

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ СОҒЛИКНИ САКЛАШ ВАЗИРЛИГИ
ТОШКЕНТ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИ
БОЛАЛАР КАСАЛЛИКЛАРИ, НЕОНАТОЛОГИЯ ВА ТИББИЙ ГЕНЕТИКА
КАФЕДРАСИ



МАЪРУЗА: Болаларни рационал овкатлантириш

Маърузачи: доц. Толипова Н.К.

Тошкент-2007

Маъруза режаси

Болаларни рационал овкатлантириш
Давомийлиги- 2 соат

Режа

1. Она сути афзалликлари
2. Кукрак сути б-н бокишнинг афзалликлари
3. Овкатлантириш турлари
4. Курук сутли аралашмалар турлари
5. Болани овкатлантиришдаги кийинчиликлар

Литература:

1. Детские болезни. Под редакцией Исаевой В.А.
2. Клинические лекции по педиатрии. Александрова. Н.К.
3. Детские болезни. Шабалов.М.Ю.
4. Болалар касалликлари. Бисярина В.П.

- Жахон согликни саклаш ташкилоти хомиладор аёллар ва ёш аёлларга кукрак сути билан озиклантириш афзалликларини тушинтиради.
- Касалликлар профилактикаси учун чаколокларга энг яхши озука хисобланади.
- Оналарга кукрак сути билан овкатлантиришни ва кукрак билан озиклантиришни куллаб куватлаш тавсиялари ва купрок эътибор бериш Матерям должны быть даны рекомендации по подготовке и поддержанию грудного вскармливания, делая акцент на важность хорошо сбалансированной диеты как во время беременности так и после родов.
- Асосланмаган холда сургич ва шишада суюклик ёки бошка овкат берилиши табиий овкатланишга таъсир этиши мумкин.
- Оналар кукрак билан щиклантиришни тухтатганда кандай кийинчиликларга дуч келишини шгохлантириш.

Керакли эслатма

- Оналарга формулани ишлатиш тугрисида рекомендацияни беришдан олдин, онага ижтимоий ва моддий томонлари тугрисида ахборат бериш керак. Масалан:агар бола факатгина сунъий озикланишда булса унга 1 банкадан купрок(450г) сут аралашмасини бериш керак.
- Оналарга огохлантириш керак чунки кукрак сути факатгина яхши эмас балки тежамлидир.
- Агар оналар сунъий озиклантиришга утса унга тайёрлашни ва болаларни сутли аралашмасини ишлатиш тугрисида интрукциясини бериш керак. Нщтугри озиклантириш натижасида касалликлар келиб чикади.
- Бутилкадан озиклаклантириш натижасида кукрак билан озиклантиришга салбий таъсир курсатиш мумкин.

Кушимча овкатлантириш

Качон ва кандай?

- аниклаш.
- Кайси ёшда:
 - Халкаро тавсия
 - Вактни хисоблаш ва асоратлари.
 - Хар хил кушимча овкатлантиришга тайёрлик.
 - Ривожланиш боскичи и кушимча овкатлантириш.
 - Овкатланишга тайёрлиги.
 - Иммин тизимни ривожланиши

Качон овкат рационига кушимча овкат киритиш керак?

ВОЗ Резолюцияси 55/15 Апрель 20023

“6 ойгача булган болалар катъий равишда оптимал усиш ривожланиши ва соглом булиши учун она сути билан овкатлантиришлари лозим бу Согликни Саклаш тизимининг глобал тавсиясидир.”

Кушимча овкат шундай вақтда киритилиши лозимки, қачонки гудакнинг овкат махсулотлари ва энергияга булган эҳтиёжини факат она сути таъминлаб бера олмайди.

Кушимча овлантиришни жуда кеч тавсия қилиш оқибатлари.

Она сути билан бола организмни энергияга ва овкат махсулотларига булган эҳтиёжини қондира олмаслик

Чайнаш ва таъм билиш фаолиятини орқада қолиши.

Микро- ва макронутриентлар танқислиги (темир, рух) ривожланади.

Бола усмокда...

2-ярим йилликда боланинг суткалик эҳтиёжи.

Витамин В12	0.5 мкг
Фолат кислотаси	35 мкг
Витамин С	35 мкг
Витамин А	375 МЕ

Темир энг муҳим микроэлемент

- Fe қуп метобалитик жараёнларда иштирок этади.
- қислород транспорти
- оксидловчи метабализмида
- хужайра усиши
- Айрим ферментлар ва коферментлар компоненти ҳисобланади.

Педиатрии Академияси ва ВОЗ тавсиялари(2004)

“6-ойликдан бошлаб болага темир билан бойитилган буткалар тавсия этилади.