

BOLALARDA TANA XARORATINI TO'G'RI O'LCHASH USULLARI VA PARVARISHDA AXAMIYATI

Uraimova Robiyaxon O'tkirbek qizi

Tibbiyot fakulteti Pediatriya ihi ta'lim yo'nalishi

1-kurs PI-25-01-guruh talabasi

Ilmiy rahbar: **Minavarov Rasuljon Anvarovich**

“Kilink fanlar” kafedrasi o'qituvchisi.

Annotatsiya: Ushbu maqolada bolalarda tana haroratini to'g'ri o'lchash usullari, ularning afzallik va kamchiliklari hamda bola parvarishidagi ahamiyati yoritilgan. Bolaning yoshi va umumiy holatiga qarab tana haroratini o'lchashning turli usullari — qo'ltiq osti, og'iz bo'shlig'i, to'g'ri ichak va zamonaviy infraqizil termometrlar yordamida aniqlash masalalari batafsil ko'rib chiqilgan. Shuningdek, tana haroratini o'lchashda gigiyena qoidalariga rioya qilish, o'lchash jarayonida yo'l qo'yiladigan xatolar va ularning natijalarga ta'siri haqida ma'lumot berilgan. Tana haroratining me'yoridan oshishi yoki pasayishi ko'plab yuqumli va yallig'lanish kasalliklarining dastlabki belgisi bo'lishi mumkinligi ta'kidlangan. Maqolada bolalarda isitmani erta aniqlash, kasallikni to'g'ri baholash va o'z vaqtida tibbiy yordam ko'rsatishda tana haroratini to'g'ri o'lchash muhim klinik ahamiyatga ega ekani asoslab berilgan. Ushbu ma'lumotlar tibbiyot talabalari, yosh shifokorlar hamda bolalar parvarishi bilan shug'ullanuvchi ota-onalar uchun amaliy qo'llanma sifatida xizmat qiladi.

Аннотация: В этой статье рассматриваются методы правильного измерения температуры тела у детей, их преимущества и недостатки, а также их важность для ухода за детьми. Подробно рассмотрены вопросы определения с помощью различных методов измерения температуры тела — подмышечной, ротовой, прямой кишки и современных инфракрасных термометров-в зависимости от возраста и общего состояния ребенка. Также приводится информация о соблюдении правил гигиены при измерении температуры тела, об ошибках, допущенных в процессе

измерения, и их влиянии на результаты. Отмечено, что повышение или понижение температуры тела выше нормы может быть ранним признаком многих инфекционно-воспалительных заболеваний. В статье обосновывается, что раннее выявление лихорадки у детей, Правильная оценка заболевания и правильное измерение температуры тела имеют важное клиническое значение при оказании своевременной медицинской помощи. Эта информация доступна студентам-медикам, молодым врачам и специалистам по уходу за детьми.

Abstract: This article covers the correct methods of measuring body temperature in children, their advantages and disadvantages and their importance in child care. Various methods of measuring body temperature depending on the age and general condition of the child — the armpits, oral cavity, rectum and detection using modern infrared thermometers-have been considered in detail. It also provides information on compliance with hygiene rules when measuring body temperature, errors made during the measurement process, and their effect on the results. It has been argued that an increase or decrease in body temperature above normal can be an early sign of many infectious and inflammatory diseases. The article substantiates that early detection of fever in children, proper assessment of the disease and proper measurement of body temperature in timely medical care are important clinically. This information is available to medical students, young doctors and children's care.

Kalit soʻzlar: Bolalarda tana harorati, tana haroratini oʻlchash usullari, qoʻltiq osti, ogʻiz, toʻgʻri ichak, infraqizil termometr, isitma aniqlash, gigiyena qoidalari, klinik ahamiyat, tibbiy parvarish, bola sogʻligi, kasalliklarni erta aniqlash, yosh bolalarda parvarish, oʻlchash xatolari, yuqumli va yalligʻlanish kasalliklari, diagnostika usullari, amaliy qoʻllanma.

Keywords: Methods for measuring body temperature, body temperature in children, armpits, mouth, rectum, infrared thermometer, fever detection, hygiene rules, clinical significance, medical care, child health, early detection of diseases, care in young children,

measurement errors, infectious and inflammatory diseases, diagnostic methods, practical application.

Ключевые слова: Температура тела у детей, методы измерения температуры тела, подмышки, рот, прямая кишка, инфракрасный термометр, обнаружение лихорадки, правила гигиены, клиническое значение, медицинская помощь, здоровье ребенка, раннее выявление заболеваний, уход за маленькими детьми, ошибки измерения, инфекционные и воспалительные заболевания, методы диагностики, практическое руководство.

Kirish:

Bolalarda tana harorati organizm holatini baholashda muhim ko'rsatkichlardan biri hisoblanadi. Ko'pgina kasalliklar, ayniqsa yuqumli va yallig'lanish jarayonlari, avvalo tana haroratining ko'tarilishi bilan namoyon bo'ladi. Shu sababli bolalarda tana haroratini muntazam va to'g'ri o'lchash kasallikni erta aniqlash hamda o'z vaqtida davolash choralarini ko'rishda muhim ahamiyatga ega.

Bola organizmi kattalarnikiga nisbatan sezgir bo'lgani uchun tana haroratini o'lchashda usul tanlash katta ahamiyat kasb etadi. Amaliyotda qo'ltiq osti, og'iz bo'shlig'i, to'g'ri ichak va infraqizil termometrlar yordamida o'lchash usullari keng qo'llaniladi. Har bir usulning o'ziga xos afzalliklari va cheklovlari mavjud bo'lib, ularni bolaning yoshi va umumiy holatiga qarab tanlash lozim. Tana haroratini noto'g'ri o'lchash kasallik darajasini baholashda xatoliklarga olib kelishi mumkin. Shu bois ushbu mavzuni o'rganish tibbiyot talabalari uchun muhim bo'lib, amaliyot jarayonida bolalar parvarishini to'g'ri tashkil etishda asos bo'lib xizmat qiladi.

Global miqiyosdagi ahamiyati;

Bolalardagi tana haroratining pasayishi (gipotermiya) ota-onalarni jiddiy tashvishga solishi mumkin. Turli xil kasalliklarning taniqli alomati bo'lgan isitmadan farqli o'laroq, gipotermiya kamroq uchraydi va tanadagi issiqlik muvozanatining vaqtincha buzilishi va yanada jiddiy patologiyalarning belgisi bo'lishi mumkin. Bolada past haroratning sabablari

va oqibatlarini, shuningdek uni davolash usullarini tushunish chaqaloqning salomatligi va farovonligi uchun juda muhimdir.

Inson tanasida issiqlik ishlab chiqarish mexanizmi;

Inson tanasi metabolik jarayonlar, jismoniy faollik va organlar faoliyati orqali doimiy ravishda issiqlik hosil qiladi. Miya, endokrin tizim va qon tomirlari haroratni tartibga solishda asosiy rol o'ynaydi. Gipotalamusning nozik ishlashi tufayli tana harorati taxminan $36,6^{\circ}\text{C}$ darajasida saqlanadi, bu ichki va tashqi muhitdagi o'zgarishlarga javob beradi va issiqlik uzatish va issiqlik hosil bo'lish jarayonini tartibga soladi.

Gipotermiya turlari va darajalari

Gipotermiyani og'irligi darajasiga qarab tasniflash mumkin:

Engil gipotermiya: Tana harorati 32°C dan 35°C gacha. alomatlar orasida titroq, terining oqarishi va umumiy zaiflik mavjud.

O'rtacha gipotermiya: Tana harorati 28°C dan 32°C gacha. Semptomlar yanada aniqroq bo'ladi: nutqning sekinlashishi, harakatlarning muvofiqlashtirilmasligi, uyquchanlik.

Og'ir gipotermiya: Tana harorati 28°C dan past. shoshilinch tibbiy yordamni talab qiladigan jiddiy holat, chunki ongni yo'qotilishi va yurakni to'xtashi mumkin.

Bolada past haroratning sabablari

Erta tug'ilish va tug'ilganda kam vazn: Erta tug'ilgan chaqaloqlar va kam vaznli chaqaloqlar ko'pincha kam rivojlangan termoregulyatsiya tizimiga ega, bu esa past

haroratga olib kelishi mumkin.

Gipotiroidizm: Qalqonsimon bezning kam faolligi metabolik faollikni pasaytiradi va shuning uchun issiqlik ishlab chiqarishni kamayadi.

Infektsiyalar: Ba'zi virusli va bakterial infektsiyalar kasallikning o'tkir bosqichida tana haroratining pasayishiga olib kelishi mumkin.

Gipoglikemiya: Qonda glyukoza etishmasligi gipotermiyaga olib kelishi mumkin bo'lgan energiyaning pasayishiga olib keladi.

Oziqlanishyetishmasligi: Ratsionda kaloriya va ozuqa moddalarining etishmasligi metabolik faollikni kamaytirishi mumkin.

Atrof-muhit: Sovuq muhitda uzoq vaqt qolish yoki kiyimning etarli emasligi gipotermiyaga olib kelishi mumkin.

Dori-darmonlar: Ba'zi dorilar termoregulyatsiyaga ta'sir qilishi va tana haroratini pasaytirishi mumkin.

Diagnostika va davolash

Bolalarda gipotermiya tashxisi tana haroratini o'lchashdan boshlanadi. Past haroratning sabablarini aniqlash uchun quyidagi tadqiqotlar talab qilinishi mumkin:

Qon analizi: To'liq qon ro'yxati, glyukoza darajasi, qalqonsimon gormonlar va boshqa biokimyoviy ko'rsatkichlar.

Ultratovushtekshiruvlar: Ichki organlarni, ayniqsa qalqonsimon bez va yurakni tekshirish.

EKG: Yurak faoliyatini baholash.

Bolalarda gipotermiyani davolash uning sabablari va og'irligiga bog'liq. Asosiy yondashuvlarga quyidagilar kiradi:

sababni bartaraf etish: Gipotiroidizm yoki infektsiya kabi asosiy kasallikni davolash.

Isitish: Tana haroratini asta-sekin oshirish uchun issiq kiyim, adyol va isitgichlardan foydalanish.

To'g'ri ovqatlanish: Etarli kaloriya va ozuqa moddalarini ta'minlash.

Qonda shakarni nazorat qilish: Gipoglikemiya holatida qonda glyukoza miqdorini oshirish kerak.

Dori-darmonlar bilan terapiya: Ba'zi hollarda vaziyatni normallashtirish uchun dori-darmonlarni tayinlash kerak bo'lishi mumkin.

Chaqaloqlarni to'g'ri parvarish qilish;

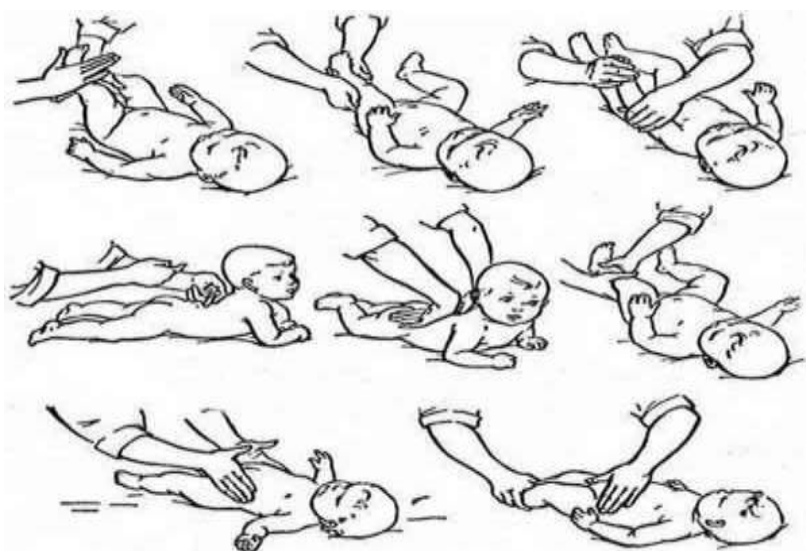
Bola parvarishi kerakli narsalar...

Tug'ruqxonada bolani parvarish qilishga oid barcha tadbirlar shifokorlar tomonidan amalga oshiriladi. Uyda hamma zarur narsalarni oldindan tayyorlab qo'yish kerak. Bola yashaydigan xona toza, imkoni boricha yorug' va quruq bo'lishi, tez-tez shamollatib turilishi, ortiqcha narsalar bo'lmasligi lozim. Bolalar karavoti, vannacha, haroratni o'lchaydigan termometr, bolalar purasi, brilliant yashili, stirillangan paxta va bind, oldindan olib qo'yilgan bo'lishi lozim. Xonani har 3 soatda 10-15 daqiqa shamollatib turish lozim.

Chaqaloqni yuvib-tarash:

Har kuni ertalab bolaning badanini sinchiklab ko'zdan kechirish, yuzi va qo'llarini qaynagan suv bilan yuvib turish zarur. Quloq chig'anoqlarini qaynagan suvga paxta ho'llab, quloq teshiklarini esa paxta pilik bilan artiladi. Teri (bo'yin, chot, tirsak, quloq chig'anoqlari orqasidagi) burmalariga steril vazelin yoki bolalar maxsus yog'i surtiladi. Burni vazelin surtilgan paxta pilik bilan tozalanadi. Qaynatilgan toza suv bilan paxtani ho'llab chaqaloq ko'zini burchagidan burun tomonga qarab har kuni artib turiladi. Boshining sochli qismida qasnoq paydo bo'lsa, vazelin surtiladi.

Go'dakni parvarish qilish chaqaloqlarniki singari, lekin bola nechi oyligiga qarab o'ziga xos bo'ladi. Bu davrda badan tarbiya va chiniqtirish muhim ahamiyatga ega, chunki chiniqqan bola turli kasalliklarga kamroq chalinadi. Shuningdek, ochiq havoda sayr qilish, havo vannalari, suv muolajalari, massaj va gimnastika bolaning har tomonlama yetuk va sog'lom o'sishiga yordam beradi.



Go`dakni 3-6 oylikidan boshlab oyoq qo`llarini yengil harakat qildirib boorish, buni turli tuman o`yinchoqlar bilan amalga oshirish maqsadga muvofiq.

Kuniga bir necha bor qorni bilan yotqizish mumkin.

Bola 6-10 oylikida asosiy e`tiborni emaklashga qaratish, nutqi shakllanishi uchun iloji boricha u bilan ko`proq gaplashish, qo`llari bilan har xil aylanma harakatlar qildirish lozim, buning uchun rang-barang o`yinchoqlardan foydalanishni tavsiya qilaman. 10-14 oylikida bola o`zi turadi, yuradi, gapni tushuna boshlaydi.

Shu sababli, oyoqlarini ko`tarish, qo`llarini ushlab o`tirib-turish, gavdani oldiga egish va rostlash kabi mashqlar kiritiladi. Mashg`ulotlar ko`p jihatdan bolaning gapga tushinishiga, harakat ko`nikmalarini orttirishga yordam beradi. Shunday qilingan bola faol va mustaqil rivojlanadi.

Xulosa;

Xulosa qilib aytganda, bolalarda tana haroratini to`g`ri o`lchash va unga mos ravishda parvarish tadbirlarini olib borish pediatriya amaliyotida muhim ahamiyatga ega hisoblanadi. Tana harorati bolaning umumiy holatini baholashda asosiy ko`rsatkichlardan biri bo`lib, uning me`yorida oshishi yoki pasayishi ko`plab yuqumli, yallig`lanish hamda metabolik kasalliklarning dastlabki belgisi sifatida namoyon bo`lishi mumkin. Shu sababli haroratni o`lchash jarayonida bolaning yoshi, umumiy holati va qo`llanilayotgan usulning xususiyatlarini inobatga olish zarur.

Maqolada keltirilgan ma'lumotlardan ko'rinib turibdiki, qo'ltiq osti, og'iz bo'shlig'i, to'g'ri ichak va infraqizil termometrlar yordamida o'lchash usullarining har biri o'ziga xos afzallik va kamchiliklarga ega. Ushbu usullarni noto'g'ri tanlash yoki gigiyena qoidalariga amal qilmaslik o'lchash natijalarining noto'g'ri chiqishiga olib kelishi, bu esa kasallikni baholashda xatolarga sabab bo'lishi mumkin. Shuning uchun ham tana haroratini o'lchash texnikasini puxta bilish tibbiyot xodimlari va talabalar uchun muhim amaliy ko'nikma hisoblanadi.

Shuningdek, bolalarda nafaqat isitma, balki tana haroratining pasayishi — gipotermiya holatlari ham e'tibordan chetda qolmasligi lozim. Ayniqsa, erta tug'ilgan, kam vaznli yoki turli endokrin va infeksiyon kasalliklarga chalingan bolalarda bu holat ko'proq uchrashi mumkin. Gipotermiyani erta aniqlash va uning sabablarini to'g'ri baholash bolaning hayoti va sog'lig'ini saqlab qolishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Bundan tashqari, chaqaloq va go'daklarni to'g'ri parvarish qilish, ularning gigiyenasiga rioya etish, xona haroratini me'yorida saqlash, ovqatlanishini to'g'ri tashkil etish va chiniqtirish tadbirlarini olib borish tana haroratining barqaror bo'lishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Parvarish jarayonida ota-onalar va tibbiyot xodimlarining hamkorligi bolada kasalliklarning oldini olishda muhim rol o'ynaydi.

Umuman olganda, bolalarda tana haroratini to'g'ri o'lchash va to'g'ri parvarish qilish kasalliklarni erta aniqlash, asoratlarning oldini olish hamda o'z vaqtida tibbiy yordam ko'rsatish imkonini beradi. Ushbu maqolada bayon etilgan bilim va tavsiyalar tibbiyot talabalari, yosh mutaxassislar hamda ota-onalar uchun amaliy ahamiyatga ega bo'lib, bolalar sog'lig'ini muhofaza qilishda muhim manba bo'lib xizmat qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Nelson W.E., Kliegman R.M., St. Geme J.W. **Nelson Textbook of Pediatrics**. 21-nashr. Philadelphia: Elsevier, 2020.
2. Behrman R.E., Vaughan V.C. **Pediatrics**. 19-nashr. Philadelphia: Saunders, 2019.

3. Haydarov M.X., Abduraxmonov A.A. **Pediatrica fanidan amaliy qo'llanma.** Toshkent: Abu Ali ibn Sino nomidagi nashriyot, 2018.
4. Shamsiyev A.M. **Bolalar kasalliklari.** Toshkent: Yangi asr avlodi, 2017.
5. World Health Organization (WHO). **Care of the Newborn and Child Health Guidelines.** Geneva, 2021.
6. American Academy of Pediatrics. **Fever and Temperature Measurement in Children.** Clinical Report, 2020.
7. Muminov O.M., Ismoilova D.R. **Bolalarni parvarish qilish asoslari.** Toshkent: Tib-kitob, 2016.
8. Bickley L.S. **Bates' Guide to Physical Examination and History Taking.** 13-nashr. Wolters Kluwer, 2020.
9. UpToDate elektron ma'lumotlar bazasi. **Evaluation of fever and hypothermia in children.** (foydalanilgan sana).
10. Qo'qon universiteti klinik fanlar kafedrası ma'ruza materiallari va uslubiy qo'llanmalari.