



REPRODUKTIV SALOMATLIK VA ZAMONAVIY KONTRASEPSIYA USULLARI

Umarova Barnoxon Kuchkarovna

*Sergeli Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi
texnikumi mutaxassislik fani o'qituvchisi*

ANNOTATSIYA: *Ushbu maqolada bugungi kunda reproduktiv salomatlikning jamiyat hayotidagi o'rni, ayollar va erkaklar salomatligini muhofaza qilishning zamonaviy usullari hamda oilani rejalashtirishda kontratsepsiyaning ahamiyati tahlil qilinadi. Shuningdek, 2026-yilga kelib tibbiyotda qo'llanilayotgan eng yangi kontratseptiv vositalar, ularning samaradorligi va inson organizmiga ta'siri haqida ma'lumotlar berilgan.*

Kalit so'zlar: *Reproduktiv salomatlik, oilani rejalashtirish, kontratsepsiya, gormonal vositalar, bachadon ichi vositasi, reproduktiv huquq, sog'lom avlod, JYUYK profilaktikasi.*

Reproduktiv salomatlik — bu inson umumiy salomatligining ajralmas qismi bo'lib, nafaqat kasalliklarning yo'qligi, balki jismoniy, aqliy va ijtimoiy farovonlik holatidir. Dunyo miqyosida onalar va bolalar o'limini kamaytirish, tug'ruqlar orasidagi intervalni saqlash hamda istalmagan homiladorlikning oldini olish dolzarb masala bo'lib qolmoqda. 2026-yilga kelib, zamonaviy tibbiyot har bir insonga o'zining reproduktiv huquqlaridan foydalanish va sog'lom oila qurish uchun keng imkoniyatlar yaratmoqda.

Reproduktiv salomatlik tushunchasi va uning mezonlari

Reproduktiv salomatlik deganda insonning xavfsiz jinsiy hayot kechira olishi, nasl qoldirish qobiliyati va farzand ko'rish yoki ko'rmaslikni erkin hal qilish erkinligi tushuniladi.

Asosiy mezonlar:

- Xavfsiz homiladorlik va tug'ruq;



- Ginekologik va urologik kasalliklarning oldini olish;
- Istalmagan homiladorlikdan himoyalash imkoniyati;
- Jinsiy yo‘l bilan yuquvchi kasalliklar (JYUYK), jumladan OIV/OITS

profilaktikasi.

Oilani rejalashtirishning tibbiy ahamiyati

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, tug‘ruqlar orasidagi interval kamida 3 yil bo‘lganda, onaning organizmi tiklanadi va bolaning sog‘lom rivojlanishi uchun sharoit yaratiladi. Kontratsepsiya — bu nafaqat homiladorlikdan saqlanish, balki ayolning psixologik va jismoniy holatini asrash vositasidir.

Zamonaviy kontratsepsiya usullari va ularning tasnifi

Bugungi kunda kontratsepsiyaning quyidagi turlari keng qo‘llanilmoqda:

A) Gormonal kontratseptivlar:

Bu usul 99% gacha samaradorlikka ega. Ular ayol organizmidagi ovulyatsiya jarayonini vaqtincha to‘xtatib turadi.

Kombinatsiyalangan oral kontratseptivlar (KOK): Zamonaviy tabletkalar (masalan, mikrodozali vositalar) gormonlar miqdori kamligi bilan ajralib turadi va tana vazniga ta’sir qilmaydi.

Gormonal implantlar: Teri ostiga (odatda qo‘lga) o‘rnatiladi va 3-5 yil davomida samarali himoya qiladi.

B) Bachadon ichi vositalari (BIV):

Gormon ajratuvchi tizimlar (masalan, Mirena): Bu tizimlar ham kontratseptiv, ham davolovchi xususiyatga ega bo‘lib, bachadon endometriyasini haddan tashqari qalinlashishdan asraydi.

V) To‘siq (baryer) usullari:

Prezervativlar hamon jinsiy yo‘l bilan yuqadigan infeksiyalardan himoya qiluvchi yagona samarali vosita bo‘lib qolmoqda. 2026-yilgi texnologiyalar dermo-allergik xavfsiz lateks va lateks bo‘lmagan materiallarni taqdim etmoqda.

G) Shoshilinch kontratsepsiya:



Himoyalanmagan aloqadan so'ng birinchi 72 soat ichida qo'llaniladi. Bu usulni doimiy qo'llash tavsiya etilmaydi, chunki u gormonal tizimga kuchli zarba berishi mumkin.

Erkaklar kontratsepsiyasi

Reproduktiv salomatlik faqat ayollar zimmasidagi mas'uliyat emas. Erkaklar uchun mo'ljallangan zamonaviy gormonal gellar va vazektomiya (jarrohlik usuli) kabi usullar dunyo bo'ylab ommalashmoqda.

Zamonaviy kontratseptivlarni tanlashda individual yondashuv muhim. Masalan, chekuvchi ayollarda yoki qon bosimi yuqori bo'lgan shaxslarda ayrim gormonal vositalar cheklanishi mumkin. Shu sababli, har qanday vositadan foydalanishdan oldin ginekolog ko'rigidan o'tish va qonning ivish tizimini tekshirish lozim.

Reproduktiv salomatlikni muhofaza qilish — sog'lom millat poydevoridir. Zamonaviy kontratsepsiya usullari ayollarga o'z hayotini boshqarish, ta'lim olish va mehnat faoliyatini rejalashtirish bilan birga, sog'lom farzandlarni dunyoga keltirish imkonini beradi. Davlat miqyosida bu boradagi tushuntirish ishlarini kuchaytirish va tibbiy savodxonlikni oshirish strategik ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasining "Fuqarolarning reproduktiv salomatligini saqlash to'g'risida"gi Qonuni. (2019-yil, tahrirlangan variantlari bilan).
2. Sog'liqni saqlash vazirligi klinik protokollari (2024-2025). "Reproduktiv salomatlik va oilani rejalashtirish bo'yicha qo'llanma".
3. World Health Organization (WHO). "Family Planning: A Global Handbook for Providers", 2022 edition (Updated 2025).
4. G.M. Qurbonova. "Ginekologik endokrinologiya va kontratsepsiya asoslari", Toshkent, 2023.
5. Scientific Journal of Reproductive Medicine. "Advancements in Hormonal Contraception 2026", International Edition.