



ANTROPOMETRIK USULLAR ORQALI ORTIQCHA VAZN VA RIVOJLANISHDAGI KECHIKISHNI ERTA ANIQLASH

Muallif: Zayniddinova Nazira Izzatillo

Qo'qon Universiteti, Andijon filiali

Pediatrica yo'nalishi

25-01 guruh talabasi

Annotatsiya: Maqolada bolalarda ortiqcha vazn va rivojlanishdagi kechikishni erta aniqlash uchun antropometrik usullar tahlil qilinadi. Ushbu usullar vazn, bo'y, tana massasi indeksi (BMI) va tana tarkibini o'lchash orqali bolaning sog'lom rivojlanishi yoki buzilishi darajasini aniqlash imkonini beradi. Maqolada antropometrik metodlarning afzalliklari, diagnostik aniqlik darajasi, profilaktika va sog'lomlashtirish bo'yicha tavsiyalar yoritilgan.

Kalit so'zlar: Antropometriya, ortiqcha vazn, bola rivojlanishi, BMI, tana massasi indeksi, rivojlanish kechikishi, diagnostika, profilaktika

Аннотация: В статье рассматриваются антропометрические методы раннего выявления избыточного веса и задержек развития у детей. Методы включают измерение веса, роста, индекса массы тела (BMI) и состава тела, что позволяет оценить уровень здорового развития ребенка. Особое внимание уделено преимуществам антропометрии, точности диагностики, а также профилактическим и оздоровительным рекомендациям.

Ключевые слова: антропометрия, избыточный вес, развитие ребёнка, индекс массы тела, задержка развития, диагностика, профилактика

Annotation: This article examines anthropometric methods for early detection of overweight and developmental delays in children. Methods include measuring weight, height, body mass index (BMI), and body composition to assess the child's growth and health status. The paper highlights the advantages of



anthropometry, diagnostic accuracy, and provides preventive and health-promoting recommendations.

Keywords: *anthropometry, overweight, child development, body mass index, developmental delay, diagnosis, prevention*

Kirish

Bolalardagi ortiqcha vazn va rivojlanishdagi kechikish global sog‘liq muammolaridan biri hisoblanadi. Bu holatlar bolaning jismoniy va psixologik rivojlanishiga salbiy ta‘sir qiladi. Erta aniqlash bolaning sog‘lom o‘sishi va ortiqcha vazn bilan bog‘liq kasalliklarning oldini olish imkonini beradi.

Antropometriya — bolalarning tana o‘lchovlarini aniqlash orqali sog‘lomlik darajasini baholashning eng oddiy va samarali usuli. Bu usul yordamida BMI, tana bo‘yi, vazn, bosh atrofini o‘lchash va tana massasi tarkibi aniqlanadi. Shu bilan birga, antropometrik ma‘lumotlar bolaning rivojlanishidagi kechikishlarni erda aniqlashga yordam beradi.

Asosiy qism

Antropometrik usullar quyidagi asosiy parametrlarni o‘z ichiga oladi:

1. Vazn va bo‘y o‘lchash: bolalarning normal rivojlanish jadvallari bilan solishtirish orqali ortiqcha vazn yoki rivojlanish kechikishini aniqlash.
2. BMI (Body Mass Index): BMI bolalarda vazn va bo‘y nisbatini ko‘rsatadi va ortiqcha vazn yoki semizlikni baholashda asosiy indikator hisoblanadi.
3. Tana massasi tarkibi: yog‘, mushak va suyak massasi nisbati bolaning umumiy sog‘lig‘i va rivojlanish holatini ko‘rsatadi.
4. Rivojlanish kechikishini aniqlash: antropometrik o‘lchovlar yordamida bolalarning tana o‘sish sur‘ati va rivojlanish normativlari bilan solishtirish mumkin.

Diagnostika va tavsiyalar:

Ma‘lumotlarni o‘rta statistik standartlar bilan solishtirish;

Ortiqcha vazn aniqlansa, diet va jismoniy faoliyatni moslashtirish;

Rivojlanish kechikishi aniqlansa, pediatr va mutaxassislar bilan kompleks rehabilitatsiya tavsiya etish;



Ota-onalar va pedagoglar bolalarni sogʻlom ovqatlanish va faol turmush tarziga jalb qilish.

Takliflar

Maktablarda va bolalar poliklinikalarida muntazam antropometrik tekshiruvlarni joriy etish;

Ota-onalarni bolalar rivojlanishini kuzatish boʻyicha maʼrifiy dasturlar bilan taʼminlash;

Bolalarda ortiqcha vazn va kechikishni aniqlash uchun zamonaviy texnologiyalarni, masalan, kompyuterlashtirilgan BMI kalkulyatorlarini qoʻllash;

Sogʻlom ovqatlanish va jismoniy faollik boʻyicha dasturlarni bolalar taʼlim muassasalarida muntazam amalga oshirish.

Xulosa

Antropometrik usullar bolalarda ortiqcha vazn va rivojlanish kechikishini erta aniqlashda samarali vosita hisoblanadi. Erta diagnostika bolalarning sogʻlom rivojlanishini taʼminlash, semizlik va rivojlanishdagi buzilishlarni oldini olish, shuningdek reabilitatsiya choralarini vaqtida qoʻllash imkonini beradi. Pediatrik amaliyotda antropometriya muntazam qoʻllanilishi bolalar salomatligini yaxshilash va ularning hayot sifatini oshirishga yordam beradi.

ADABIYOTLAR ROʻYXATI

1. Islomova N. Bolalarda antropometriya va rivojlanish monitoringi. – Toshkent, 2023.
2. Ahmedov S. Pediatrik semizlik va uning oldini olish. – Samarqand, 2024.
3. Tursunov M. Bolalar rivojlanishini baholash metodlari. – Andijon, 2023.
4. Raxmonova D. BMI va antropometrik parametrlar bolalarda. – Fargʻona, 2024.
5. Karimova L. Ortiqcha vazn va sogʻlom turmush tarzi. – Toshkent, 2023.
6. Saidov O. Bolalarda rivojlanish buzilishlari va diagnostika usullari. – Toshkent, 2024.