

## Ma'ruza

Boymurzayeva Gulnoza Komilovna  
Tayyorladi. Chirchiq tibbiyot kolleji "Maxsus fanlar-1" kafedrası yetakchi  
o'qituvchisi.

Mavzu: Gipo va agalaktiyada parhez ovqatlanish. O'zbekiston sharoitida emizikli onalarda gipo va agalaktiya holatlariga barham berish uchun tavsiya etiladigan mahsulotlar. Ona sutini ko'paytirish bo'yicha Ibn Sino tavsiyasi.

**Annotatsiya** Bugungi kunda olib borilayotgan ilmiy izlanishlarimiz natijasida ma'lum bo'ldiki, yangi tug'ilgan chaqaloqlarda gipo- va agalaktiya holatlari 6%ni tashkil qilgan bo'lsa, bu raqam bolalar taraqqiyotining dastlabki 3oyligida 15% ni, yarim yillik davrda esa 35% ni tashkil qildi. Mamlakatimiz hozirgi kunda bozor iqtisodiga kiiib borayotganiga bir qancha yil bo'lgan bo'lsa hamki, bunday sharoitga hali ko'nikaolmagan oilalarda gipo- vaagalaktiya holatlarining kelib chiqishida iqtisodiy - turmush holatlari 42%ni tashkil qildi. 15 % holatlarda homilador ayollik davrida ko'krak bezlari kelajak faoliyatga yaxshi tayyorlanmagan bo'lib, 15% holatlarda bolalami boqish tartibi buzilgan, 8,2% holatlarda onalarda nafas yo'llarining dabdurustdan boshlangan kasalliklari va surunkali buyrak dardlari ko'zga tashlangan bo' lib, 5% onalarda bola tug'ilgandan so'ng kech muddatlarda

ko'krak bilan boqilgani aniqlandi. Gipo- va agalaktiya holatlari ilk marotaba tuqqan ayollarda va yoshi 35 lardan oshgan ayollarda, qayta qayta ko'zi yorishgan ayollarga nisbatan ko'proq uchrashi ma'lum bo'ldi.

Onalarda gi po- va agalaktiya holatlarining muhofaza va davolash masalalariga o'tishdan oldin muxlislarimizning fikriyu-zikrini bir masalaga qaratishga o'zimizni haqli deb bildik.

Ushbu maqolada gipo va agalaktiyada parhez ovqatlanish. O'zbekiston sharoitida emizikli onalarda gipo va agalaktiya holatlariga barham berish uchun tavsiya etiladigan mahsulotlar, ona sutini ko'paytirish bo'yicha Ibn Sino tavsiyasilari haqida ma'lumotlar berilgan.

**Kalit so'zlar:** gipolaktiya, agalaktiya, giperalaktiya, prolaktin, esterogen, oksitotsin, progesterone.



### Gipo- va agalaktiyada parhez ovqatlanish

Ona suti chaqaloq (tug'ilgan kundan boshlab, to 40 kunlik bo'lgunigacha) va bir yoshgacha bo'lgan bolalar uchun, ayniqsa dastlabki 3-4-oylar mobaynida, alohida ahamiyat kasb etgan taom hisoblanib, ko'krak bezlarining faol faoliyat mahsulidir.

Ona suti tarkibi aytarli darajada murakkab bo'lib, uning tarkibida 10 dan ziyod turli moddalar (oqsillar, yog'lar, karbonsuvlar, vitaminlar, ma'dan moddalar birikmalari, fermentlar, gormonlar, organik kislotalar, immunoglobulinlar, o'sish omillari va boshqalar) guruhi mavjudligi ko'pchilik olimlar tomonidan tasdiqlangan.

Hozirgi zamon ilm-fan taraqqiyoti natijalariga ko'ra, sutning paydo bo'lishi va uning ko'krak bezlaridan ajralib chiqish jarayoni quyidagicha bo'lishi ko'zda tutiladi: homiladorlik davrida progesteron gormonining ziyod miqdorda ishlab chiqarilishi gi pofizning oldingi qismi tomonidan ishlab chiqariladigan prolaktin gormonining paydo bo'lishini susaytiradi.

Bola tug'ilganidan keyin vujudga keladigan progesteron va esteronlar miqdoriy nisbatlarining kamayishi, gi pofizning sut ishlab chiqarish faoliyatini jonlantiradi.

Gipofizning oldingi qismiga tegishli prolaktin va somatotropin gormonlari hamjihatlikda ko'krak bezi alveolalarining o'sishi va taraqqiy etishiga fermentlar tizimi orqali to'g'ridan-to'g'ri ta'sir etadi va sutning ajralishiga olib keladi.

Sut ajralishi jarayoni boshlangach, uning kelajakda rivoj topishida oksitotsin gormonining ahamiyati ortib boradi. Ayni gormon gipofizning paraventikulyar yadrolarida vujudga kelib, gipofizning orqa qismida yig'ila boradi.

Bola ko'krak uchini so'ra boshlagach, undan keladigan reflekslar, oksitotsin, prolaktin kabi gormonlarning qonga o'tishini ta'minlaydi. Oksitotsin qon orqali sut bezlari alveolalarining mioepitelial hujayralariga keladi va ulami qisqarishga olib keladi. Natijada sut ajrala boshlaydi.

Ayol ko'zi yorishgach, sut ajralishi dastlabki kunlari kamroq bo'ladi, ayniqsa ilk marta tuqqanlarda; 3-4 kun o'tgach ko'krak bezlari kattalashadi, bo'rtadi, sut miqdori ortadi. Keyinchalik sut miqdorining ortib borish tezligi sekinlik bilan davom etadi va uning miqdori bola tanasi talablariga monand bo'ladi. 10-20 haflalar ichida ajraladigan sut

miqdori eng yuqori darajada bo'ladi. Demak, bola 5 oylik bo'lgunicha ona suti bilan bemalol ta'minlanadi. Bunday holat hamma vaqt ham tibbiyot amaliyotida uchrayvermaydi. Ma'lum sabablarga ko'ra, bolani ona suti bilan boqish jarayoni izdan chiqib ketadi. Natijada ajralayotgan ona suti miqdori ham, uning sifati ham bola tanasi talablariga javob bermay qoladi. Bunday holatni patologik laktatsiya tushunchasi bilan



izohlaydilar va uning bir necha xilini ajratadilar.

Sut mutlaqo ajralmasa— agalaktiya, kam miqdorda ajralsa—gipolaktiya, haddan tashqari ko‘p ajralsa, giperaktiya, ba‘zan persistirlanuvchi sut ajralishi kabi tushunchalar tibbiyot amaliyotida uchrab turadi. Patologik laktatsiyalar ichida bolalar shifokorlarini ko‘proq tashvishga solib q o ‘ yadigani gipogalaktiya jarayonidir. Negakim, bunday holat surunkali davom etsa, u holda bola o ‘sishtan ham, rivojlanishdan ham ortda qoladi.

Gipogalaktiya boshlanish muddatiga ko‘ ra, ertangi (tug‘ish jarayonidan keyin dastlabki 10-30 kun ichida) va kech boshlangan (bola tug‘ilganidan so‘ng 31 kundan boshlab) turlarga ajratiladi. Undan tashqari, birlamchi va ikkilamchi gipogalaktiyalar hambo‘ ladi.

Birlamchi gipogalaktiyalar ichki sekretsiyabezlari kasalliklari yoki gormonlarga oid jarayonlarning izdan chiqishi natijasi deb tan olinsa, ikkilamchi gipogalaktiyalar esa ayollarning somatik kasalliklari, homiladorlikning, tug‘ish va tug‘ ishtan keyin ro‘y beradigan asoratlar “mevasi” deb hisoblanadi.

#### **Ona suti miqdori**

- 25 foizgacha kamaysa, 1-darajali,
- 50 foizga kamaysa, 2-darajali,
- 75 foizga kamaysa, 3-darajadagi gipogalaktiya,
- 75 foizdan ortiq miqdorda kamaysa, 4-darajali gipogalaktiya

holati ro‘y beradi.

Ona suti kamomadining bola tanasiga salbiy ta‘sirining oldini olish va uni davolash maqsadida aniq hatti-harakatlarni o ‘z vaqtida amalga oshirish, ijobiy natijalarga olib kelishi hech bir shifokor yoki emizikli onada shubha tug‘dirmaydi. Ammo buning uchun dastavval har bir onada gipogalaktiya jarayonini keltirib chiqargan sabablarni aniqlash maqsadga muvofiq bo‘ladi. Bu sabablar tashqi va ichki muhit omillari ta‘sirida ona yoki bola tanasidagi me‘yorda borishi zarur bo‘lgan hayotiy jarayonlarning izdan chiqishiga olib keladi.

Ona suti kamomadini va yo‘qligini agalaktiya keltirib chiqaruvchi sabablar va tahdidli (risk) holatlar turlicha bo‘lib, ayrim holatlarda bir birlari bilan o‘zaro bog‘langan bo‘ ladi

yordamida tortib olish va h.k, nobop va Ona suti kamomadini va yo‘qligini vujudga keltiruvchi noxush holdatlar quyidagicha:

**- ona tomonidan: asosiylari va ikkilamchilari;**

**Asosiylari:**

- asab ichki sekretsiya bezlari faoliyatining buzilishi;
- infantilizmida sut bezlarining yetarli darajada faoliyat ko‘rsata



olmasligi; ichki sekretiya bezlari (masalan, qalqonsimon bezning) kasalliklari, yoshi 30 dan oshgan ayollarning ko'zi yorishishi;

- yurak-qon tomirlar tizimi xastaliklari — yurak porogi, gipertoniya kasalligi, gipotoniya;
- homilador ayollarda kechki toksikozlar;
- tug'ish jarayonida va undan keyingi qon ketishlar;
- ayrim akusherlik jarohatlari — operatsiyalar, akusherlik qisqichini qo'llash, homilani manfiy bosim tartibsiz ovqatlanishi;
- tuqqandan keyingi yuqumli dardlar;
- emizikli ayollarning nobop va Ona suti kamomadini va yo'qligini vujudga keltiruvchi noxush holdatlar

#### **Ikkilamchilari:**

- ko'krak bezi uchining noqulay shakli yoki kichkina, o'smagan, yapaloq yoki ichiga kirib ketgan holatlari;
- ko'krak bezi uchining yorilishi;
- sutning ko'krak bezida yig'ilib qolishi;
- ko'krak bezining yallig'lanishi;
- sutning o'z-o'zidan oqib ketishi — galaktoreya;
- bolani ona suti bilan ovqatlantirishning qoidalarini noto'g'ri qo'llash;
- ko'krak sutini noto'g'ri sog'ib olish;
- ko'krak bezini parvarish qilish qoidalariga rioya qilmaslik;
- bolaga ko'krakni kechikib tutqazish;
- bola tanasi talablariga to'g'ri kelmaydigan qo'shimcha mahsulotlar yoki taomni barvaqt berish;

#### **bola tomonidan:**

- yangi tug'ilgan chaqaloqlarda ko'krak bezini so'rish refleksining sustligi;
- chaqaloqlarda taraqqiyot jarayonining izdan chiqishi — anomaliyalar (tanglay va yuqori lab) kamchiliklari, jumladan yoriqliklar.
- tibbiyot xodimlari tomonidan:
- emizikli ona bilan, yangi tug'ilgan va keyinchalik bolasiga ko'krak berishi zarur bo'lganlar bilan noto'g'ri muomalada bo'lish;
- sut ajralishini susaytiradigan dori-darmonlarni tavsiya qilish, jumladan, barbituratlar, furazolidon, ergotomin, metilergometrin, parledel, estrogenlar, androgenlar, kamfora, siydik haydovchilar, tuzli ich bo'shashtiruvchilar va h.k.

Yuqorida sanab o'tilgan noxush holatlarning salbiy ahamiyatini, gipogalaktiyaholatlarda alohida ahamiyat kasb etishini ko'pchilik



ilmiy asarlaru, darsliklarda uchratish qiyin emas. Ammo keying o 'n yillar ichida tashqi muhitning inson faoliyati jarayonida ifloslanib borishi natijasida gipolaktiya va agalaktiya holatlarining vujudga kelishida ekologik noxush holatlar ham ko'zga tashlanmoqda.

Noxush holatlarning ona tanasiga va hatto ota tanasiga salbiy ta' sir etishi tufayli ko'zi yorishgan ayollarda kuzatiladigan gipo- va agalaktiya holatlarida nafaqat ko krak bezidan ajaraladigan sutning miqdori kamayib qolmasdan, balki uning sifat ko'rsatkichlariga ham putur yetadi. Bunday holatlar keyingi o 'n yillar ichida kamayish u yoqda tursin, balki ko'payib bormoqda va ayrim holatlarda 53-67% va undan ortiq darajada uchraydigan bo' lib qoldi.

### **O 'zbekiston sharoitida emizikli onalarda gipo- va agalaktiya holatlariga barham berish uchun tavsiya etiladigan mahsulotlar Mahsulotlar**

t/s Mahsulotlar nomi miqdori,  
gramm

1. Asal, tabiiy 9
2. Bodring 107
3. Guruch 50,05
4. Go' sht (molniki) 125
5. Yog' (sarig1) 25
6. Yog' , o' simlikniki 20
7. Jigar (molniki) 75
8. Karam 120
9. Kartoshka 250
10. Lavlagi 60
11. Makaron mahsulotlari 20
12. Meva, ho' li, olma 112
13. Mosh 20,2
14. Non, javdar unidan 150
15. Non, bug'doy unidan - yopilgan non 200
16. Osh-ko'k (shivit, kashnich va h.k.) (rayhon, 12 yalpiz, jambil)
- 17 Piyoz, boshli 23
- 18 Piyoz, ko'ki 24
- 19 Pishloq 5,2
- 20 Pomidor 105
- 21 Sabzi 60
- 22 Sut (millilitrda) 300



- 23 Tuxum (donalab) 1  
24 Un, oliy navli, bug‘doyniki 20  
25 Xamirturush ichimligi yoki olma sharbati 10/180  
26 Choy I  
27 Shakar 35  
28 Qahva I  
29 Qaymoq, 20 foiz yog‘ li, achigani 20  
30 Qatiq, yog‘ li 100  
31 1 Qovoq 67

Eslatma: mahsulotlar miqdori bir kun uchun keltirilgan; lavlagi sholg om bilan ayni miqdorda almashtirilish

**O‘zbekiston sharoitida emizikli onalarda gipo- va agalaktiya holatlariga barham berish uchun tavsiya etiladigan mahsulotlar**

Mahsulotlar

t/s Mahsulotlar nomi miqdori,

gramm

- 1 Asal, tabiiy 9  
2 Bodring 107  
3 Guruch 50,05  
4 Go‘ sht (molniki) 125  
5 Yog‘ (sarig1) 25  
6 Yog‘ , o‘ simlikniki 20  
7 Jigar (molniki) 75  
8 Karam 120  
9 Kartoshka 250  
10 Lavlagi 60  
11 Makaron mahsulotlari 20  
12 Meva, ho‘ li, olma 112  
13 Mosh 20,2  
14 Non, javdar unidan 150  
15 Non, bug‘doy unidan - yopilgan non 200  
16 Osh-ko‘k (shivit, kashnich va h.k.) (rayhon, 12 yalpiz, jambil)  
17 Piyoz, boshli 23  
18 Piyoz, ko‘ki 24  
19 Pishloq 5,2  
20 Pomidor 105  
21 Sabzi 60  
22 Sut (millilitrda) 300



- 23 Tuxum (donalab) 1  
24 Un, oliy navli, bug‘doyniki 20  
25 Xamirturush ichimligi yoki olma sharbati 10/180  
26 Choy I  
27 Shakar 35  
28 Qahva I  
29 Qaymoq, 20 foiz yog‘ li, achigani 20  
30 Qatiq, yog‘ li 100  
31 1 Qovoq 67

Eslatma: mahsulotlar miqdori bir kun uchun keltirilgan; lavlagi sholg om bilan ayni miqdorda almashtirilish

### **Internet saytlari ro`yxatlar**

1. [www.med.uz](http://www.med.uz)
2. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
3. [www.wikipedia.uz](http://www.wikipedia.uz)
4. [www.medicum.ru](http://www.medicum.ru)
5. [www.medtext.ru](http://www.medtext.ru)
6. [www.doktor.ru](http://www.doktor.ru)
7. [www.mirmed](http://www.mirmed)

### **ASOSIY ADABIYOTLAR**

- 1”Diyetologiya”,B.M Saidov. Toshkent -2008 yil.
2. “Ovqatlanish gigiyenasi” G.Shayxova .Toshkent -2014 yil.
- 3.”Ovqatlanish gigiyenasi” M.Tilovov. S. Turdiyeva.
- 4.”Sog’lom ovqatlanish” monografiya.

### **QO’SHIMCHA ADABIYOTLAR**

- 1.M.F.Ziyayeva “Terapiya” Toshkent, “Ilm Ziyo” nashriyoti 2014 yil .
- 2.K.U.Zokirova , D.U.To’xtamurodova “Hamshiralik ishi asoslari”. Toshkent2012 yil.
- 3.K.S.Inamov “Hamshiralik ishi asoslari” Toshkent . 2010 yil.
- 4.X.I.Shukurova, S.Qanoatov “Jamoada xamshiralik ishi” Toshkent, 2010 yil.
- 5.F.P.Verner “Hammabop tibbiyot qo’llanmasi” Toshkent, Gafur Gulom nashriyoti,2006 yil.

