

HOMILADORLIK DAVRIDA TIBBIY KO'RIK DAN O'TISHNING AHAMIYATI

Nuriddinova Muxlisaxon

Farg'ona shahar Abu Ali Ibn Sino nomidagi

Jamoat salomatligi texnikumi

Hamshiralik ishi kafedrası o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada Homiladorlik davrida tibbiy ko'rikdan o'tishning ahamiyati haqida aytib o'tilgan va muallif tomonidan tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: tibbiy ko'rik, akusher-genikolog, skrining, oilaviy shifokor, muntazam nazorat, tug'ma nuqsonlar, depressiya

The importance of medical examination during pregnancy

Annotation: This article discusses the importance of medical examination during pregnancy and provides recommendations by the author.

Keywords: medical examination, obstetrician-gynecologist, screening, family doctor, routine check-up, birth defects, depression

Homiladorlik-ayol uchun eng oliy baxt!!! Har bitta ayolning shirin orzusi! Homiladorlik davrida doimiy ravishda shifokor bilan maslahatlashish sizning va bo'lajak farzandingizning salomatligini asrashdagi eng muhim qadamdir. Homiladorlik davri yaxshi o'tishi, tug'ruq xafsiz va chaqaloq sog'lom bo'lishi uchun o'z vaqtida shifokor ko'rigidan o'tish juda muhim.



Homiladorlik davridagi tibbiy ko'rik bo'lajak farzandingiz sog'lig'ini kuzatib borish uchun zarurdir. Bu qabullar davomida siz savollaringizga javob olishingiz, xavotirlaringizni muhokama qilishingiz va sog'lom turmush tarzi bo'yicha tavsiyalar olishingiz mumkin.

Homiladorlik davridagi tibbiy ko'rik nima uchun muhim?

Homiladorlik davridagi tibbiy ko'rik— bu homiladorlik davomida oilaviy shifokor yoki akusher-ginekolog bilan uchrashuvlardir.

Homiladorlikning erta muddatlaridan boshlab tibbiy qabulga muntazam borish o'zingiz va bo'lajak farzandingiz salomatligini **doimiy ravishda nazorat qilib borishga yordam beradi.**

Oilaviy shifokor yoki akusher-ginekolog homilangizning rivojlanishini kuzatadi, siz yoki bola sog'lig'i bilan bog'liq muammolar yoki xavflar bo'lsa, ularni erta aniqlab, zarur choralarni ko'radi. Bu muammolar sizning jismoniy yoki ruhiy sog'lig'ingizga tegishli bo'lishi mumkin.

Qabul davomida siz homiladorlik, tug'ruq, chaqaloq parvarishi va boshqa sizni qiziqtirgan savollarni berishingiz mumkin. Shuningdek, shifokordan sog'lom turmush tarzi, to'g'ri ovqatlanish, yetarli harakat va tinch uxlash va yaxshi dam olish bo'yicha foydali maslahatlar olasiz.

Har bir qabulda siz shifokor bilan sog'lig'ingiz va homiladorlik holati haqida muhim ma'lumotlarni muhokama qilasiz. Shifokor bilan birgalikda qaysi tahlillarni topshirish, qaysi tekshiruvlardan o'tish va qayerda tug'ishingiz bo'yicha qarorlar qabul qilinadi. Ayrim tahlillar aynan muayyan haftalarda o'tkazilishi kerak bo'ladi. Shu sababli tashriflarni kechiktirmang.

Agar siz homilador bo'lishingiz mumkin deb taxmin qilsangiz yoki homiladorligingizni endigina bilgan bo'lsangiz, oilaviy shifokorga murojaat qiling. Shifokor sizga kerakli tahlillarni buyuradi, sog'lig'ingizni tekshiradi, akusher-ginekologga yo'naltiradi va tug'ruq uchun tibbiyot muassasasini tanlashda yordam beradi.

Birinchi tibbiy ko'rik nima uchun muhim?

Homiladorlik aniqlangach, oilaviy shifokorga birinchi tashrifni homiladorlikning aniqlanishi bilan amalga oshiring!

Bu siz va tug'ilajak farzandingiz salomatligi uchun eng muhim qadamlardan biridir.

Birinchi qabulda oilaviy shifokor sizning umumiy sog'lig'ingizni baholaydi, zarur tahlillar va tekshiruvlarni o'tkazadi. Agar kerak bo'lsa, sizni boshqa mutaxassislariga ham yo'naltiradi.

Oilaviy shifokor sizning ehtiyojlaringizga moslab kamida 8 marotaba tibbiy ko'rikni o'z ichiga olgan individual kuzatuv rejasini tuzadi. Bu qadam homiladorlikni sog'lom o'tkazish va asoratlarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Homiladorlik davomida muntazam kuzatuv siz va bo'lajak farzandingiz salomatligining garovidir. Oilaviy shifokor homilaning rivojlanishini bosqichma-bosqich nazorat qilib boradi. Agar sizda yoki homilada xavf belgilari paydo bo'lsa, ularni erta aniqlash va vaqtida yordam ko'rsatish imkoniyati oshadi.

Homiladorlikdagi o'zgarishlar nafaqat tanangizda, balki ruhiy holatingizda ham sodir bo'ladi. Oilaviy shifokor bu jihatlarni ham hisobga olib, sizga kerakli maslahat va tavsiyalarni beradi.

Esda tuting: Birinchi qabul 12 haftagacha — bu faqatgina tekshiruv emas. Bu sizning yangi hayotingizga, onalik yo'liga qo'ygan muhim qadamlaringizdan biridir. Birinchi qabulga borishni ortga surmang! O'zingizga hamda bo'lajak farzandingizga e'tiborli bo'ling!

Homiladorlik davrida tibbiy ko'rikda nimalar bo'ladi?

Siz necha haftalik homilador bo'lganingizga qarab, oilaviy shifokor yoki akusher-ginekolog sizdan quyidagilar haqida so'rashi yoki tekshirishi mumkin:

- homiladorlik bosqichi va bola tug'iladigan taxminiy sanani aniqlash
- umumiy sog'lig'ingiz va tibbiy tarixingiz, shu jumladan avvalgi homiladorlik va tug'ruqlar
- ruhiy holatingiz, kayfiyatingiz va sizda xavotir yoki depressiya bor-yo'qligini aniqlash uchun savollar
- qabul qilayotgan dori vositalaringiz: retsept bilan yoki retseptsiz beriladigan dorilar yoki o'simliklardan tayyorlangan dori vositalari
- bachadon bo'yni saratoni bo'yicha skrining tahlillari. Zarurat bo'lsa erta bosqichda bu tahlilga yuborishi
- qon bosimi, siydik tahlili, vaznni aniqlash va homiladorlikda sog'lom vazn orttirish haqida maslahatlar
- qorin o'lchamingizni o'lchashi va homilaning yurak urishini tinglashi
- yuragingiz va o'pkaningizni tinglashi
- qon tahlillari, skrining tekshiruvlar va boshqa tahlillarni tavsiya qilishi va ularning natijalarini tushuntirishi
- homiladorlikda sog'lom ovqatlanish, shuningdek iste'mol qilinmasligi kerak bo'lgan mahsulotlar haqida maslahat berishi
- turmush tarzini so'rab, masalan, chekishni tashlash yoki spirtli ichimlik va boshqa moddalarni iste'mol qilishni to'xtatishda yordam berishi
- ish joyingiz, yashash sharoitingiz va oilaviy qo'llab-quvvatlovingiz haqida so'rab o'rganishi
- tug'ruq, ko'krak suti bilan oziqlantirish va chaqaloq parvarishi bo'yicha homiladorlik mashg'ulotlariga yozilishni tavsiya qilishi.

Homiladorligingiz davomida oilaviy shifokor yoki akusher-ginekolog quyidagilar haqida ham so'rashi, tekshirishi va ma'lumot berishi mumkin:

- homilaning harakatlari, o'sishi, joylashuvi va yurak urishi
- tug'ruq belgilari, tug'ruq og'riqlari va sizning tug'ruq bo'yicha istaklaringiz
- muammolar yoki asoratlar, masalan, bolaning erta tug'ilishi ehtimoli
- chaqalog'ingizni ko'krak suti bilan boqish ahamiyati va samarasi.

Agar sizni qiziqtirgan masala haqida oilaviy shifokor gapirmasa, bemalol savollar bering — bu mutlaqo normal holat.

Tashriflar orasida savollar paydo bo'lsa, ularni yozib qo'ying, keyingi safar so'rashingiz oson bo'ladi.

Agar sizda ota-ona bo'lish bilan bog'liq xavotirlar yoki oilaviy munosabatlarda muammolar, shu jumladan zo'ravonlik bo'lsa, bu haqda ham gaplashish muhim.

Homiladorlik davrida necha marta shifokor qabulga borish kerak?

Agar siz sog'lom bo'lsangiz va homiladorlik asoratsiz kechayotgan bo'lsa, homiladorlik davrida kamida 8 marta oilaviy shifokor yoki akusher-ginekolog ko'rigiga borishingiz tavsiya etiladi. Bu tashriflar muhim ahamiyatga ega bo'lib, quyidagi muddatlarda amalga oshiriladi:

- 12 haftagacha - birinchi muhim qabul, sog'lig'ingizni baholash, tahlillar va individual reja tuzish;
- 18-20 haftalarda - homilaning rivojlanishini baholash va skrining tekshiruvlar (ultratovush, tug'ma nuqsonlarni inkor qilish uchun);
- 26 haftada - homiladorlikning kechishini, homilaning holatini baholash, laboratoriya tahlillari va kerakli maslahatlar olish;
- 30 va 34 haftalar tug'ruqqa yaqinlashayotgan, homila va ona organizmida muhim o'zgarishlar bo'ladigan davrdir. Shu sababli bu haftalardagi tashriflar homilaning holatini baholash, xavfsiz tug'ruqqa tayyorgarlik va zarur maslahatlar olish uchun juda muhimdir.
- 36, 38 va 40 haftalar onaning ham, chaqaloqning ham sog'lig'i uchun eng mas'uliyatli va e'tiborli davrlardir. Aynan shu haftalarda homila tug'ruqqa tayyorlanadi, shuning uchun har bir tashrif juda muhim hisoblanadi.

Birinchi tibbiy qabul juda muhim. Aynan shu uchrashuvda shifokor sizning umumiy sog'lig'ingizni baholaydi, zarur tahlillarni belgilaydi va sizga butun homiladorlik davomida qaysi muddatlarda tibbiy qabulga borishingiz kerakligini ko'rsatadigan maxsus reja tuzadi. Bu reja homiladorlik davomida o'zgarishi mumkin.

Ushbu reja siz necha haftalik homilador bo'lganingizga, sog'lig'ingizga va avvalgi homiladorlik tajribangizga qarab belgilanadi. Homiladorlik davrida rejada belgilangan qabul muddatlari o'zgarib turishi mumkin, chunki shifokor sizning va homilaning holatiga qarab tashriflar sonini ko'paytirishi yoki kamaytirishi mumkin.

Shuning uchun homiladorlik aniqlangach, 12 haftadan oshmasdan imkon qadar erta birinchi qabulga borishingiz juda muhim. Bu sizning va bo'lajak farzandingiz salomatligi uchun mustahkam poydevor bo'ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.YA.N. Allayorov.”Onalikda hamshiralik parvarishi” Toshkent 2012
- 2.YA.N. Allayorov “Akusherlik” Toshkent, 2008
- 3.M.F. Ziyaeva, G.Mavlonova “Ginekologiya” Toshkent, 2007.
- 4.Internet ma’lumotlari:
<https://www.ishonch.org/>
<https://kun.uz/>