



BOLALARDA ALLERGIK KASALLIKLAR PROFILAKTIKASIDA OTA- ONALAR VA TIBBIYOT XODIMLARINING O'RNI

Gafforova Munisa Farxodovna

Pastdarg'om Abu Ali Ibn Sino nomidagi

Jamoat salomatligi texnikumi

Pediatriya fani o'qituvchisi

Annotatsiya. Maqolada bolalarda uchraydigan allergik kasalliklar (atopik dermatit, oziq-ovqat allergiyasi, bronxial astma, allergik rinit) profilaktikasida ota-onalar va tibbiyot xodimlarining o'rni ko'rib chiqilgan. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar natijalariga tayanib, kasallikning rivojlanishini oldini olishda emizishning ahamiyati, allergenli oziq-ovqatlarni o'z vaqtida (4–6 oylikdan) ratsionga kiritish, teri to'sig'ini saqlash hamda oilada sog'lom muhitni shakllantirishning roli yoritilgan. Shuningdek, tibbiyot xodimlarining erta tashxis qo'yish, ota-onalarni o'qitish va sanitariya-ma'rifiy ishlarni olib borishdagi vazifalari tahlil qilingan. Maqolada profilaktikaning samaradorligi ota-onalar va tibbiyot xodimlarining hamkorligiga bog'liqligi asoslab berilgan.

Kalit so'zlar: allergik kasalliklar, bolalar, profilaktika, atopik dermatit, oziq-ovqat allergiyasi, bronxial astma, ko'krak suti bilan emizish, ota-onalar, tibbiyot xodimlari, sog'lom turmush tarzi.

Аннотация. В статье рассматривается роль родителей и медицинских работников в профилактике аллергических заболеваний у детей (атопический дерматит, пищевая аллергия, бронхиальная астма, аллергический ринит). На основе результатов современных научных исследований подчеркивается важность грудного вскармливания в профилактике развития заболевания, своевременного введения аллергенных продуктов в рацион (с 4–6 месяцев), роль поддержания кожного барьера и формирования здоровой среды в семье.



Также анализируются задачи медицинских работников в ранней диагностике, обучении родителей и санитарно-просветительской работе. В статье обосновывается, что эффективность профилактики зависит от сотрудничества родителей и медицинских работников.

Ключевые слова: аллергические заболевания, дети, профилактика, атопический дерматит, пищевая аллергия, бронхиальная астма, грудное вскармливание, родители, медицинские работники, здоровый образ жизни.

Abstract. The article examines the role of parents and healthcare professionals in the prevention of allergic diseases in children (atopic dermatitis, food allergy, bronchial asthma, allergic rhinitis). Based on the results of modern scientific research, the importance of breastfeeding in preventing the development of the disease, the timely introduction of allergenic foods into the diet (from 4–6 months), the role of maintaining the skin barrier, and the formation of a healthy environment in the family are highlighted. The tasks of healthcare professionals in early diagnosis, parent education, and sanitary and educational work are also analyzed. The article substantiates that the effectiveness of prevention depends on the cooperation of parents and healthcare professionals.

Keywords: allergic diseases, children, prevention, atopic dermatitis, food allergy, bronchial asthma, breastfeeding, parents, healthcare professionals, healthy lifestyle.

Kirish

So‘nggi o‘n yilliklarda butun dunyoda bolalardagi allergik kasalliklar tarqalishi sezilarli darajada oshib bormoqda va bu holat zamonaviy pediatriyaning eng dolzarb muammolaridan biriga aylangan. Atopik dermatit, oziq-ovqat allergiyasi, bronxial astma va allergik rinit kabi kasalliklar bolaning hayot sifatini pasaytiradi, jismoniy va ruhiy rivojlanishiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi hamda oila va sog‘liqni saqlash tizimiga jiddiy iqtisodiy yuk bo‘ladi.



Ilmiy adabiyotlarda ta'kidlanishicha, allergik kasalliklarning ko'pchiligi aynan erta bolalik davrida shakllanadi, shu sababli profilaktik chora-tadbirlar hayotning dastlabki oylaridan boshlanishi lozim. Avval allergenli mahsulotlarni iste'molini keyinga surish tavsiya etilgan bo'lsa, hozirgi kunda ilmiy yondashuv tubdan o'zgardi: allergenlarni o'z vaqtida va muntazam kiritish allergiyaning oldini olishda samarali ekani isbotlangan. Mashhur LEAP (Learning Early About Peanut Allergy) tadqiqotida yong'oqni erta -4-11 oylikda ratsionga kiritish yuqori xavf guruhidagi bolalarda yong'oq allergiyasi rivojlanishi xavfini taxminan 81 foizga kamaytirgani aniqlandi.

Allergiya profilaktikasi muvaffaqiyati ikki asosiy ishtirokchining -bolani har kuni parvarish qiluvchi ota-onalar va malakali maslahat hamda nazoratni ta'minlovchi tibbiyot xodimlarining izchil hamkorligiga bog'liq. Ushbu maqolada mazkur ikki tomonning profilaktikadagi o'rni, ularning aniq vazifalari va zamonaviy ilmiy tavsiyalar asosida hamkorlik mexanizmi ko'rib chiqiladi.

Bolalarda allergik kasalliklar va ularning sabablari

Allergik kasalliklar -immun tizimning atrof-muhitdagi zararsiz moddalarga (allergenlarga) o'ta sezgirlik bilan javob berishi natijasida yuzaga keladigan kasalliklar guruhidir. Bolalarda ko'pincha atopik dermatit (ekzema), oziq-ovqat allergiyasi, bronxial astma va allergik rinit kuzatiladi. Ko'pincha bu kasalliklar bir-biri bilan bog'liq holda, ya'ni «allergik marsh» tarzida -atopik dermatitdan boshlanib, keyinchalik oziq-ovqat allergiyasi, astma va rinitga o'tishi mumkin.

Kasallikning kelib chiqishida irsiy moyillik muhim o'rin tutadi: ota-onadan birida allergiya bo'lsa, bolada xavf oshadi, har ikkalasida bo'lsa, bu xavf yanada yuqori bo'ladi. Bundan tashqari, atrof-muhit omillari -havoning ifloslanishi, tamaki tutuni, noto'g'ri ovqatlanish, teri to'sig'ining buzilishi va erta yoshda infeksiyalar ham allergiya rivojlanishiga ta'sir ko'rsatadi. Zamonaviy «ikki yo'nalishli ta'sir» (dual exposure) nazariyasiga ko'ra, allergenning shikastlangan teri orqali



organizmga kirishi sensibilizatsiyaga (allergiyaga moyillikka) olib keladi, og‘iz orqali muntazam iste‘mol qilish esa, aksincha, immunologik bardoshlilikni shakllantiradi.

Ota-onalarning profilaktikadagi o‘rni

Ota-onalar -bolaning birinchi va eng yaqin parvarishchilari bo‘lib, allergiya profilaktikasida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Ularning aniq vazifalari quyidagilardan iborat:

- 1) Ko‘krak suti bilan emizish. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti tavsiyasiga ko‘ra, bola hayotining dastlabki 6 oyida faqat ona suti bilan boqilishi maqsadga muvofiq. Tadqiqotlar kamida 4 oy davomida faqat ona suti bilan emizish bolalarda ekzema (atopik dermatit) rivojlanishi xavfini kamaytirishini ko‘rsatgan.
- 2) Allergenli mahsulotlarni o‘z vaqtida kiritish. Qo‘shimcha ovqatlanishni odatda 4–6 oylikdan boshlab, allergenli mahsulotlarni (tuxum, yong‘oq mahsulotlari, baliq va boshqalar) asossiz ravishda keyinga surmasdan, bola tayyor bo‘lganda bosqichma-bosqich kiritish tavsiya etiladi. Bir marta kiritilgan mahsulotni muntazam iste‘mol qilib turish ham muhim.
- 3) Teri parvarishi. Bolaning terisini namlovchi vositalar (emollientlar) bilan muntazam parvarish qilish teri to‘sig‘ini saqlaydi va allergenlarning teri orqali kirishini kamaytiradi.
- 4) Sog‘lom uy muhitini ta‘minlash. Uyda tamaki chekmaslik, xonalarni muntazam shamollatish va nam tozalash, chang, mog‘or va uy hayvonlari junidan kelib chiqadigan allergenlarni kamaytirish.
- 5) Tibbiyot tavsiyalariga amal qilish. Bolani belgilangan muddatlarda profilaktik ko‘rikdan o‘tkazish, shifokor tavsiyalarisiz dori-darmon va parhezni o‘zboshimchalik bilan qo‘llamaslik, allergiya belgilari paydo bo‘lganda o‘z vaqtida mutaxassisga murojaat qilish.



Tibbiyot xodimlarining profilaktikadagi o‘rni

Tibbiyot xodimlari -pediatrlar, oilaviy shifokorlar, hamshiralar va allergologlar profilaktikaning ilmiy asoslangan, to‘g‘ri yo‘nalishda olib borilishini ta‘minlaydi. Ularning asosiy vazifalari quyidagilar:

- 1) Xavf guruhini aniqlash. Oilaviy allergik anamnezni o‘rganib, allergiya rivojlanishi xavfi yuqori bo‘lgan bolalarni erta aniqlash va ular uchun individual profilaktika rejasini tuzish.
- 2) Ota-onalarni o‘qitish va maslahat berish. Emizish, qo‘shimcha ovqatlantirish, teri parvarishi va allergenlardan himoyalaniish bo‘yicha aniq, ilmiy asoslangan va tushunarli tavsiyalar berish. Bu profilaktikaning eng samarali bo‘g‘inlaridan biridir.
- 3) Erta tashxis va kuzatuv. Kasallik belgilarini erta bosqichda aniqlash, kerakli tekshiruvlarni tashkil etish va bolani dinamik kuzatuvga olish, og‘ir holatlarda allergologga yo‘naltirish.
- 4) Sanitariya-ma‘rifiy ish. Aholi o‘rtasida allergiya profilaktikasi bo‘yicha suhbatlar, broshyuralar, davlat va maktabgacha muassasalarda ma‘rifiy tadbirlar olib borish.
- 5) Noto‘g‘ri tasavvurlarni bartaraf etish. Ota-onalardagi asossiz qo‘rquv va eskirgan qarashlarni (masalan, allergenlarni keraksiz cheklash yoki o‘zicha parhez tutish) ilmiy dalillar asosida tuzatish.

Ota-onalar va tibbiyot xodimlari hamkorligi

Profilaktikaning eng yuqori samarasi ota-onalar va tibbiyot xodimlarining yagona maqsad yo‘lida hamkorlik qilishi bilan erishiladi. Tibbiyot xodimi ilmiy bilim va tavsiyalarni beradi, ota-ona esa ularni kundalik hayotda izchil amalga oshiradi. Ota-onalarning tibbiy savodxonligini oshirish, ularga ishonchli ma‘lumot manbalarini ko‘rsatish va internetdagi noaniq ma‘lumotlardan ehtiyot bo‘lishga o‘rgatish ushbu hamkorlikni mustahkamlaydi. Aynan shu izchil va o‘zaro ishonchga



asoslangan hamkorlik bolalarda allergik kasalliklar tarqalishini kamaytirishning kalitidir.

Xulosa

Bolalarda allergik kasalliklar profilaktikasi -bu uzluksiz, izchil va ilmiy asoslangan yondashuvni talab qiluvchi murakkab jarayon bo'lib, uning muvaffaqiyati ko'p jihatdan ota-onalar va tibbiyot xodimlarining hamkorligiga bog'liq. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kamida dastlabki oylarda ona suti bilan emizish, allergenli mahsulotlarni o'z vaqtida va muntazam kiritish, teri to'sig'ini saqlash hamda sog'lom uy muhitini ta'minlash allergiya rivojlanishi xavfini sezilarli darajada kamaytiradi.

Ota-onalarning vazifasi -kundalik parvarishda to'g'ri amaliyotni qo'llash bo'lsa, tibbiyot xodimlarining vazifasi -xavf guruhini aniqlash, ilmiy maslahat berish, erta tashxis qo'yish va aholini ma'rifiy jihatdan qo'llab-quvvatlashdir. Shu sababli, ota-onalarning tibbiy savodxonligini oshirish va tibbiyot xodimlari bilan ishonchli muloqotni rivojlantirish -bolalar salomatligini saqlash va allergik kasalliklar yukini kamaytirishning eng istiqbolli yo'nalishi hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Shamsiyev F.M., Karimova M.X. Болалар касалликлари: дарслик. Тошкент: «Янги аср авлоди», 2021. 512 б.
2. Daminov T.A., Tuychiyev L.N. Bolalar yuqumli kasalliklari va immunoprofilaktika. Toshkent: «Tibbiyot», 2019. 364 b.
3. Mavlyanova Sh.Z. Bolalardagi atopik dermatit: tashxis, davolash va profilaktika // O'zbekiston tibbiyot jurnali. 2020. -№3. -B. 45–49.
4. Aripov A.N., Inoyatova F.X. Bolalarda oziq-ovqat allergiyasi: zamonaviy yondashuvlar // Pediatriya. Toshkent, 2021.№2. B. 28–34.



5. Karimova M.X., Nazarova D.A. Bolalarda bronxial astma profilaktikasi va otanalar bilan ishlash // Tibbiyotda yangi kun. 2022. №1(37). -B. 112–116.
6. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Bolalarni emizish va ratsional ovqatlantirish bo‘yicha klinik bayonnoma. Toshkent, 2020. -48 b.
7. Rahimova D.R. Erta yoshdagi bolalarda allergik kasalliklarning oldini olishda hamshira faoliyati // Hamshiralik ishi. 2021. -№4. -B. 22–26.
8. Du Toit G., Roberts G., Sayre P.H., et al. Randomized trial of peanut consumption in infants at risk for peanut allergy (LEAP study) // The New England Journal of Medicine. 2015. -Vol. 372(9). P. 803–813.
9. Greer F.R., Sicherer S.H., Burks A.W. Effects of early nutritional interventions on the development of atopic disease in infants and children // Pediatrics. 2019. Vol. 143(4). -e20190281.
10. Kull I., Böhme M., Wahlgren C.F., et al. Breast-feeding reduces the risk for childhood eczema // Journal of Allergy and Clinical Immunology. 2005. Vol. 116(3). P. 657–661.
11. Trogen B., Jacobs S., Nowak-Wegrzyn A. Early introduction of allergenic foods and the prevention of food allergy // Nutrients. 2022. Vol. 14(13). 2565.
12. World Health Organization. Infant and young child feeding: model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals. Geneva: WHO, 2009.