

Bolalarning oshqozon hazm yo'llaridagi kasalliklar, oshqozonda yara paydo bo'lish sabablari.
Опубликовано samar5555
Salomatlik
August 13, 2008

Keyingi yillarda 1-7 yoshdagi bolalar orasida oshqozon-hazm yo'llari kasalliklari ko'p kuzatilmoqda va hatto ularning xillari ham paydo bo'ladi. Aslida oshqozonda yara paydo bo'lishi kattalarga (30-70 yoshda) xos bo'lishiga qaramay, yoshi 3-7 yashar bolalarning ham oshqozonida yara uchramoqda. Buning sababi bolalarni noto'g'ri ovqatlantirishda deb tushunish lozim. Emadigan bolalar to 6-7 oylik bo'lmaguncha, ularga kattalar iste'mol qiladigan pishirilgan ovqatlarning hatto suvini – sho'rasini ham berish mumkin emas. Bola 6-7 oylik bo'lgunga qadar uning oshqozon-hazm yo'llari hali ovqat qabul qilishga moslashmagan bo'ladi. Bu davrda unga asosan ona suti va faqat chaqaloqqa mo'ljallangan ovqatlarnigina berish mumkin. Shu qoida qo'pol holda buzilganda bolaning oshqozon-hazm yo'llarida yallig'lanish sodir bo'ladi.

Yoshi 1-7 yashar bolalarga qovurilgan, yog'li ovqatlar, koka-kola singari ichimliklar, dudlangan narsalar, achchiq, sho'r narsalar berish mumkin emas.

Shu asosiy qoida buzilganda bolaning oshqozonida yoki hazm yo'llarida yalig'lanish, hatto yara paydo bo'lishi mumkin. Shu yoshdagi bolalarga har 10 kunda bir marta och qoringa qatiq zardobini (0.5 l) ichirib, ichini yuvib turish lozim.

Bolalarga sutning o'zini berish mumkin emas. Sababi, paxtaga ortiqcha miqdorda butefos sepilganligi (qizil imperiya davrida) tufayli, mollarning jigari kasal va natijada sutda yiring bor. Qatiq ivitilganda yiringning ko'pi yo'q bo'lib ketadi. Shuningdek, shirguruch pishirilganda guruch yiringning ko'pini "o'ldiradi", shu tufayli shirguruch mumkin. Shirchoy tayyorlanganda, quyultirilgan sutdan foydalanish kerak.

1-7 yoshdagi bolalarning ovqatlari asosan suyuq, sutli, qaynatma, dimlama ovqatlar bo'lishi lozim. Shuningdek, bolalarga ko'proq meva, sabzavotlarni, poliz mahsulotlarini sariyog', tvorog, asal, qatiq, suzma kabilar berilgani ma'qul.

Qanday ovqatlar, meva, sabzavotlar, ichimliklar, suyuqliklar berish mumkin degan savolga javoban ularning umumiy ro'yxatini beramiz.
Ovqatlar

Shirguruch, manniy shavla, qora bug'doydan shavla, faqat piyozigina qovurilgan shavla, oshpalov kabilar.

Qaynatma ovqatlardan, xo'plama, piyova, sho'rva, xamirli suyuq oshlar, sutli suyuq ovqat kabilar.

Turli mevalar, sabzavotlar, ularning sharbatlari, Turli achchiq-chuchuklar, ularning sharbatlari. Masalan, xom karamni mayda to'g'rab, unga qaymoq yoki smetana qo'shib, tuz solib, aralashtirib berilsa, bolalar uchun koni foyda bo'ladi.

Ichimliklar

Uzoq qaynatilgan turli meva kompotlari, turshak qaynatmasi, ko'k choy, dog' suv kabilar bo'lgani yaxshi.

Bolajonlarimizni to`g`ri ovqatlantirish bilan birga, ularni yoshiga qarab, muntazam ravishda o`yin holida badantarbiya qilishga o`rganitish lozim. Chunki muntazam badantarbiya bolalarning oshqozon-hazm yo`llarida kasalliklar, yaralar, paydo bo`lishining oldini oladi.

Bolalarni ovqat oldidan va ovqatdan so`ng qo`l, og`izlarini yuvishga o`rgatish va buni odat tsiga kiritishga harakat qilish kerak.

Bolalar iste`mol qiladigan meva, sabzavotlar, albatta, yuvilishi, artilishi lozim.

Bordi-yu, shuncha ehtiyotkorlikka qaramay, bolada oshqozon yalig`lanishi yoki yara paydo bo`lgan taqdirda, uni davolash uchun zamonaviy shifokorga, xalq tabibiga olib borish lozim.

FARZANDlarimizni to`g`ri ovqatlantirish, ichirish, yuvintirish, meva, sabzavotlarni yuvib, archib berish ularning sog`liqlari uchun, kelajagi uchun naqadar muhimligini doimo esda tutmog`imiz zarur.

www.farzand.uz