

MAVZU: CHILLA DAVRI:”CHAQALOQ PARVARISHI VA ONA SUTINING AHAMIYATI”

Mirzakarimova Surayyoxon Abduqodirjonovna

Asaka Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi

Akusherlik fani o'qituvchisi

Chilla davri — tugʻruqdan (yoʻldosh tushgandan boshlab) keyingi 6 — 8 haftagacha boʻlgan davr. Tugʻruqdan keyingi birinchi soatlar (1 sutkagacha) esa ilk chilla davri hisoblanadi. Bu muddatda koʻp qon ketish holatlari kuzatiladi, shu sababli alohida eʼtibor va kuzatuv talab etiladi. Xalq tabobatida Chilla davri 40 kun hisoblanib, shundan 20 kuni kichik chilla, 20 kuni katta chilla deyiladi.



Chilla davrining 2—3kuni sut bezlarining sut (tugʻruqning 15—18kunigacha ogʻiz suti, keyin odatdagi sut) ajrala boshlaydi (qarang Laktatsiya). Normal oʻtayotgan Chilla davrida chillali ayolning umumiy ahvoli yaxshi: pulsi tekis, toʻla, baʼzan siyrak (fiziologik bradikardiya), arterial bosimi va gavda temperaturasi normal yoki shunga yaqin (goho yangi boʻshangan ayol temperaturasi bir oz koʻtarilishi ham mumkin) boʻladi. Chilla davrida tashqi jinsiy aʼzolar va sut bezlarini har kuni tozalab turish, aseptika, antiseptika qoidalariga qatʼiy rioya qilish zarur. Chunki ayol jinsiy yoʻllaridagi tugʻruq jarohatlari, koʻkrak soʻrgʻichidagi yoriqlar orqali organizmga infeksiya kirishi va chilladagi septik kasalliklar rivojlanishi mumkin.

Chilla davrida sogʻlom ayollarga tugʻruqning 2kunidanoq organizmni baquvvatlash, bachadon qisqarishini tezlashtirish maqsadida maxsus gimnastika mashgʻulotlari kompleksi belgilanadi. Chilla davrining 1—2kuni sogʻlom ayolga yengil hazm boʻladigan ovqatlar (sut, manniy boʻtqasi, qaymoq, qandli choy, kofe), 3kundan boshlab odatdagi kaloriyali servitamin ovqatlar tavsiya qilinadi. Chilla

davrda ayol achchiq, sho‘r, o‘tkir dorivorli va badhazm taomlar iste‘mol qilmasligi, spirtli ichimlik ichmasligi kerak.



Normal kechayotgan chilla davrining 4—5 kuni tuqqan ayol tug‘ruqxonadan chiqariladi. Gavda temperaturasi yuqori, shamollagan, yiringli teri kasalligi va boshqa infeksiyon kasalligi bor ayollar tug‘ruqxonaning maxsus bo‘limiga yotqiziladi.

Chaqaloq parvarishida nimalarga e‘tibor qaratish kerak?

Kindik tushishi

Kindik qoldig‘i odatda tug‘ruqdan so‘ng 4-5 kun ichida tushib, ba‘zi vaqtlarda 8-10 kunlarga ham cho‘zilishi mumkin. Agar kindik sohasida namlik bo‘lsa, 70 foizli spirt eritmasi tomizilib, sterillangan bint yordamida artiladi. Ayrim vaqtlarda chaqaloqning muntazam bezovta bo‘lib, yig‘lashi sababli ham kindikda shish kuzatiladi. Bordiyu chaqaloqning kindigi qoldig‘i 15 kun ichida ham ko‘chib tushmasa yoki soha atrofida qizarish, yallig‘lanishga o‘xshash belgilar kuzatilsa, darhol shifokorga murojaat eting.



Liqildoq

Yangi tugʻilgan chaqaloqning bosh aylanasi meʼyorda 34-36 santimetrni tashkil etib, hayotining ikkinchi oyida 36-37 santimetratrofida boʻladi. Bir yoshga qadar esa bu koʻrsatkich 46 santimetrga yetadi. Liqildoq chaqaloq boshining tepa qismidagi qotmagan soha, miya ustidagi qalin himoya qavati boʻlib, meʼyoriy holatda chillali chaqaloqlar uchun 26-28 mm, ikkinchi oydan boshlab 22-25 mmatrofida boʻlib, bir yoshgacha 8-10 mm.gacha kichrayib boradi. Bola boshidagi liqildoq taranglashib, shishgan boʻlsa va u bezovtalansa, bosh miya bosimining oshgani taxmin qilinadi. Bu holatda albatta shifokor bilan maslahatlashish zarur.

Tana vaznining oʻzgarishi

Yangi tugʻilgan chaqaloq hayotining birinchi 4 kuni davomida 10% (200-300 gr atrofida) vazn yoʻqotishi normal holat hisoblanib, organizmning moslashuv jarayoni hisobiga amalga oshadi. Bola hayotining 6-8-kunlariga kelib, tana vaznini asta-sekin tiklab boradi.

Emizish vaqti

Emizish – bolaga ona sutini berish jarayoni. Koʻkrak suti bilan boqish toʻgridan toʻgʻri koʻkrakni bolaning ogʻziga tutish orqali yoki mahsus sut sogʻuvchi pompalar orqali koʻkrakdan ajratib olinib keyin chaqaloqqa berilishi mumkin. Jahon sogʻliqni saqlash tashkiloti (JSST) emizishni chaqaloq dunyoga kelgan dastlabki soatidanoq boshlashni tavsiya etadi. Bunda chaqaloq oʻzi hohlagan vaqtida va hohlaganicha emizilishi kerak. Sogʻliqni saqlash tashkilotlari, shu jumladan JSST, chaqaloq hayotining dastlabki 6 oyida faqatgina ona suti bilan boqishni tavsiya etadi .

Bu davr davomida bolaga ona sutiga qo‘shib faqat D vitamin berilishi mumkin boshqa qo‘shimcha ozuqa vostilari berish tavsiya etilamydi JSST 6 oylikdan boshlab oson hazmlanuvchi qo‘shimcha nutrientlar berishni boshlash haqida ko‘rsatmalar beradi, lekin bola 2 yoshga to‘lgunicha bo‘lgan vaqtda ona sutidan to‘liq ajratilmaydi balki unga qo‘shimcha ravishda turli bo‘tqalarga moslashtirib boriladi, agar bolaga 6 oylikdan boshlab birdaniga turli xil qo‘shimcha ozuqa moddlar berilsa bu rivojlanayotgan bolaning sog‘ligiga salbiy ta’sir etadi. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, har yili tug‘ilgan 135 million chaqaloqlarning atigi 42 foizi hayotning birinchi soatida ko‘krak suti bilan oziqlanadi, onalarning atigi 38 foizigina birinchi olti oyda farzandini faqat ko‘krak suti bilan boqishadi va 58 foiz onalar ikki yoshga to‘lgunga qadar emizishni davom ettiradilar, albatta bu ko‘rsatkichlar juda ham past hisoblanadi. Ko‘krak suti bilan boqish onaga ham, chaqaloqqa ham bir qator foydali bo‘lib, chaqaloqlarga suniy sutdan ko‘ra ona sutining foydasi ko‘proq. Aholi daromadi kam va o‘rta daromadli mamlakatlarda ko‘krak sutini emizishni oshirish orqali har yili besh yoshgacha bo‘lgan bolalar o‘lim miqdorini taxminan 820 000 taga kamaytirish mumkin. Rivojlanayotgan va rivojlangan mamlakatlarda ko‘krak suti bilan boqish ko‘rsatkichining yuqoriligi sababli nafas yo‘llari infeksiyalari, quloq infeksiyalari, chaqaloqlarning kutilmagan o‘limi va chaqaloqlar orasidagi diareya xavfini kamaytiradi. Bundan tashqari astma, oziq-ovqat allergiyasi va qandli diabet xavfini kamaytirish uchun ham aynan chaqaloqlarni to‘liq ona suti bilan boqish kerak. Emizish, shuningdek, kognitiv rivojlanishni yaxshilashi va kattalarda orasida ommalashib borayotgan semirishni kamaytirishi ilmiy isbotlangan.

Shifokorlar bolani har 1-1,5 soat oralig‘ida emizishni tavsiya etishadi. Bu vaqt oralig‘ining ona suti sifatiga ham ta’siri bo‘lib, bola uchun kerakli ozuqa to‘planadi. Emizishdan avval ko‘krak so‘rg‘ichlarini tozalab, so‘ngra bola og‘zig‘a tutqazish kerak. Agar emizgandan keyin go‘dak ko‘krakni qo‘yib yuborishni xohlamasa, tortib olmang. Burnini biroz qissangiz, og‘zini ochadi. Ona suti sifatli bo‘lishi uchun ayol taomnomasida foydali vitaminlarga boy mahsulotlar bo‘lishi kerak. Emizishning ona uchun foydali tomonlari: tugu‘ruqdan keyingi qon yo‘qotishni kamaytiradi, bachadon *tonusini* oshiradi, tug‘ruqdan keyingi depressiyani oldini oladi. Ko‘krak suti bilan boqish qayta hayz ko‘rishni kechiktiradi bu esa kutilmagan homiladorlikdan onani himoya qiladi bu jarayon laktatsiya amenoreya deb nomlanadi Onaning o‘z chaqalog‘ini emizishi juda ham kuchli sog‘lomlashtiruvchi ta’sirga ega bo‘lib ko‘krak saratoni havfini kamaytiradi, yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet, metabolik sindrom va revmatoid artrit bilan kasallanish havfini kamaytirishi isbotlangan Ko‘krak suti bilan boqish iqtisodiy tomondan ham anchagina arzonroq

Emizish o‘rtacha 30-45 daqiqa davom etadi, asta sekinlik bilan chaqaloq so‘rish-yutish-nafas olish aktini o‘rganib boradi. Lekin bolaning emish ko‘nikmalari shakllanishi hamda onaning sut yo‘llari kengroq ochilishi hisobiga emizish davomiyligi qisarib boradi ya’ni endi bola 30-45 daqiqa emas balki kamroq vaqt ichida o‘ziga kerakli bo‘lgan sut miqdorini sut bezlaridan ajratib oladi. Shu sababli ham bola 6 oylik bo‘lganida 10-15 daqiqa emadi holos. To‘g‘ridan-to‘g‘ri ko‘krak suti bilan boqishning iloji bo‘lmaganda, ko‘krakni bo‘shatish uchun sut turli maxsus pompalar orali so‘rib olinadi, bu esa sutning ko‘krak ichida achib qolishini hamda ko‘krak infeksiyasidan himoyalani uchun zarur. Bu usul ko‘krakni sut bilan to‘lib ketishi yoki umuman sut ishlab chiqarish funksiyasini normal holatda saqlab turish uchun muhim va zarurat bo‘lganda bola yana ko‘krak sutiga qaytarilishi mumkin. Bazi holatlarda bola ona sutidan ajratilishi kerak bo‘ladi, masalan tinchlantiruvchi dori qabul qilayotgan onalar emizishi mumkin emas, lekin hozirda ko‘pgina dori vositalari ichish vaqtida emizishga qarshi ko‘rsatmalar mavjud emas. So‘ngi izlanishlar shuni ko‘rsatadiki, COVID-19 infeksiyasi ona suti orqali yuqishi mumkin emas. Tamaki chekish va cheklangan miqdordagi spirtli ichimliklar, qahva iste‘mol qilish emizishga salbiy tasir ko‘rsatmaydi



Qachon cho‘miltiriladi?

Chaqaloq kindigi hali tushmagan bo‘lsa, cho‘miltirishni biroz keyinga qoldirish darkor. Bu holatda chaqaloqning badanini iliq suvga shimdirilgan nam paxta bilan tozalash kifoya. Kindigi to‘liq tushgach esa 37-37,5 darajali iliq suvda cho‘miltirish mumkin. Bola terisida turli toshmalar toshishining oldini olish uchun suvga moychechak damlamasidan ozroq qo‘shish tavsiya etiladi. Sovuq kunlarda chaqaloqni 2-3 kunda bir marta 8-10 daqiqa davomida cho‘miltiriladi. Suvli muolajalardan so‘ng terisiga turli yog‘lar surtmang. Chunki tayyor yog‘lar teriga turlicha ta‘sir etishi mumkin.

Uyqu vaqti

Chillali chaqaloq bir kunda 4-5 martagacha uxlashi mumkin. Bu uyqu vaqtlari avvaliga uzoqroq davom etib, so'ng asta-sekin kamayib boradi. Bolaning tungi uyquosi osuda o'tishi uchun uni kechga yaqin cho'miltirish tavsiya etiladi. Bordiyu go'dak uyqusida tartibsizlik yuzaga kelsa, kun boshidan emizish va uxlatish tartibini nazorat qiling.

Qayt qilishi nimadan?

Bola emib bo'lgach, uni chayqatish, qorni bilan yotqizish mumkin emas. Tik ko'targan holda biroz ushlab turing. Agar emizishdan so'ng ozroq qayt qilsa, bu xavfli emas. Bola oshqozoniga ortiqcha bo'lganini shu tariqa chiqarib tashlaydi. Chaqaloqlarda hazm qilish faoliyati hali yaxshi rivojlanmagani bois emib bo'lgach, qayt qilishi mumkin. Biroq tez-tez va emizish vaqtidan tashqari ham qayt qilsa, shifokorga ko'rsating.

Chilla davrida chaqaloqqa qanday kasalliklar xavf solishi mumkin?

Ichak muammolari

Og'iz suti bilan oziqlanayotgan chaqaloqlarda birinchi uch kun davomida ich kelishi suyuqroq bo'lib, rangi to'q yashil yoki qoramtir bo'ladi. 4-5-kunlarga kelib esa sariq, bo'tqasimon tus oladi. Bolaning ovqatlanagan zahoti ichi ketishi yoki qotishiga organizmdagi moslashuv jarayonlarining belgisi sifatida qaraladi. Biroq kun davomida 6-7 martagacha suyuq ich ketishi yoki bir necha kunlab qorin bo'shanmasligi shifokorga murojaat etish uchun yetarli asosdir. Shifokorlar bolada qorin damlanmasligi va ich qotish kabi belgilar bo'lmasligi uchun avvalo ona to'g'ri ovqatlanishi lozimligini ta'kidlashadi. Bola organizmi tashqi muhitga moslashib olguniga qadar taomnomangizdan ich qotiruvchi mahsulotlarni olib turganingiz ma'qul.

Teri toshmalari

Birinchi va ikkinchi kunlari chaqaloq terisi qizarishii, 3-5-kunga kelib esa teri yuzasi ko'chishi mumkin. Bu normal holat. Ammo yuz terisida tez-tez takrorlanuvchi turli xarakterdagi toshmalar ona iste'mol qilayotgan mahsulotlar tarkibi yoki bola terisining moslashuv holatiga bog'liq. Bola terisida turli toshmalar yuzaga kelishining oldini olish uchun ham emizikli ayollarga parhezga rioya qilish tayinlanadi.

Burun bitishi

Chaqaloq hayotining ilk kunlarida tashqi muhitga endigina moslashayotgani hisobiga burun bitishi kuzatilishi mumkin. Bunday vaqtlarda paxtali cho'pcha yordamida burun teshiklarini ohista tozalang. Har bir burun teshigi uchun alohida cho'pcha ishlatish kerakligini unutmang. Burun bitishi 2-3 kunda ham o'tib ketmasa, bolalar shifokori bilan maslahatlashib, kerakli tomchi dorilardan foydalanishingiz mumkin.

Og'iz oqarishi

Ichak bilan bog‘liq muammolari bor go‘daklarda ko‘pincha og‘iz oqarishi kuzatilib, bu jarayon og‘iz bo‘shlig‘ining moslashuv holati bilan izohlanadi. Ammo ayrim vaqtlarda bunga og‘iz bo‘shlig‘i shilliq qavatiga infeksiya tushishi ham sabab bo‘ladi. Chaqalog‘ingizning og‘zi oqarganini sezsangiz, qaynatib ilitilgan suvga sterillangan bintni namlab, og‘iz bo‘shlig‘ini asta arting. Oqarish tez-tez takrorlanib, bolada bezovtalik, ishtaha pasayishi bilan kechsa, albatta shifokorga ko‘rining.

Foydalangan adabiyotlar

1. M.A Fozilbekova.X.S.Zaynutdinova.Akusherlik va ginekologiyada hamshiralik ishi.Toshkent-2007 y”O‘qituvchi”
2. M.F.Ziyayeva.”Ginekologiya”Toshkent-2007y “O‘qituvchi”
3. YA.N.Allayopov.”Onalikda hamshiralik parvarishi”Toshkent-2012”Voris nashriyot”
4. L.N.Yarashova.”Ayollarda parvarish xususiyati”Toshkent-2014y “Ilm ziyo”
5. YA.N.Allayopov.”Onalikda hamshiralik parvarishi”Toshkent-2017 ”Voris nashriyot”
6. YA.N.Allayopov.”Akusherlik va ginekologiya” Toshkent-2017 ”O‘zbekiston milliy ensiklopediyasi”Toshkent-2017y.

Internet saytlar ro‘yhati.

- 1.Ziyonet.uz.
- 2.Med.uz.
- 3.Minzdrav. uz.
- 4.Tma.uz.
- 5.Tashmi.uz.