



KO'KRAK YOSHIDA ONA SUTINING AFZALLIKLARI VA SUN'IY OVQATLANTIRISHNING SALBIY OQIBATLARI

Abdufattohova Umidaxon Bahodirjon qizi

Qo'qon universiteti Andijon filiali

Tibbiyot fakulteti, davolash yo'nalishi

305-guruh talabasi

+998912911116

olimovaumida398@gmail.com

Annotatsiya: Ona sutining bola salomatligida ahamiyati juda yuqori. Ona suti tarkibidagi kimyoviy fermentlar o'sib, rivojlanib borayotkan bolaning talabini to'liq qondira oladi. Bolaning gomologik rivojlanishi, hamda uning immun tizimi yetarlicha bo'lmagan dastlabki oylarda, bolani mikroba va yallig'lanishga qarshi agentlari, noimmun agentlari, mikroba agentlari, garmon va o'sish faktorlari, fermentlar va turli xildagi komponentlar bilan taminlaydi. Shu sababli, onalarga sun'iy sutlardan voz kechib, tabiiy ona suti bilan oziqlantirishni targ'ib etish, sun'iy ozuqa mahsulotlaridan ona sutining foydali komponentlari yuqori ekanini ko'rsatish.

Annotation: Mother's milk is very important for the child's health. Chemical enzymes contained in breast milk can fully meet the needs of a growing and developing child. Homologous development of the child, as well as in the first months when his immune system is insufficient, provides the child with anti-microbial and anti-inflammatory agents, non-immune agents, microbial agents, hormones and growth factors, enzymes and various components. Therefore, it is necessary to encourage mothers to give up artificial milk and feed with natural mother's milk, to show that the beneficial components of mother's milk are higher than artificial food products.



Kalit so'z: Immunitet, YUNISEF, fermentlar, semizlik, immunoglobulin, kaltsiy, magniy, oqsil, yog', kaliy, allergologik, jamiyat.

Key word: Immunity, UNICEF, enzymes, obesity, immunoglobulin, calcium, magnesium, protein, fat, potassium, allergological, society.

Kirish: YUNISEFning takidlashicha, yer yuzida tug'ilayotgan har ikki nafar bolaning biri dunyoga kelishining dastlabki onidayoq ona sutidan mahrum ekan. Ilmiy tadqiqotlarga ko'ra, ko'krak suti bilan oziqlanish darajasi 100% ga ko'tarilsa, har yili dunyoda 5 yoshgacha bo'lgan bolalarning 830 ming nafari va 30 ming ayolning hayoti saqlanib qolishi mumkin ekan (1). Bundan ko'rinib turibdiki, nafaqat bola salomatligi balki, onaning ko'krak va bachadon saratoni, yurak qon tomir kasalliklari, artrit kabi bir qator kasalliklarga chalinish ehtimoli kamayadi. Qolaversa, ketma-ket homiladorlik, semizlik singari noxush holatlarning oldi olinadi. Ona bolani ko'krak suti bilan boqganida onada "Baxt" garmonlari ishlab chiqarilishi oilaning mustaxkamligini saqlovchi yana bir omildir.

Ona suti- Faqat ona suti bilan boqilayotgan ko'krak yoshidagi bolalarning sun'iy, aralash ovqatlantirilayotgan bolalarga nisbatan 2,5 marta kamroq kasallanishi, oshqozon-ichak sistemasi kasalliklari bilan esa 25 barobar kam kasallanishi bunga aniq dalildir. Ona sutida oqsil, yog', uglevodlar 1:3:6 nisbatda bo'ladi va bola ehtiyojini to'la qoplaydi. Sut oqsillari juda to'yimli va chaqaloq ichagida yengil hazm bo'ladi. Yog'lar ham emulsiya holida bo'lgani uchun to'la-to'kis so'rilib ketadi. Ona suti tarkibidagi uglevodlar ozuqali xususiyatidan tashqari, ichaklarda mikroblarning o'sishiga to'sqinlik qiladi va shu tariqa ovqat hazm bo'lishini osonlashtiradi. Bundan tashqari ona bilan bolaning doimiy jismoniy kontaktda yangi tug'ilgan chakaloqda doimiy ximoya va iliqliq tuyg'usini shakllantiradi. Onada onalik mexrini uyg'onishiga sabab bo'lib, kelgusida bolani sotsial muhitga, onani esa xomiladorlik davrini xomila tug'ilgandan keyingi davrga moslashishini yengillashtiradi. Hozirgi vaqtda gipertoniya, arteroskleroz, qandli



diabet, semizlik kabi kasalliklarning shakillanishi bilan erta bolalik davridagi noto'g'ri ovqatlantirish (qo'shimcha ovqatlarni noto'g'ri kiritish) o'rtasida uzviy bog'liqlik borligi kuzatilmoqda (2). Ayniqsa, bolani ko'krak suti bilan boqish muddati qisqarib, qo'shimcha ovqatlarga o'tishlik bolada turli xil ko'rinishlarda;

- Dermatit
- Diatez
- Diareya
- Og'iz bo'shlig'i infeksiyalari
- A vitaminoz
- Vaznning yomon o'sishi
- Bolada kasalliklarga kurashuvchi immunet tizimining sustligi
- Hazm sistemasidagi buzilishlar
- Ichakda gazlar yig'ilishi
- Quloq infeksiyalari
- SIDS
- Astma
- Diabet kabi kasalliklarga chalinish ehtimoli yuqoriroq bo'ladi.

Shu bilan bir qatorda sun'iy sut maxsulotlariga o'tilganda quyidagilarga e'tibor berishlari shart bo'lgan

Qoidalar:

- 1.Bolaning xissiy holatiga
- 2.Statik va lokomotor funksiyalarining rivojlanishiga
- 3.Teri va shilliq pardalarining holatiga
- 4.Mushak va suyak tizimining holatiga
- 5.O'sish dinamikasiga
- 6.Tana massasi dinamikasiga



7.Qonda gemogloblin darajasiga

8.Bolaning ovqat hazm tizimining induvidual xususiyatlariga.

Ayni paytda dunyo bo'yicha 650 mln ayol onalik himoyasiga ega emas.

Bundan tashqari, sun'iy sut va bolalarni oziqlantirish mahsulotlari ishlab chiqarish sanoatining noto'g'ri marketing siyosati ota-onalarning chaqaloq katta qilishda tushunmovchilik va qiyinchiliklarga duch kelishiga sabab bo'lmoqda.

Jahon sog'liqni saqlash assambleyasi 1981 yildan boshlab ona suti o'rnini bosuvchi maxsulotlarni sotish bo'yicha xalqaro kodeksni va keyinroq bir qancha rezolyutsiyalarni ishlab chiqdi. Lekin bu mahsulotlar marketingi to'xtovsiz davom etmoqda. Shu marketing sabab ko'krak suti o'rnini bosuvchi maxsulotlarning sotuvi yiliga 55 mlrd dollarni tashkil qiladi.

Xozirgi yosh onalarimiz bola uchun zarur bo'lgan ona sutini sun'iy sut maxsulotlarga almashayotgani achinarli holat albatta. Aslida, bolani ko'krak sutidan maxrum qilish, faqatgina shifokor ko'rsatmasiga ko'ra;

-ona- silning ochiq ko'rinishida

-OIV infeksiyalari

-zaxm kasalligida

-moddalar almashinuvi buzilishida

-qandli diabet

-qon yaratuvchi organlar kasalliklari

-endokrinopatiyalar

-toksik kasalliklari kabi ko'rinishlarda bolani ko'krak suti bilan emizish man etiladi.

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti mutaxassislarining ta'kidlashicha, ko'krak sutining yo'qligi yoki uning yetishmasligi shunchaki bolani ko'krakka noto'g'ri



tutish va muntazam emizmaslik oqibati, xolos. Laktatsiyasiz, ya'ni sut kelmaydigan onalar bo'lmaydi (95 foiz ayollarda ko'krak suti me'yorda ishlab chiqiladi) (3). Ammo, sog'lom onalarimizni xam bolani ozuqadan besabab maxrum qilishini juda ko'p kuzatayapmiz. Homilador ayollarni ko'krakdan boqish afzalliklari bilan tanishtirish YUNISEF taklif etgan tabiiy ovqatlantirishning eng muhim prinsiplaridan biridir (4).

Chaqaloq, 1-3-kunlarida o'g'iz suti bilan oziqlanadi, unda yog'ning miqdori ko'p, bundan tashqari olein kislotasi, lipidlar, (yog'simon moddalar), nuklein kislotasi, xolesterin, lesitinlar ko'p miqdorda bo'ladi. Og'iz sutida yetilgan sutga nisbatan albuminlar, natriy tuzlar, kaltsiy, magniy, qand miqdori ko'p va kaliy birmuncha oz bo'ladi. Og'iz sutida taurin, nerflarni o'stiruvchi omil, oqsil va oqsillarning asosiy qismini imunoglobulinlar tashkil qiladi. Bola onadan ko'p immun tanalar va fermentlar oladi. Shu bilan mikroblarga nisbatan bolaning zaif himoya kuchlari saqlanib qoladi (5) Agar bola haftasiga taxminan 150 gramm vazn yig'ayotgan bo'lsa, bu uning ko'krakni me'yorida emayotgani belgisi deyish mumkin.

Takidlash mumkinki, bu immun tanachalar xech bir sun'iy sut tarkibida yo'q, bola uni faqat ona sutidan olishi mumkin bo'ladi.

Ushbu jadvalda O'giz suti va yetuk ona sutining kimyoviy tarkibi keltirilgan:

Sut	Oksilning umumiy miqdori	Kazein	Laktaalbu min va globulin	Yog	Laktoza
Ogiz suti	5,6	2,0	3,5	3,2	5,7
Utkinchi sut	1,6	0,9	0,8	3,7	6,8
Etuk kukrak kut	1,2	0,6	0,6	3,5	6,5



Ko'krak sutining sun'iy sintetik-sut maxsulotlaridan eng afzal jihatlari;

- ▶ Og'iz muskullarining paylari yaxshi rivojlanishiga sabab bo'ladi
- ▶ Artikulyatsiya yaxshi bo'ladi ya'ni nutqda so'zlarning talaffuzi aniq bo'ladi
- ▶ Bolani xech qaysi sun'iy sut maxsulotlarida yo'q bo'lgan immun tanachalari bilan ta'minlaydi
- ▶ Allergik kasalliklar keltirib chiqarmaydi
- ▶ Bolani bir xil haroratda bo'lgan ozuqa bilan ta'minlaydi
- ▶ Bolani ovqat bilan ta'minlash vaqt talab qilmaydi
- ▶ Ona va bola o'rtasida mehr rishtalarini bog'laydi
- ▶ Ona suti turli xildagi virusli yuqumli kasalliklar uchun tabiiy vaksinadur.

Xulosa. Har bir bola ko'krak sutidan oziqlansa, ona va bola salomatligi, oila mustaxkamligi, oila byudjeti qolaversa, jamiyatda sog'lom ona xamda sog'lom bola soni ortadi. Chaqaloqlarni emizishning millat salomatligi uchun ham foydasi beqiyos ekanini hisobga olib, tibbiyot tizimida emizishni o'rgatish bo'yicha mutaxassislar tayyorlashga e'tibor qaratish lozim. Toki tibbiyot xodimlari bolalar tug'ilishidan oldin va keyin ota-onalarga emizish bo'yicha kerakli malakali maslahatlarni bera olishsin. Ona va bola salomatligi Sog'liqni Saqlash sohasidagi harajatlarni qisqarishiga, kelgusida davlat va jamiyat uchun yetuk barkamol avlod rivojlanishiga dasturi amal bo'lib qoladi.

Tavsiyalar:

1. Bolani tabiiy ona suti bilan oziqlantirishi.
2. Yosh onalar homiladorlik o'rtasidagi intervalni saqlashi.



3. Qizlarni erta turmushga berishni oldini olish.
4. Qizlarni 1-homiladorlik vaqtlarida onalikka tayyorlash.
5. Bolani 2-3 yoshgacha bo'lgan davrda ona suti bilan oziqlantirish.
6. Turli xildagi jamoat joylarida, oliy ta'lim muassalarida ona va bola xonalarini tashkil qilish.
7. Bolani faqatgina ko'krak suti bilan boqayotgan onalarni alohida rag'batlantirish.
8. Bolani ko'krak suti bilan boqayotgan onalarning ovqatlanish ratsioniga e'tibor qaratishdan iborat.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. O'zbekiston Respublikasi SSV oliy va o'rta talim o'quv uslub idorasi Andijon davlat tibbiyot instituti "Bolalar kasalliklari propedivtikasi" 207-b. "Andijon-2006y"
2. O'zbekiston Respublikasi SSV oliy va o'rta ta'lim o'quv uslub idorasi Andijon davlat tibbiyot instituti "Bolalar kasalliklari propedivtikasi" 217-b. "Andijon-2006y"
- 3 Muassis: "Xalq so'zi" va "Narodnoye slovo" gazetalari tahririyati davlat unitar korxonasi. Bosh muharrir: Rahmatov O'tkir Rahmatovich. Toshkent shahri. №1191. Berilgan sanasi: 26.04.2018-yil
4. "Экономика и социум" №12 (91)-1 2021
5. В. Qoraxo'jayev, I. T. Salomov, M. N. Abdullayeva "Bolalar kasalliklari propedivtikasi ", 217-bet, Toshkent "Yangi asr avlodi" 2006y "Экономика и социум" №12 (91)-1 2021