



НАССР ХАЛҚАРО ТИЗИМИГА АМАЛ ҚИЛГАН ҲОЛДА МАКТАБ ЎҚУВЧИЛАРИ ОРАСИДА ТЕМИР ТАНҚИСЛИК КАСАЛЛИГИНИНГ КЕЛИБ ЧИҚИШ САБАБЛАРИНИ АНИҚЛАШ

Бойсариев Бекзод жўра ўғли
Рахмонов Саъдулло Ғайбулло ўғли
Абдимуминова Лайло Абдимуминовна
Гигиена кафедраси клиник ординаторлари

Очилов Сардор Абдуганиевич
Тиббий профилактика йўналиши 4-курс талабаси

Илмий раҳбар: Файзибоев Пирмамат
Нормамаатович
Самарқанд давлат тиббиёт университети
Гигиена кафедраси мудури т.ф.д. доцент

Аннотация: Симптомы дефицита железа у детей различны, точнее это развитие железодефицитной анемии, головные боли и головокружение, снижение концентрации внимания и памяти, замедление умственного и физического развития, чрезвычайно высокий уровень возбудимости и плохая когнитивная активность. Эти симптомы приводят к отставанию в психомоторном развитии, увеличению общей заболеваемости и более высокому риску развития злокачественной опухоли. Согласно данным, собранные за последние годы, около 1,7 миллиарда человек страдают от анемии.

Ключевые слова: железодефицитной анемии, дети школьного возраста, потребление, рацион, гигиеническая оценка.

Abstract: The symptoms of iron deficiency in children are different, precisely, the development of iron deficiency anemia, headaches, dizziness, decreased concentration and memory, slowing mental and physical development, extremely high levels of excitability, and poor cognitive activity. These symptoms lead to a lag in psychomotor development, an increase in overall morbidity, and a higher risk of developing a malignant tumor. According to data collected in recent years, about 1.7 billion people suffer from anemia.

Keywords: iron deficiency anemia, school-age children, consumption, diet, hygienic assessment.

Мавзунинг долзарблиги: Ҳозирги янги ривожланиш даврида турли ёш ва гуруҳдаги аҳоли учун зарур бўлган саломатлик ҳолатини яхшилаш, улар орасида озик овқатлар билан боғлиқ касалликларнинг олдини олиш, нутриентив статусининг бузилиши натижасидаги юзага келадиган касалликлардан ҳисобланмиш инсон организмида темир етишмаслик ҳолати, ошқозон ичак тизими касалликлар, семириш, қандли диабет каби касалликларнинг асосида мижозларнинг микронутриентив статусининг бузилишга боғлиқлиги ётади. ЖССТ маълумотларига кўра, темир танқислиги камқонлигидан (ТТК) дунё аҳолисининг 28-32% дан ортиғи азият чекади, уларнинг аксарияти болалар ва аёллар ҳисобланади. Аҳолининг камқонлик



касаллигига чалиниши кўп жиҳатдан уларнинг яшаш тарзига, овқатланиши, тиббий ёрдамнинг қай даражада сифатлилигига ва мавжудлигига боғлиқдир. ЖССТ маълумотларига кўра, ер юзидида 3,7 млрд. инсонлар латент темир танқислиги ва 1,7 млрд инсонлар эса темир танқислик камқонлигидан азият чекади. Сўнгги йилларда тўпланган маълумотлардан фойдаланиб айтадиган бўлсак, тахминан 1,7 миллиардга яқин инсонлар камқонлик касаллигидан азият чекиб келмоқда. У дунёнинг барча мамлакатларида учрайди, лекин, унинг тарқалиши ижтимоий-иқтисодий шароит, аҳоли даромадлари, овқатланиш тартиби каби омилларга боғлиқ. Чақалоқлар ва эрта ёшдаги болалар, ўсмирлар, туғиш ёшидаги аёллар, ҳомиладорлар ва эмизикли аёллар темир танқислик камқонлиги ривожланишининг юқори даражадаги хавфига эга гуруҳлар ҳисобланади. Мактаб ёшидаги ўқувчиларнинг овқатланиш, макро ва микронуртиентив статусини баҳолаш ва унинг оқибатида юзага келадиган касалликларни олдини олиш профилактик тиббиёт соҳасининг долзарб муаммолардан бири ҳисобланади.

Жаҳонда НАССР халқаро тизими талаблари асосида темир танқислик камқонлиги бўлган ўқувчиларни соғлом овқатланиш ва маҳаллий ўсимлик маҳсулотлари билан даволаш самарадорлигини оптималлаштириш борасида қатор илмий изланишлар олиб борилмоқда.

Мамлакатимизда НАССР халқаро тизимини тўғри йўлга қўйган ҳолда тиббиёт соҳасини ривожлантириш тиббий тизимни жаҳон андозалари талабларига мослаштириш, жумладан, овқатланиш билан боғлиқ касалликлар натижасида юзага келадиган овқатланиш статусини бузилишини ташхислаш, даволаш ва келиб чиқадиган касаллик асоратларини олдини олишга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Ушбу вазифалардан келиб чиққан ҳолда, НАССР халқаро тизими талаблари асосида аҳолини сифатли озиқ-овқат маҳсулотлари билан таъминлаш ва соғлом овқатланиш мезонларига риоя қилиш, темир танқислик камқонлиги бўлган ўқувчиларни маҳаллий озиқ овқат ва сабзавот ва полиз маҳсулотлари билан даволаш самарадорлигини оптималлаштириш долзарб вазифалардан бири бўлиб ҳисобланади.

Мақсад: Мактаб ёшидаги болалар орасида темир танқислик камқонлик касаллигини озиқ овқат, мевалар ва ўсимлик маҳсулотлари истемолини НАССР халқаро тизимини қўллаган ҳолда улар ёрдамида даволашни тўғри йўлга қўйиш, уни такомиллаштириш ва темир танқислик камқонлик касаллигини олдини олишга қаратилган мажмуавий гигиеник чора-тадбирлар ишлаб чиқиш.



Тадқиқотнинг объекти сифатида йилнинг турли фаслларида уй шароитида кунлик истеъмол қилаётган овқатланиш тартибини гигиеник баҳолаш учун Самарқанд вилоятининг қишлоқ шароитида истиқомат қилаётган 12 чи мактаб ўқувчилари танлаб олинган.

Тадқиқот натижалари:

Мактаб ўқувчиларнинг саломатлик ҳолати, уларнинг жисмоний ривожланиши, касалланиш ҳолатини ўрганиш учун НАССР халқаро тизимига амал қилган ҳолда барча тиббий кўрикдан ўтказилган ўқувчилар назоратга олинди. Олиб борилган тадқиқот натижалари шуни кўрсатадики, мактаб ўқувчиларнинг овқатланиш жараёни давомида турлича ўзгаришларнинг борлиги кўзга ташланиб, буларга: ўқувчиларнинг аксарият қисми кун давомида турлича, яъни тартибсиз овқатланиши сабаб бўлган.

Назорат остига олинган ўқувчиларнинг 22-26% эрталаб нонушта қилмаслиги, 30-38% ўқувчилар эрталабки нонуштада фақат ширин чой, сариёғли нон, ёки сарёғли маргарин, оддий қандолат муҳсулотларини истеъмол қилиши аниқланди.

Мактаб ўқувчиларнинг 23-26% эрталабки нонушта давомида сутли бўтқалар, ширин чой, сариёғли нон, ёки сарёғли маргарин истеъмол қилиши аниқланган бўлса, 14-20% ўқувчилар эса кечкурун уйда тайёрланган овқат билан ширин чой ва нон истеъмол қилишлари аниқланди.

Эрталабки нонушта асосан сут маҳсулотларидан сутли, сут бўтқалар, қаймоқ, творог, пишлоқ миқдори кам миқдорда киритилиши, ушбу маҳсулотлар орқали ривожланадиган касалликларга сабаб бўлади.

Ўқувчиларнинг эрталабки нонуштаси гигиеник талабларга мос келмайди, буларнинг барчаси ўқувчиларнинг кун давомидаги ишлаш қобилиятига ва белгиланган фанларни ўзлаштиришга салбий таъсир кўрсатишига сабаб бўлган.

Мактаб ўқувчиларнинг 75-80% мактабда иккинчи нонушта қилишади ва унинг таркиби кўйидагилардан иборат бўлиб, биттадан мактаб булочкаси ёки турли хил булочкалардан иборат бўлса, айрим кунларда таркибида творогли, мурабболи, магизли ёки ёнғоқли булочкалар билан биргаликда қовоқли, картошкали ва гўштли сомсалар танаввул қилишади.

Иккинчи нонуштада Coca-cola, Fanta, чой, турли хил газланган ичимликлардан истеъмол қилиши аниқланди. Бундай тартибидаги нонушта ёки иккинчи нонушта умуман гигиеник талабларга жавоб бермайди.



Мактаб ўқувчилари тушлик давомида тез тайёр бўлувчи Fast Food маҳсулотларини истеъмол қилишади ва у ҳам гигиеник талабларга мос келмайди. Мактаб ўқувчилари иккинчи сменада ўқишса, тушликни уйда қилишади ва мактабда эса толма чой, мактаб булочкаси ёки Coca-Cola, Fanta, турли газланган ичимликлар истеъмол қилишади, биринчи сменда ўқийдиган ўқувчилар ҳам тушликни вақтидан ўтган тартибда уйда амалга оширишади.

Таъкидлаш жоизки, ўқувчиларнинг уй шароитида тасдиқланган овқатланиш тартибининг меъёр талабларига жавоб бермаслиги, гигиеник талабларга мос келмаслиги, уларнинг нафақат овқатланишининг хужайравий тузилмаларига таъсири, балки функционал ҳолатига таянч-ҳаракат тизимида тишларнинг шаклланиши, темир ва йод танқислик ҳолатининг шаклланиши ва ривожланишига кераклича шароит яратиб беришига этибор қаратиш мақсадга мувофиқ бўларди.

Хулоса қилиб шуни айтишимиз мумкинки, МТТ ёшидаги болалар, мактаб ўқувчилари, кейинчалик аҳолининг тули қатламлари орасида қайт қилинган камқонлик касаллигини олдини олишда мактаб ўқувчиларнинг уй шароитида ва мактабдаги овқатланиш омилларига эҳтиёжини тўлиқ қондириш, шунингдек, кун давомида уларнинг озиқ-овқат маҳсулотларининг кераклича жамламаси билан таъминлаш керак.

Мамлакатимизда тиббиёт соҳасини ривожлантириш тиббий тизимни жаҳон андозалари талабларига мослаштириш, жумладан, овқатланиш билан боғлиқ касалликлар натижасида юзага келадиган овқатланиш статусини бузилишини ташхислаш, даволаш ва асоратларини олдини олишга алоҳида эътибор қаратиш.

Фойдаланилган адабиётлар:

1. Файзибоев Пирмамат Нормаматович, Ибрагимова Файруза Собировна, Махмараймов Фузаил Ильхомович, Абдурахмонова Шахноза Сокиевич, & Файзибоев Бекзод Пирмаматович. (2024). ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА КРИТЕРИЕВ БЕЗОПАСНОСТИ И ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ ПЛОДООВОЩНОЙ ПРОДУКЦИИ. INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY, 2(1), 71–76.
2. Файзибоев П. Н. ИНСОН ОВҚАТЛАНИШИДА ҚАНДОЛАТ МАҲСУЛОТЛАРИНИНГ АҲАМИЯТИ //GOLDEN BRAIN. – 2023. – Т. 1. – №. 6. – С. 47-51.
3. Файзибоев П. Н. и др. АҲОЛИНИНГ ТЎҒРИ ОВҚАТЛАНИШИДА МАҲСУЛОТЛАРИНИНГ БИОЛОГИК ҚИЙМАТИНИНГ ТУТГАН ЎРНИ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 7. – С. 215-220.



4. Файзибоев П. Н. и др. ОЗИҚ-ОВҚАТМАҲСУЛОТЛАРИДАН БАКТЕРИАЛ ЗАҲАРЛАНИШНИ ОЛДИНИ ОЛИШДА НАССР ХАЛҚАРО ТИЗИМИНИ ТУТГАН ЎРНИ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 7. – С. 226-229.
5. Файзибоев П. Н. и др. САБЗАВОТ, ПОЛИЗ МАҲСУЛОТЛАРИНИ ЕТИШТИРИШ ЖАРАЁНЛАРИНИ ГИГИЕНИК БАҲОЛАШ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 7. – С. 221-225.
6. Файзибоев П. Н. и др. ЎЗБЕКИСТОН ШАРОИТИДА ЭХИНОКОККОЗ КАСАЛЛИГИ БИЛАН КАСАЛЛАНИШНИНГ ЭПИДЕМИОЛОГИК ТАҲЛИЛИ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 7. – С. 230-233.
7. Файзибоев П. Н. ЎЗБЕКИСТОН АҲОЛИСИНИНГ МИЛЛИЙ ҚАНДОЛАТ МАҲСУЛОТЛАРИ БИЛАН ОЗИҚЛАНИШИДА “НОВВОТ” НИНГ ТУТГАН ЎРИН //Журнал гуманитарных и естественных наук. – 2023. – №. 3 [2]. – С. 167-170.
8. Файзибоев П. Н. и др. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ИЗ НАЦИОНАЛЬНЫХ КОНДИТЕРСКИХ ИЗДЕЛИЙ НАВВАТА //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 6. – С. 149-153.
9. Файзибоев П. Н. ҚАНДОЛАТ МАҲСУЛОТЛАРИНИНГ ЗАМОНАВИЙ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДА ИШЛАБ ЧИҚАРИШНИ ТАШКИЛЛАШТИРИШ //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 3. – С. 290-295.
10. Файзибоев П. Н. и др. ЗНАЧЕНИЕ КОНДИТЕРСКОЙ ПРОДУКЦИИ В ПИТАНИИ ЧЕЛОВЕКА //INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY. – 2023. – Т. 1. – №. 3. – С. 282-289.
11. Файзибоев П. Н., Ахорова М. Ш. TISH KARIESI BILAN KASALLANGAN VA SOG 'LOM BOLALARNING OVQATLANISHINI VANOLASH //ЖУРНАЛ СТОМАТОЛОГИИ И КРАНИОФАЦИАЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ.– 2023–Т. 4. – №.1.
12. Normamatovich F. P. PRODUCTION TECHNOLOGY OF NATIONAL CONFECTIONERY" NOVVOT" //Academia Science Repository. – 2023. – Т. 4. – №. 04. – С. 794-798.
13. Faiziboev Pirmamat Normamatovich, & Ochilov Sardor Abduganievich. (2023). METHOD OF PREPARING NOVVOT FROM NATIONAL CONFECTIONERY PRODUCTS IN UZBEKISTAN. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER'S THEORY*, 1(6), 160–164. Retrieved from <https://uzresearchers.com/index.php/ijrs/article/view/830>



14. Fayziboev Pirmamat Normamatovich. (2023). PRODUCTION TECHNOLOGY OF NATIONAL CONFECTIONERY "NOVVOT". *Academia Science Repository*, 4(04), 794–798. Retrieved from <https://academiascience.com/index.php/repo/article/view/131>
15. Soatov , M. M. o‘g‘li, & Elmurodova , L. X. qizi. (2023). SUVNI KOAGULYATSIYA QILISHNING GIGIYENIK AHAMIYATI. *GOLDEN BRAIN*, 1(30), 67–71. Retrieved from <https://researchedu.org/index.php/goldenbrain/article/view/5194>
16. Soatov , M. M. o‘g‘li. (2023). BOLALAR VA O‘SMIRLARDA TEMIR TANQISLIGI ANEMIYASI. *GOLDEN BRAIN*, 1(10), 139–145. Retrieved from <https://researchedu.org/index.php/goldenbrain/article/view/3019>
17. Faiziboev Pirmamat Normamatovich, Ibragimova Fairuza Sobirovna, Makhmaraimov Fuzail Ilkhomovich, Abdurakhmonova Shakhnoza Sokievich, & Fayziboev Bekzod Pirmamatovich. (2024). HYGIENIC ASSESSMENT OF CRITERIA FOR SAFETY AND NUTRITIONAL VALUE OF FRUITS AND VEGETABLES. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER’S THEORY*, 2(1), 77–81.
18. Faiziboev Pirmamat Normamatovich, Fakhritdinov Shokhrux Fakhritdinovitch, Roziklov Dilshod Allayorovich, Obloberdiev Okhunjon O'tkirovich, & Fayziboev Bekzod Pirmamatovich. (2024). ESTIMATES OF CONSUMPTION OF CONFECTIONERY PRODUCTS IN THE AVERAGE DAILY DIETS OF THE POPULATION IN THE SUMMERAUTUMN SEASON. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER’S THEORY*, 2(1), 142–149.
19. Файзибоев Пирмамат Нормаматович, Нарзуллаева ГулмираТоштемир кизи, Фахритдинов Шохрух Фахритдин ўғли, & Файзибоев Бекзод Пирмамат ўғли. (2024). САБЗАВОТ ВА ПОЛИЗ МАҲСУЛОТЛАРИНИНГ ХАВФСИЗЛИК МЕЗОНЛАРИ ВА ОЗУҚАВИЙ ҚИЙМАТЛИЛИГИНИ ГИГИЕНИК БАҲОЛАШ. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER’S THEORY*, 2(1), 136–141.
20. Файзибоев Пирмамат Нормаматович, Ибрагимова Файруза Собировна, Махмараймов Фузайл Ильхомович, Абдурахмонова Шахноза Сокиевич, & Файзибоев Бекзод Пирмаматович. (2024). ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА КРИТЕРИЕВ БЕЗОПАСНОСТИ И ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ ПЛОДООВОЩНОЙ ПРОДУКЦИИ. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RECENTLY SCIENTIFIC RESEARCHER’S THEORY*, 2(1), 71–76.