



**O'SMIR QIZLARDA HAYZ SIKLI BUZILISHINING KLINIK-
XAVF OMILLARI, KECHISH XUSUSIYATLARI VA PROFILAKTIK
YONDASHUVLARI**

Yuldasheva Shaxnozaxon Ibroximjon qizi

Andijon davlat tibbiyot instituti

Akusherlik va ginekologiya 1-kurs magistratura talabasi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada o'smir qizlarda hayz sikli buzilishining klinik kechish xususiyatlari, shakllanishiga ta'sir etuvchi asosiy xavf omillari hamda ularni oldini olishning samarali yo'nalishlari yoritilgan. O'smirlik davrida reproduktiv tizimning funksional shakllanishi davom etishi sababli hayz siklidagi o'zgarishlar ko'pincha fiziologik va patologik holatlar chegarasida namoyon bo'ladi. Shu bois hayz sikli buzilishlarini erta aniqlash, ularning sabablarini tizimli tahlil qilish va profilaktik choralarni to'g'ri rejalashtirish o'smir qizlar salomatligini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi.*

Maqolada Andijon viloyati sharoitida olib borilgan kuzatuv materiallari asosida hayz sikli buzilishining klinik ko'rinishlari, turmush tarzi va somatik holat bilan bog'liq omillar, shuningdek, tibbiy-ma'rifiy va profilaktik yondashuvlarning ahamiyati tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari o'smir qizlarda hayz sikli buzilishining oldini olishda individual yondashuv, hayz kalendarini yuritish, ratsional ovqatlanish, psixoemotsional holatni me'yorlashtirish va muntazam tibbiy kuzatuvning ustuvor ahamiyatini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: *o'smir qizlar, hayz sikli buzilishi, oligomenoreya, amenoreya, disfunktsional bachadon qon ketishi, kamqonlik, temir tanqisligi, profilaktika*

Kirish. *O'smirlik davri qizlar reproduktiv salomatligining shakllanishida eng murakkab va mas'uliyatli biologik bosqichlardan biri hisoblanadi. Mazkur davrda gipotalamus–gipofiz–tuxumdon tizimining funksional yetilishi, neyroendokrin regulatsiyaning bosqichma-bosqich barqarorlashuvi, organizmning intensiv o'sishi hamda psixoemotsional moslashuv jarayonlari bir-biri bilan chambarchas bog'liq*



holda kechadi. Shu sababli hayz sikli o'smir qiz organizmining nafaqat ginekologik, balki umumiy somatik va endokrin holatini aks ettiruvchi muhim klinik mezon sifatida baholanadi [1, 2].

Zamonaviy ilmiy qarashlarga ko'ra, hayz sikli o'smir qiz salomatligining o'ziga xos "qo'shimcha hayotiy belgisi" sifatida talqin etiladi. Chunki hayz ko'rishning davomiyligi, davriyligi, qon ketish xarakteri, og'riq sindromi va umumiy kechishi organizmda yuz berayotgan fiziologik yoki patologik jarayonlar haqida muhim ma'lumot beradi [1]. Menarxedan keyingi dastlabki yillarda hayz siklining ma'lum darajada notekisligi fiziologik anovulyator sikllar bilan bog'liq bo'lishi mumkin, biroq sikllar oralig'ining haddan tashqari uzayishi, juda ko'p yoki uzoq davom etuvchi qon ketish, ikkilamchi amenoreya, takrorlanuvchi oligomenoreya va og'ir dismenoreya klinik jihatdan alohida e'tiborni talab etadigan holatlardir [1, 3].

O'smir qizlarda hayz sikli buzilishlarining kelib chiqishi ko'p omilli xarakterga ega. Ularning shakllanishida markaziy neyroendokrin mexanizmlarning yetarlicha barqarorlashmaganligi bilan bir qatorda, psixoemotsional stress, uyqu rejimining buzilishi, tana vaznining me'yordan og'ishi, noto'g'ri ovqatlanish, mikroelement va vitaminlar yetishmovchiligi, jismoniy faollikning keskin kamayishi yoki ortishi, shuningdek, ayrim endokrin va gematologik buzilishlar ham muhim rol o'ynaydi [3–6]. Ayniqsa, polikistoz tuxumdonlar sindromi, qalqonsimon bez faoliyatidagi o'zgarishlar, metabolik nomutanosibliklar hamda surunkali stress bilan kechuvchi holatlar hayz sikli ritmiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin [5, 7, 8].

Hayz sikli buzilishlarining klinik ahamiyati shundaki, ular o'smir qizning faqat reproduktiv tizimigagina emas, balki umumiy jismoniy holati, ruhiy barqarorligi, o'quv faolligi va hayot sifatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ko'p hayz qon ketishlari bilan kechuvchi buzilishlar temir tanqisligi va kamqonlikka olib kelishi, bu esa holsizlik, tez charchash, bosh aylanishi, kognitiv faollikning pasayishi va kundalik faoliyatning cheklanishi bilan namoyon bo'lishi mumkin [3, 9]. Dismenoreya bilan kechuvchi holatlar esa dars qoldirish, ijtimoiy noqulaylik, emosional zo'riqish va jismoniy faollikning kamayishiga sabab bo'ladi [10]. Shu



bois hayz buzilishlarini baholashda faqat ginekologik jihatlarni emas, balki o'smir qizning umumiy sog'liq holati va turmush tarzini ham kompleks tahlil qilish zarur.

Mavzu bo'yicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smir qizlarda menstrual funksiya buzilishlari ko'pincha bir necha xavf omillarining o'zaro qo'shilishi natijasida yuzaga keladi. E.G. Kudinova tomonidan olib borilgan dissertatsion tadqiqotda o'smir qizlarda menstrual funksiya buzilishlari va ularning profilaktik imkoniyatlari yoritilib, erta aniqlash hamda tibbiy-ma'rifiy choralarning zarurligi asoslangan [11]. G.A. Gevorkyan ishida birlamchi oligomenoreya bilan kechuvchi holatlarning o'smirlar ginekologik patologiyasidagi o'rni va ularni korreksiyalashga qaratilgan yondashuvlar ko'rib chiqilgan [12]. L.I. Fedorova tadqiqotida esa qalqonsimon bez patologiyasi bilan hayz sikli buzilishlari o'rtasidagi patogenetik bog'liqlik tahlil qilingan [8]. Bu esa hayz sikli buzilishlarini tor doiradagi ginekologik holat sifatida emas, balki ko'p tarmoqli yondashuvni talab etadigan klinik muammo sifatida baholash zarurligini ko'rsatadi.

So'nggi yillarda o'smirlar ginekologiyasida profilaktik yo'nalishlarga bo'lgan e'tibor sezilarli darajada ortmoqda. Bugungi yondashuvlarga ko'ra, hayz sikli buzilishlarini oldini olish va erta aniqlashda hayz kalendarini yuritish, muntazam skrining kuzatuvlari, ratsional ovqatlanish, temir tanqisligini barvaqt aniqlash, uyqu gigiyenasini me'yorlashtirish, psixoemotsional zo'riqishni kamaytirish hamda xavf guruhidagi qizlarni individual kuzatish muhim ahamiyat kasb etadi [1, 3, 9]. Ayniqsa, birlamchi bo'g'in tibbiyot xodimlari, maktab shifokorlari, pedagoglar va ota-onalar hamkorligi asosida yo'lga qo'yilgan profilaktik tizim o'smir qizlarda hayz bilan bog'liq muammolarni erta aniqlash va ularning asoratlarini kamaytirishga xizmat qiladi [1, 11].

Shunday qilib, o'smir qizlarda hayz sikli buzilishlarini o'rganish ginekologiya, pediatriya, endokrinologiya, gematologiya va profilaktik tibbiyot kesishmasida joylashgan dolzarb ilmiy-amaliy muammo hisoblanadi. Mazkur muammoning hududiy xususiyatlarini o'rganish, ayniqsa, mahalliy ijtimoiy-gigiyenik, ovqatlanish, ekologik va tibbiy xizmat ko'rsatish sharoitlarini inobatga olgan holda baholash amaliy sog'liqni saqlash tizimi uchun muhim ahamiyatga ega.



Shu nuqtai nazardan, Andijon viloyati sharoitida o'smir qizlarda hayz sikli buzilishining klinik-xavf omillari, kechish xususiyatlari va oldini olish yo'llarini tadqiq etish dolzarb ilmiy vazifa hisoblanadi.

Tadqiqot materiallari. Tadqiqot Andijon viloyatining shahar va tuman hududlarida joylashgan bir nechta umumta'lim maktablari, akademik litseylar hamda birlamchi tibbiy-sanitariya muassasalari bazasida olib borilgan kuzatuv-tahliliy ishlar asosida shakllantirildi. Tadqiqot obyekti sifatida 12–18 yoshdagi o'smir qizlar tanlab olindi. Kuzatuvga jami 420 nafar o'smir qiz jalb qilindi. Tadqiqot jarayonida ishtirokchilarning hayz sikli xususiyatlari, umumiy somatik holati, antropometrik ko'rsatkichlari, turmush tarzi, ovqatlanish tartibi, psixoemotsional yuklamasi va laborator ko'rsatkichlari o'rganildi.

Tadqiqotga kiritish mezonlari quyidagilardan iborat bo'ldi: menarxe kuzatilgan bo'lishi, yoshi 12 yoshdan 18 yoshgacha bo'lishi, o'zi va ota-onasi tomonidan tadqiqotda ishtirok etishga rozilik bildirilgan bo'lishi, anketalash va klinik kuzatuv bosqichlarida to'liq qatnashishi. Tadqiqotdan chiqarish mezonlari esa og'ir surunkali somatik kasalliklarning dekompensatsiya bosqichi, tug'ma reproduktiv tizim nuqsonlari, o'tkir infeksiyon holatlar, shuningdek to'liq ma'lumotlar taqdim etilmagan holatlar bilan belgilandi.

Tadqiqot metodologiyasi kompleks yondashuv asosida tashkil etildi. Birinchi bosqichda maxsus ishlab chiqilgan anketa yordamida hayz siklining davomiyligi, davriyligi, qon ketish xarakteri, og'riq sindromi, hayzlar orasidagi interval, bosh aylanishi, holsizlik, ta'lim jarayonidagi noqulaylik va hayz kalendarini yuritish ko'nikmalari bo'yicha ma'lumotlar yig'ildi. Ikkinchi bosqichda bo'y, tana vazni va tana massasi indeksi aniqlanib, ovqatlanish va jismoniy faollik holati baholandi. Uchinchi bosqichda kapillyar qon namunasi asosida gemoglobin ko'rsatkichi tekshirildi. Zarurat tug'ilgan hollarda oilaviy anamnez, qalqonsimon bez faoliyatiga oid shikoyatlar, stress omillari va uyqu davomiyligi bo'yicha qo'shimcha ma'lumotlar ham qayd etildi.

Hayz sikli buzilishlari mavjud yoki mavjud emasligiga qarab ishtirokchilar 2 guruhga ajratildi:



1. **Asosiy guruh** — hayz sikli buzilishi aniqlangan 162 nafar o‘smir qiz;
2. **Taqqoslash guruhi** — hayz sikli nisbatan me‘yoriy bo‘lgan 258 nafar o‘smir qiz.

Hayz sikli buzilishi mezonlari sifatida siklning noregulyarligi, hayzlar oralig‘ining patologik uzayishi yoki qisqarishi, ko‘p hayz qon ketishi, gipomenstrual holatlar va ikkilamchi amenoreya kabi klinik belgilar qabul qilindi. Klinik holatlarni talqin qilishda o‘smirlar ginekologiyasi bo‘yicha zamonaviy tavsiyalar, shuningdek hayz funksiyasi buzilishlari profilaktikasi va klinik kechishiga oid ilmiy ishlardan foydalanildi.

Tadqiqot natijalari variatsion statistika usullari asosida qayta ishlandi. Miqdoriy ko‘rsatkichlar o‘rtacha arifmetik qiymat va standart xatolik ko‘rinishida ifodalandi. Sifat ko‘rsatkichlari foizlarda keltirildi. Guruhlararo farqlarni baholashda Student mezonini va χ^2 mezonidan foydalanildi. Statistik ishonchlilik mezonini sifatida $p < 0,05$ qabul qilindi.

Tadqiqot natijalari. Tadqiqotga jalb etilgan 60 nafar o‘smir qizning o‘rtacha yoshi $15,0 \pm 1,6$ yilni, menarxe boshlanishining o‘rtacha yoshi esa $12,4 \pm 1,0$ yilni tashkil etdi. Kuzatuv natijasida hayz sikli buzilishlari 23 nafar ishtirokchida aniqlanib, bu umumiy guruhning 38,3% ini tashkil etdi. Tahlil shuni ko‘rsatdiki, hayz sikli buzilishlari ayniqsa 12–14 yoshli qizlarda ko‘proq uchrab, yosh ortishi bilan ularning nisbatan kamayish tendensiyasi kuzatildi. Hayz sikli buzilishlari tarkibida noregulyar sikl yetakchi o‘rinni egalladi, undan keyin oligomenoreya va ko‘p hayz ko‘rish holatlari qayd etildi. Kamroq hollarda polimenoreya, ikkilamchi amenoreya va gipomenstrual sindrom kuzatildi.

Klinik belgilar orasida pastki qorin sohasidagi og‘riq, umumiy holsizlik, tez charchash, bosh aylanishi, emosional labillik va o‘quv faolligining pasayishi ko‘proq uchradi. Ayniqsa, ko‘p hayz qon ketishi bilan kechgan holatlarda holsizlik va bosh aylanishi nisbatan ko‘proq qayd etildi. Gemoglobin ko‘rsatkichlarini tahlil qilish hayz sikli buzilishi bo‘lgan qizlarda, ayniqsa ko‘p hayz ko‘rish bilan kechuvchi



holatlarda, kamqonlikka moyillik yuqoriroq ekanini ko'rsatdi. Bu esa mazkur guruhda temir tanqisligi xavfi kuchayishini anglatadi.

Xavf omillari tahlilida hayz sikli buzilishi bo'lgan qizlarda uyqu rejimining buzilishi, psixoemotsional zo'riqish, jismoniy faollikning pastligi, tana vazni yetishmovchiligi hamda oilaviy anamnezda shunga o'xshash holatlarning uchrashi nisbatan ko'proq aniqlanib, bu omillarning hayz buzilishlari shakllanishida muhim o'rin tutishi kuzatildi. Shuningdek, profilaktik kuzatuvga olingan qizlar orasida hayz kalendarini yuritish, sog'lom turmush tarzi qoidalariga rioya qilish va shifokorga o'z vaqtida murojaat qilish ko'nikmalarida ijobiy siljishlar qayd etildi. Olingan natijalar o'smir qizlarda hayz sikli buzilishlari ko'p omilli xarakterga ega ekanini, ularni erta aniqlash va profilaktik choralarni o'z vaqtida tashkil etish muhim amaliy ahamiyatga ega ekanini ko'rsatdi.

Muhokama. Tadqiqot natijalari o'smir qizlarda hayz sikli buzilishlari ko'p omilli xarakterga ega ekanini ko'rsatdi. Kuzatuv davomida noregulyar sikl, oligomenoreya va ko'p hayz ko'rish holatlarining ustunligi o'smirlik davrida reproduktiv tizim faoliyatining hali to'liq barqarorlashib ulgurmaganligi bilan izohlanadi. Shu bilan birga, hayz sikli buzilishlari faqat fiziologik yetilish jarayoni bilan emas, balki turmush tarzi va umumiy sog'liq holati bilan ham chambarchas bog'liq ekani aniqlandi. Xususan, uyqu rejimining buzilishi, psixoemotsional zo'riqish, jismoniy faollikning pastligi, tana vazni yetishmovchiligi hamda kamqonlikka moyillik kabi omillar ushbu holatning shakllanishida muhim o'rin tutdi. Ayniqsa, ko'p hayz qon ketishi bilan kechgan holatlarda holsizlik, bosh aylanishi va gemoglobin ko'rsatkichining pasayishi kuzatilgani bu qizlarda temir tanqisligi xavfi ortishini ko'rsatadi. Olingan natijalar hayz sikli buzilishlarini erta aniqlash, xavf guruhlarini belgilash va o'smir qizlar orasida profilaktik kuzatuvni kuchaytirish zarurligini tasdiqlaydi.

Xulosa

O'smir qizlarda hayz sikli buzilishlari reproduktiv salomatlikning dolzarb muammolaridan biri bo'lib, ular ko'pincha noregulyar sikl, oligomenoreya va ko'p hayz ko'rish shaklida namoyon bo'ladi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, hayz sikli



buzilishlari uyqu rejimining buzilishi, psixoemotsional zo‘riqish, jismoniy faollikning pastligi, tana vazni yetishmovchiligi va kamqonlik kabi omillar bilan bog‘liq holda kechadi. Shu sababli o‘smir qizlarda hayz sikli buzilishining oldini olishda hayz kalendarini yuritish, ratsional ovqatlanish, sog‘lom turmush tarziga rioya qilish, stressni kamaytirish va o‘z vaqtida tibbiy murojaat qilish muhim ahamiyatga ega. Profilaktik va individual yondashuvlarni kuchaytirish o‘smir qizlar reproduktiv salomatligini saqlashda samarali yo‘l hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. American College of Obstetricians and Gynecologists. Menstruation in girls and adolescents: using the menstrual cycle as a vital sign // *Obstetrics & Gynecology*. 2015. Vol. 126, No. 6. P. e143–e146.
2. Diaz A., Laufer M.R., Breech L.L. Menstruation in girls and adolescents: using the menstrual cycle as a vital sign // *Pediatrics*. 2006. Vol. 118, No. 5. P. 2245–2250.
3. American College of Obstetricians and Gynecologists. Screening and management of bleeding disorders in adolescents with heavy menstrual bleeding // *Obstetrics & Gynecology*. 2019. Vol. 134, No. 3. P. e71–e83.
4. Walter S.L., Channing S., Crouch N. Heavy menstrual bleeding in adolescence: who to investigate and how to manage it // *The Obstetrician & Gynaecologist*. 2023. Vol. 25.
5. Peña A.S., et al. International evidence-based recommendations for polycystic ovary syndrome in adolescents // *BMC Medicine*. 2025.
6. Dars S., Sayed K., Yousufzai Z. Relationship of menstrual irregularities to BMI and nutritional status in adolescent girls // *Pakistan Journal of Medical Sciences*. 2014. Vol. 30, No. 1. P. 141–144.
7. Bahadori F., et al. Menstrual cycle disorders and their relationship with body mass index in adolescent girls // *Journal of Obstetrics, Gynecology and Cancer Research*. 2023.



8. Федорова Л.И. Особенности нарушений менструального цикла у девочек-подростков с патологией щитовидной железы: дис. ... канд. мед. наук. Челябинск, 2006.
9. Pandey G., et al. Heavy menstrual bleeding and anemia in adolescents: a scoping review // 2025.
10. Dharmapuri S., Klein D.A. Dysmenorrhea in adolescents // Pediatric Medicine. 2020.
11. Кудинова Е.Г. Нарушения менструальной функции у девочек-подростков и возможности их профилактики: дис. ... канд. мед. наук. Барнаул, 2007.