

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ВАЗИРЛИГИ

АБУ АЛИ ИБН СИНО НОМИДАГИ
БУХОРО ДАВЛАТ ТИББИЁТ ИНСТИТУТИ

БОЛАЛАР КАСАЛЛИКЛАРИ ВА НЕОНАТОЛОГИЯ КАФЕДРАСИ

Маъруза матни

Мавзу:

Эрта ёшдаги болаларнинг овқатланиши.

БУХОРО – 2014

Мавзу:

ЭРТА ЕШДАГИ БОЛАЛАРНИ ОВКАТЛАНТИРИШ

Болаларни тугри режалаштирилган ва илмий асосланган пархез овкатлар билан овкатлантириш бола хаети ва саломатлигини таъминлашда хал килувчи ахамиятга эга . тугри овкатлантириш ривожланаётган бола организмнинг ушиб, жисмоний камол топиши ва нерв -рухий функциясига катта таъсир курсатади. Тугри овкатлантириш организмнинг ташки мухитнинг турли туман екимсиз омилларга чидамани оширади, иммунологик реактивнинг ик реактивнинг юкори даражасини таъминлайди, касалланиш профилактикасида ва болалар улимани камайтиришда катта ахамиятга эга.

Болалар-бу усувчи организм. Уларни овкатга эхтиежи ешига караб узгаради. Гудак ешидаги болаларни овкатланиш холатини бахолаш маниторинг ушиб ва ривожланишини, огирлигини ва буйини улчаш шунингдек бош айланасини аниклаш оркали бажарилади. Илк гудак ешидаги болалар овкати айникса пухта уйлаб тузилиши керак, чунки бу даврда алмашинув жараенлари нихоятда бекарор булади, катор органлар ва системаларда тез узгаришлар пайдо булади. Организмнинг бузилган функцияларини тиклаш мураккаб ва давомли булади.

Абу Али Ибн Сино :

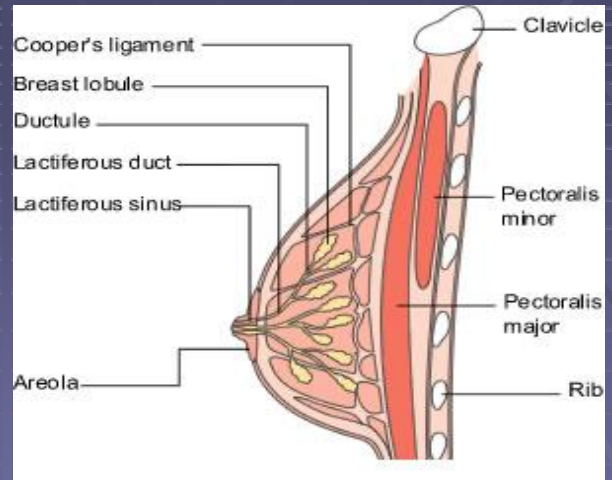
- **"Ердаги жонзотлар учун куёш нури канчалик зарур булса , усаётган бола учун она сути шунчалик зарур"**
- **Хамма болалар тугилгандан бошлаб 6 ойликгача она сути билан озиклантирилиши зарур .**

Одам пайдо булгандан бери гудак болалар учун энг бой овкат бу она сути хисобланади. Олимларимизнинг бир канггча илмий ишлари хаёт давомида олинган фактлар она сутининг иммунологик ва озиклантирувчи хусусиятга эга эканини курсатди. Шунингдек барча аеллар болани кукрак сути билан озиклантира билиш анатомо-физиологик хусусиятларидан фойдаланган холда имкониятларга эгадирлар. Она сути бола организмда енгил хазм булади. У хар доим хар хил шароитда тайер озукадир. Она сути болани хар хил инфекцион касалликлардан, ич-кетар - диареедан сак лайди. Респиратор касалликлар хам бу болаларда кам учрайди. Она сутида бэнг куп оксил бу - зардоб протеинидир. У мол сутидаги казеинга нисбатан енгил хазм булади.

Она сутидаги оксил 1: ег: 3, углевод: 6 нисбати бола организмда хазм булиши ва сурилишини нгиллаштиради. Она сути купрок С, РР, Е лар 10 марта куп, шунингдек темир саклайди, мол сутига нисбатан.

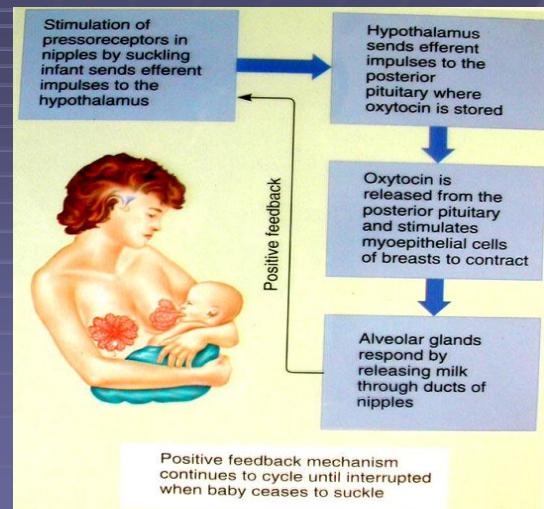
Сут безининг анатомияси ва физиологияси

- 5-6 чи ойда в/у ривожланиши
- Альвеоланинг без хужайраси
- Сут синуслари
- Сут йуллари
- Мушак хужайралари
- Ареола
- Сургич



Сут безининг анатомияси ва физиологияси

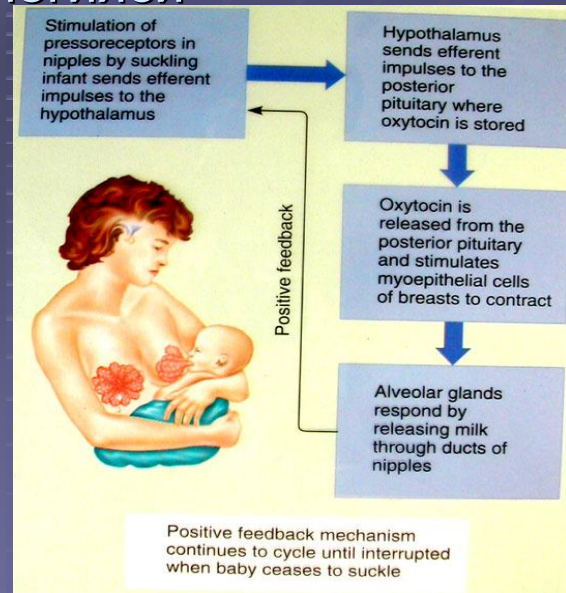
- Пролактин
 - Гипофизнинг олдинги булагиди
 - Сут ишлаб чиқарадиган хужайралар фаолиятини активлаштиради
 - Эмизилгандан кейин, кейинги эмизишгача булган даврда ишлаб чиқарилади
- Окситоцин
 - Гипофизнинг орқа булаги
 - Альвеола атрофидаги миоэпителий хужайраларни кискартиради
 - Сутнинг олдинга ҳаракатини таъминлайди
 - Эмизилгандан ва эмизиш вақтида ишлаб чиқарилади, сутнинг ажралишини таъминлайди



Болаларни айниқса эрта ешдаги болаларни овқатлантириш ҳозирги давр муаммоларидан биридир. 1993 йилда Бутун Жаҳон Соғлиқни Саклаш ташкилоти (ВОЗ) ишлаб чиққан 10 та принцип бор. Шулардан бири онанинг кукрак сути билан гудакни озиклантириш, унинг афзалликларини оналарга тушунтириш. Тугилгандан сунг гудак 1,5 соат мобайнида она сути билан эмизилиши керак. Бундан ҳозиргача асоратлар топилмаган. Она сути билан монейликлар куйидагилар: Онадаги юкумли касалликлар - туберкулез, сифилис, вирусли гепатит, оғир гестозлар, СПИД ва бошқалар.

Сут безининг анатомияси ва физиологияси

- Бола эмади
- Кукрак сургичи нерв охирларининг таъсирланиши
- Импульснинг гипоталамусга берилиши
- Гипоталамус ва Гипофиз пролактин ва окситоцин ажратади
- Конга тушади ва уз функциясини бажаради



Кесар кесиш операцияси.

Овкатлантиришлар булинади:

1. Табиий она сути.
2. Сунъий сигир сути еки аралашмалар.
3. аралаш - хам она ва сунъий сут.

Она сутидан 1-чи куни палла сути келади: оксил-5,5: ег-3,2, углевод-6,8 (100 мл она сутида).

3-4 кунларда палла сути утувчи кукрак сутига айланади.

Оксил-1,6: ег-3,7: углевод-6,5

Она сути –бола учун бахосиз озука

- Соғлом боланинг бирданига улиш хавфи камайиши
- Сигир сутига аллергия ривожланиши хавфининг камайиши
- Куз уткирлиги ва психомотор ривожланишининг яхшиланиши
- IQ шкаласи буйича онг ривожланиш курсаткичларининг ошиши
- Жаглар шаклланиши ва ривожланиши сабабли юкори ва пастки тишлар мос келиши аномалияларининг камайиши

Тугрукдан кейин она кучи тикланиши бачадон инволюцияси тезлашиши кон кетиш хавфини камайтиради

- Тугрукдан кейинги физиологик бепуштлик даврининг узайиши
- Климакс олди даврида кукрак раки келиб чикиш хавфи камайиши
- Тухумдон раки хавфининг камайиши
- Суяклар минерализацияси яхшиланиши
- Она ва болаларнинг меҳр тугунлари билан боғланиши
- Она психикаси ва кайфиятига яхши таъсир килади
- Бола кам йиглайди
- Бола гармоник ривожланади

ВОЗ тавсиясига кура (1992) бола қачон хоҳласа озиклантириш керак

- Биринчи навбатда бола олд сутни қабул қилади
- Агар бола қанча кўп эмса, сут беги фаолияти шунча интенсив бўлади
- Онда сут беги касалликлари келиб чиқиши олдини олади

Асосий қарши курсатмалар:

- Онанинг баъзи вирусли инфекциялар билан зарарланиши, асосан ОИВ билан.
- Баъзидори препаратларини қабул қилганда (цитостатиклар, радиактив воситалар, талвасага қарши дорилар)
- Онда актив туберкулёз инфекцияси (даволангандан кейин профилактик муолажалар, химиятерапия)

Самарали кукрак сути билан боқишда 10 кадамли йул

1. Барча шифохона, туғруқхона тиббий ходимлари она сутининг мохияти тўғрисида ёзма маълумот булиши ва бу маълумотлар барча тиббий ходимларга жорий этилиши лозим
2. Барча тиббий ходимлар кукрак сути билан боқининг афзалликлари ва техникасини билишлари лозим.
3. Барча хомиладор аёлларни кукрак сути билан боқининг ахамияти ва уни утказиш хақида хабардор қилиш
4. Онага бола тугилган вақтдан бошлаб ярим соат ичида эмизишга ёрдам бериш
5. Оналарга боқиш техникасини курсатиш ва улар болаларидан айрилганида ҳам лактацияни саклаш
6. Тиббий курсатмалар булмаганда болага ҳеч қандай ичимлик ва овқат маҳсулотлари бермаслик
7. Она ва боланинг сутка давомида бир палатада булишини таъминлаш
8. Бола талабига кура кукрак билан боқишни қупайтириш
9. Она сути билан озикланганидан болага сунъий сургич бермаслик
10. Кукрак билан боқишни ташкил қилувчи гуруҳларни қупайтириш

Она сутини аниқлаш учун назоратли улчаш олиб борилади. Бу учун чакалок эмизидан олдин тана вазни улчанади, 20 минут давомида болани бирта кукрак билан эмизилиб қайта тарозида тортиб қурилади. Аниқланган фарқни она неча марта эмизишига қупайтирилади ва боланинг бир суткада оладиган сут микдори аниқланади.

Гудакнинг бир суткада олиши лозим булган сут микдорини аниқлашнинг бир неча хил усули бор. Шулардан энг қуп ишлатиладигани калорияли услуб. Бунда боланинг еши хар кварталига қараб ошиб боради. Яъни :

1 кварталда- 120 ккал/кг тана вазнига

2 кварталда -115 ккал/кг

3 кварталда- 110 ккал/кг

4 кварталда- 100 ккал/кг тана вазнига

Масалан: 1 ойлик бола тугилганида 3000 г, хозирда 3600г деб олсак, $120 \times 3,6 \text{ кг} = 432 \text{ ккал}$

1 л она сути-1000 мл-700ккал

X мл-432ккал

X- эмизилиши лозим булган сутнинг сутқалик микдорини билдиради.

1 ойлик бола 1 суткада 7 марта овкатлантирилади,

5 ойлик бола-6 марта

6 ойлик ва ундан катта болалар 5 марта овкатлантирилиши лозим.

Табиий овкатлантиришда гудак болалар 6 ойгача факат она сути билан бокилиши лозим ва кушимча овкатлантириш мумкин эмас.6 ойдан бошлаб кушимча овкат сифатида мева шарбати берила бошланади.Мева шарбати факат эмизибулингандан сунг берилади.Агар болада ЭҚД белгилари булса кизил-сарик рангдаги мевалар берилмайди.Боланинг организми куникиши максадида мева шарбати 1 хафтада факат бир хил булиши максадга мувофик. Мева шарбатини бериш аста-секинлик билан томчилаб то 50-100 млгача

етказилади.Купинча олмали,сабзили шарбатлар тавсия этилади. 2 кушимча овкат килиб 7 ойликдан кайнатиб эзилган тухум сариги берилади.Бу учун тоза тухум 12 минут давомида кайнатилиб она сутига

кушиб берилади.Тухум сариги туйинмаган ег кислоталарига бой,лецитин,витаминлар А,В,В2,Д,Е ва бошклар булади.Болаларга 1,5 ешгача кунига 1 марта тухум сариги берилади.

3 кушимча овкат творог (сузма)берилади.Биринчи кун она сути билан 1 чой кошик(5г) кушиб берилади.Сузма микдори хар кун аста-секинлик билан ошириб борилади.Бунда боланинг кушимча овкатга куникиши унинг вазни ортиши,ахлатининг ранги узгариши,инжиклик килмаслиги ва яхши хазм булишини эътиборга олиниши лозим.

Бола организми бирта овкатга тулик куниккандан сунггина бошка овкат турига утилиши мумкин.4 кушимча овкат гуштли шурва 7-8 ойликдан бошлаб берилади.

Болаларга меню тузиш хам катта ахамиятга эга.Бази бир озука овкатлар ацидозни кучайтирса , буларга олтингугурт,фосфор,хлор сакловчи тухум, паранда гушти ,гуруч ,алкалозга олиб келучи махсулотлар ,карам , картошка, олма, узум,апельсин, сут киради .

Шунинг учун меню тузганда бу махсулотларни хисобга олиш керак шурвога кислотали мухит сакловчи махсулотлар : гушт, гурунч, ва х.з . Албатта иккинчисига мевали махсулотдан булиши керак .Хамирли махсулотлар,манний буткаси, печенье,куритилган нон-фосфор тузларига бой булиб,организмда кийин хазм булади ва ацидозга олиб келади.

Сунъий овкатлантириш деганда она сути етишмаган еки умуман баъзи бир сабабларга кура онаси булмаган пайтда сутли махсулотлар билан овкатлантириш тушунилади.Таркиби жихатдан сунъий овкатлантириш 2 гурухга булинади:мослаштирилган-таркиби она сутига якинлаштирилган сут махсулотлари ва мослаштирилмаган-таркиби она сутига якин булмаган сут махсулотлари.

Мослаштирилган сут махсулотлари 2 кичик гурухга булинади:нордон мазали ва ширин мазали сут махсулотлари.Агар бола 1 марта сунъий овкатлантиришга утаетган булса нордон мослаштирилган сут махсулоти бериш максадга мувофик.Мослаштирилган сут махсулотларига куйидаги сутли аралашмаларни мисол келтириш мумкин:"Малыш", "Мальютка", "Детолакт", "Симилак", "Бебико", "Витолакт" ва бошклар.Мослаштирилган нордон сут мах сулотларига:"Ацидофиль Малыш", "А-Малютка", "Беби", "Бона", "Кичкинтой", "Энпит"ва х.к.

Мослаштирилмаган ширин сутли махсулотларга: Нативли аралашмалар,аралашма 1,2,3,курук сут махсулотлари,сигир сути, "Здоровье", "Крепыш" ва бошклар.

Мослаштирилмаган нордон сут махсулотларига ачитувчи воситалар кушилган кефир,А-1,В-2, "Биолакт", "Ором" ва бошклар.

Мослаштирилган сут махсулотлари тайерлашдан олдин катъий равишда шу махсулот учун берилган курсатмаларга риоя килинган холда берилиши лозим.

Агар оилавий моддий жихатдан сут махсулотини олиш кийинчилик тугдирган пайтда сигир сути, эчки сути бериш тавсия этилади. Бунда сигир сути гудакнинг 1 ойлиги пайтида кайнатилган сув билан аралаштирилиб 1:1 нисбатда берилди, 1-4 ойлик пайтида 2 қисм сутга 1 қисм сув аралаштириш лозим, 4 ойликдан сунг сув кушишнинг эҳтиёжи йук. Бунда сут махсулотининг калориясини ошириш максатида 100 мл сигир сутига 5 г (1 чой қошиқ) шакар кушиш мумкин.

Сунъий ва аралаш овкатлантиришда булган болаларга кушимча овкатлар 4 ойликдан сунг бериш тавсия қилинади.

Гипоалактая-она сутининг камлиги натижасида бола усишдан орқада қолиши мумкин, тана вазни ортмаслиги ва бола инжиклик қила бошлайди, бунда назоратли тана вазни текширилиб бола етарли ололмаётган сут махсулоти кушимча равишда киритилади. Бунда бола аввал онасини эмиши, сунгра эса мослаштирилган еки мослаштирилмаган сут махсулоти олиши мумкин. Она сути билан кушимча сут махсулоти нисбати 1:1, 2:1 булиши мумкин. Агар она сути 1 микдорда кушимча махсулот 3 микдорда булса, унда овкатлантириш сунъий ҳисобланади.

Бола катта булиши билан кушимча овкатлар овкатлантиришнинг асосини ташкил эта бориб кукрак сутини иккинчи даражага туширади натижада ҳар бир кукрак билан эмизиш вақти камайиб урнини кушимча овкат эгаллайди. 12-15 ойлик, энг қупи билан 2 ешда бола бутунлай кукракдан айрилади. Кукракдан ажратилган болаларнинг рақioniда сут ва сут махсу лотлари, еглар, крахмал, оксил, мева ва сабзавотлар, гушт, тухум ва дон махсулотларига бой булиши лозим.

Эркин овкатлантириш деганда, болани соатга қараб эмас балки унинг хошишига қараб овкатлантириш тушунилади. Бунда ухлаш, овкатланиш вақтини боланинг узи аниқлайди, яъни уйқудан турган пайти, таги хул булмаганда, бирон жойида огрик еки кизариш булмаса, ичак фаолияти яхши булганда овкатлантирилиш мумкин. Шунга қараб бола эмизилади.

Охирги маълумотлар:

Ушбу иш эмизикли сичконларни она сути орқали иммуномодулин билан иммунокоррекция қилинганда, сичконлар ичаги микробиоценозининг постнатал даврида узгаришини урганишга бағишланган. Натижалар шуниқурсатдики, эмизикли сичконларнинг огирлиги ошади, ичакда эндоген флора сони ортади ва шу вақтнинг узида нисбий патоген флоранинг камайишига олиб келади.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЕТЛАР:

1. Пособие по вскармливанию и питанию здорового и больного ребенка раннего возраста. Д.М. Ниязов. 1985г.
2. Основы Охраны Здоровья Матери и Ребенка. Книга 5. Рост и развитие, питание. 1996г
3. Касал болаларни парҳез овкатлантириш. Т.О. ДАМИНОВ, К.С. Ладодо.
4. Кукрак билан овкатлантириш. Тиббиёт олийгохлари талабалари учун услубий кулланма. Тошкент 2003 й.