

## 18 ЁШЛИ ЁШЛАРДА ЖИСМОНИЙ ВА ЖИНСИЙ РИВОЖЛАНИШ КЎРСАТКИЧЛАРИНИНГ КОМПЛЕКС БАҲОСИ (ХОРАЗМ ВИЛОЯТИ МАТЕРИАЛЛАРИ АСОСИДА)

**Матсапаева Шахло Шухратовна**

Урганч Давлат Тиббиет Институтини Клиник  
анатомия ва гистология кафедраси ассистенти.

**Раджабова Адиба Одилбек кизи**

Урганч Давлат Тиббиет Институтини  
Даволаш факультети 2-боскич талабаси.

**Хакимова Шохидат Кудрат кизи**

Урганч Давлат Тиббиет Институтини  
Даволаш факультети 2-боскич талабаси.

**Аннотация:** Мақолада Хоразм вилоятида яшайдиган 18 ёшли қизларнинг жисмоний ва жинсий ривожланиш кўрсаткичларининг комплекс баҳоси келтирилган. Тадқиқотда 203 нафар қиз иштирок этди. Антропометрик кўрсаткичлар (бўй, вазн, ярим ўтирган бўй), тананинг пропорционаллиги ва иккиламчи жинсий белгиларнинг шаклланиш даражаси баҳоланди. Натижалар ёш меъёрларига мос келишини, жинсий етилишнинг якунланганлигини кўрсатди ва ҳудудий меъёрий маълумотлар базасини янгилаш учун амалий аҳамиятга эга.

**Калит сўзлар:** жисмоний ривожланиш, антропометрия, иккиламчи жинсий белгилар, 18 ёш, Хоразм вилояти.

**Долзарблиги ва мақсад:** 18 ёш – морфофункционал шаклланиш якунланадиган ва ижтимоий фаоллик бошланадиган муҳим давр. Тадқиқотнинг мақсади – Хоразм вилоятида яшайдиган 18 ёшли қизларнинг жисмоний ривожланиши ва иккиламчи жинсий белгиларнинг шаклланиш даражасини комплекс баҳолаш, уларнинг ўзаро боғлиқлигини аниқлаш. Республика ва қўшни мамлакатлар материаллари асосида ўтказилган тадқиқотларда сўнгги ўн йилликларда ёшлар жисмоний ривожланишида гетерохронлик, тананинг пропорционал ўсишида номутаносиблик, шунингдек жинсий етилиш суръатларида индивидуал фарқлар ортиб бораётгани қайд этилмоқда. Бу ҳолат айрим ҳудудларда экологик омиллар, овқатланиш сифатининг ўзгариши, гиподинамия ва ижтимоий стресслар билан боғлиқ деб изоҳланади. Хоразм вилояти экологик-географик шароити, аҳоли турмуш тарзи ҳамда овқатланиш анъаналари билан республикада ўзига хос ўрин тутди. Шу боис мазкур ҳудудда яшовчи ёшларда жисмоний ва жинсий ривожланиш кўрсаткичларини комплекс

баҳолаш меъёрий маълумотлар базасини янгилаш, профилактик тиббий кўрикларни такомиллаштириш амалиётида муҳим аҳамиятга эга. Шу нуқтаи назардан, 18 ёшли қизларда антропометрик кўрсаткичлар ҳамда иккиламчи жинсий белгиларнинг ривожланиш даражасини комплекс ўрганиш, уларнинг ўзаро боғлиқлигини таҳлил қилиш ва ҳудудий хусусиятларни аниқлаш долзарб илмий масала ҳисобланади.

**Антропометрик ва жинсий белгилар ўртасидаги ўзаро боғлиқлик:** Таҳлил жараёнида жисмоний ривожланиш кўрсаткичлари билан иккиламчи жинсий белгиларнинг шаклланиш даражаси ўртасида муайян мутаносиблик мавжудлиги аниқланди. Бу ҳолат организм ривожланиш жараёнларининг комплекс ва уйғун тарзда кечишини тасдиқлайди.

**Материал ва усуллар:** Тадқиқот 2024-2025 йилларда ўтказилди. 203 нафар соматик касаллиги бўлмаган 18 ёшли қиз иштирок этди. Стандарт антропометрик ўлчовлар амалга оширилди. Иккиламчи жинсий белгилар (елка-чаноқ нисбати, қўлтиқ ости ва қов ости жунлари, сут безлари) клиник кўрик ва морфологик шкалалар ёрдамида баҳоланди. Олинган маълумотлар Microsoft Office Excel дастури ёрдамида қайта ишланди. Миқдорий кўрсаткичлар учун ўртача қиймат ( $M$ ) ва стандарт хатолик ( $m$ ) ҳисобланди. Натижаларнинг ишончлилиги  $p < 0,05$  даражасида баҳоланди.

#### **Асосий натижалар:**

1. Антропометрик кўрсаткичлар ёш меъёрларига мос келди: ўртача бўй –  $165,9 \pm 5,45$  см, вазн –  $58,1 \pm 10,01$  кг, ярим ўтирган бўй –  $132,5 \pm 5,04$  см. Тананинг пропорциялари аёл жинсига хос типда шаклланган.

2. Иккиламчи жинсий белгилар аксарият ҳолларда (қўлтиқ ости ва қов ости жунлари, сут безлари) тўлиқ ривожланган, жинсий етилиш жараёни якунланганлигини кўрсатди.

3. Жисмоний ва жинсий ривожланиш кўрсаткичлари ўртасида ўзаро уйғунлик мавжудлиги аниқланди, бу организмнинг морфофункционал жиҳатдан гармоник ривожланганлигини тасдиқлади.

**Мунозара:** Олинган натижалар Хоразм вилояти шароитида 18 ёшли қизларнинг жисмоний ва жинсий ривожланиши умумий биологик қонунлар асосида ўтаётганлигини кўрсатди. Экологик ва ижтимоий омилларни ҳисобга олган ҳолда мониторингни давом эттириш мақсадга мувофиқ.

#### **Хулосалар:**

1. 18 ёшли қизларнинг жисмоний ривожланиши асосий антропометрик кўрсаткичлар бўйича ёш меъёрларига мос.

2. Тананинг пропорционал ривожланиши аёл жинсига хос типда.

3. Иккиламчи жинсий белгилар аксарият ҳолларда тўлиқ шаклланган.

4. Жисмоний ва жинсий ривожланиш кўрсаткичлари ўртасида ўзаро уйғунлик мавжуд.

5. Натижалар Хоразм вилояти учун меъёрий маълумотлар базасини шакллантириш ва ёшлар саломатлигини баҳолашда амалий аҳамиятга эга.

#### **Амалий тавсиялар:**

1. 18 ёшли қизларнинг профилактик кўрикларида антропометрик ва жинсий ривожланиш кўрсаткичларини комплекс баҳолашни жорий этиш.

2. Хоразм вилояти учун жисмоний ривожланишнинг ҳудудий меъёрий диапазонларини ишлаб чиқиш.

3. Овқатланиш ва жисмоний фаоллик хусусиятларини ҳисобга олган профилактик дастурларни такомиллаштириш.

4. Кейинги тадқиқотларда тана массаси индекси, эндокрин ва метаболик кўрсаткичларни ўрганишни кенгайтириш.

#### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Абдуллаев Р.Ш. Ўсмир ва ёшларда жисмоний ривожланишнинг ҳудудий хусусиятлари. – Тошкент, 2021.

2. Каримова М.А. Қизларда жинсий етилиш ва соматик ривожланиш кўрсаткичлари. // Тиббиёт журнали, 2022.

3. Бобомуратов Т. А. и др. Озиқлантириш турлари билан фарқланадиган болаларнинг психофизиологик ривожланиши ва уларнинг қиёсий таҳлили. – 2024.

4. Беляева А. В. и др. Особенности полового развития девочек-подростков в условиях разной антропогенной нагрузки //Сибирский научный медицинский журнал. – 2016. – Т. 36. – №. 6. – С. 99-102.

5. Мамаризаев И. Факторы риска задержки полового развития у девочек-подростков //Medicine, pedagogy and technology: theory and practice. – 2024. – Т. 2. – №. 7. – С. 56-62.