотларнинг натижаларига кўра, тахминан ҳар 7-бола (15,6%) темир танқислиги камқонлигидиан азият чекади. Беморларнинг 1% дида камқонликнинг оғир шакли кузатилади. Камқонликнинг энг юқори кўрсаткичлари 6-11 ойлик болалар орасидида кузатилади. Камқонликнинг деярли 75% темир

танқислиги сабаб ривожланади. 6-59 ойлик болалар орасида темир танқислиги камқонлиги шаҳарда 13,1%, қишлоқ жойларида 10,9% ни ташкил қилади. Темир танқислиги ўғил болалар орасида 12,1%, қиз болалар орасида 9,3% ни ташкил қилади. Ўзбекистондаги болаларнинг 6,4% да А витамини танқислиги кузатилади. Қишлоқ аҳолиси орасида ушбу кўрсаткич, шаҳар аҳолисига нисбатан (5,8%) бирмунча юқори, яъни 6,9% ни ташкил қилади.

Микронутриентларнинг танқислиги иммун тизим фаоллигини пасайтиради, респиратор ва ошқозон-ичак касалликлари билан касалланишни оширади, ўқувчиларнинг мактабда фанларни ўзлаштиришларига салбий таъсир кўрсатади. Калций моддасини кам истеъмол қилиш, айниқса уни ўзлаштириш учун зарур бўлган Д, С ва В гуруҳидаги витаминларнинг етишмаслиги билан бирга кечганда, рахитик ўзгаришларнинг юзага келиши хавфини оширади, оптимал тана вазнига эга бўлишга тўсқинлик қилади. Йод танқислиги натижасида болалар бўйининг ўсиши орқада қолади, психомотор ривожланишда бузилиш кузатилади ва қалқонсимон без касалликлари ривожланади.

Нормал ичак микрофлорасининг бузилиши болаларда, айниқса антибактериал терапия олиб борилаётган вақтда, витаминлар етишмаслигига сабаб бўлади. Жисмоний ва руҳий-эмоционал зўриқишлар, стресс ҳолатлари, болаларнинг ўсишидаги критик даврлар (ҳаётининг дастлабки 3 йили, 5-7 ёш, 11-15 ёш), ўтказилган жароҳатлар, жаррохлик амалиётлари, нохуш экология таъсири каби ҳолатлар витаминлар етишмаслиги ривожланиши хавфини, микронутриентларга бўлган эҳтиёжнинг ошишига олиб келади.

Халқаро тажрибаларга асосланиб, Ўзбекистон Республикаси микронутриентлар танқислигига қарши курашиш бўйича ўз стратегиясини ишлаб чиқди, унинг асосий таркибий қисмлари стратегиянинг Қонунчилик асосини яратиш бўлди. 2010 йилда "Аҳоли ўртасида микроэлементлар етишмаслигининг олдини олиш тўғрисида"ги Ўзбекистон Республикаси Қонуни қабул қилинди;

Саплементация, ёки хавф гуруҳларида дори қўшимчаларини қабул қилиш; озуқа маҳсулотларини темир ва бошқа микронутриентлар билан фортификациялаш (бойитиш) ҳамда рационал овқатланиш темир танқислигини олдини олиш учун энг яхши стратегия бўлиб ҳисобланади.

6-59 ойлик болалар орасида йилига 2 марта А витамини саплементациясини ўтказиш ўлим кўрсаткичини 24% га пасайтиришга имкон беради.

Бола организмининг керакли витаминлар ва минераллар билан таъминлаш учун, биринчи навбатда, овқатланишни яхшилаш лозим. У болаларнинг микронутриентларга бўлган эҳтиёжи ва уларнинг организмга овқат билан тушиши орасидаги мослик тўлиқ бўлиши учун шароитни яратишга йўналтирилган бўлиши лозим.



Хулоса. Шундай қилиб, микронутриентлар, авваломбор, витаминлар ва минералларни оптимал даражада истеъмол қилиш, нормал ўсиб ривожланиш ва болалар соғлиғини қўллаб-қувватлашнинг асоси бўлиб ҳисобланади. Тўғри ва индивидуал тарзда олиб бориладиган профилактика ишлари ёки болалар ёши, танқисликни келтириб чиқарган сабаблар, йўлдош патология, яшаш жойи, бола организмнинг умумий реактивлигини ҳисобга олган ҳолда юзага келган микронутриентлар етишмаслигини коррекция қилиш болалар соғлиғини мустаҳкамлаш, касалланишнинг пасайиши ва болалар ҳаёт сифатининг ошишига имкон беради. Бунда санитар-оқартув ишлари масалалари дастурни самарали амалга ошириш ва келажақда барқарорликка эришиш учун ҳал қилувчи аҳамиятга эга.

ФЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ:

1. Программа еженедельной саплементации препаратами железа и фолиевой кислотой в группах риска. Методическое руководство. Ташкент, Министерство здравоохранения Республики Узбекистан, НИИГиПК, ЮНИСЕФ, 2004, 43 С.
2. Резолюция Европейского регионального бюро ВОЗ по второму плану действия в области питания и безопасности пищи. Париж. 2007 г.
3. Т.Л.Пилат, Т.Ш.Шарманов соавт. «Основные принципы фармаконутрициологии». Монография, Астана 2001, стр.62-63.
4. Ребров В.Г., Громова О.А. Витамины, макро- и микроэлементы. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. С.-8-16.
5. Оценка программы по профилактике и борьбе с анемией в Узбекистане, 2005. Министерство здравоохранения Республики Узбекистан, ЮНИСЕФ, Казахский институт питания, НИИГиПК, Таджибаев Ш.С., Сулейманова Д.Н., Ташкент, 2006, 105 С.
6. Тутельян В.А., Суханов Б.П., Гаппаров М.М., Кудашева В.А. Питание в борьбе за выживание. Москва, 2003. – С.438.
7. Шайхова М.И., Ганиева Д.К., Каримова Д.И. Реабилитация детей с железодефицитной анемией. // Журнал "Экономика и социум" № 3(94) 2022. г. Саратов. – С. –594-597.
8. Шайхова М.И., Каримова Д.И. Болаларда микронутриентлар танқислигин олдини олиш. // Тошкент тиббиёт академияси ахборотномаси, 2021. – С. – 110-115.
9. Хасанова М.И., Таджибаева Н.С. Гигиена питания. Учебно-методическая рекомендация для студентов 3 курса медико-педагогического факультета. Ташкент, 2003. – С.36.
10. Исследования по питанию в Узбекистане. Основные положения. Ташкент, 2019. Министерство здравоохранения Республики Узбекистан, ЮНИСЕФ.

11. Асадова Г.А., Расулова Н.Ф., мухамедова Н.С, Джалилова Г.А. Болалар ва ўсмирларда ортиқча вазн тарқалиш тенденциясини ўрганиш (Сирдарё тумани мисолида). Илмий // журнал Педиатрия, №2, 2021г. Тошкент, 12-16 бетлар.

12. Худанов, Б. О., Халилов, И. Х., Шульте, А. Г., & Гулямов, С. С. (2013). Выделение ионов фтора из фиссурных герметиков. Клиническая стоматология, (1), 50-54.