

**Ergasheva Xursanoy**

*Buvayda Abu Ali ibn Sino nomidagi*

*Jamoat Salomatligi texnikumi*

*Akusher ginekologiya fani o'qituvchisi*

### **Annotatsiya**

Ushbu maqolada ayollar reproduktiv salomatligi, o'smirlarda jinsiy tarbiya balog'atga yetish davrlari, o'sish yetilish, oila qurish yoshlari haqida malumotlar berilgan.

### **KIRISH QISIM**

Reproduktiv so'zi Lotinchadan re- tiklanish, takrorlanish, produco-yarataman ma'nosini anglatadi. Reprodukativ-biologiyada organizmning o'ziga o'xshash organizmlarni yaritishi, ko'payishi ma'nosini bildiradi. Reprodukativ salomatlik, ya'ni ayolning qachon va qanday sharoitlarda ona bo'lishini navzorat qilish, onaning ham va undan tug'ilajak bolaning ham salomatligi uchun maqbul shart-sharoitlarni yaratish degani. Reprodukativ salomatlik masalasi faqat oilada tug'ilajak bolalar sonini cheklashgina emas, balki u ichiga kengroq masalalarni qamrab oladi. Bunga asosiy e'tibor oilada oilalar farovonligini ta'minlash, ularda ijobiy psixologik iqlimning hukm surishi, onalar va bolalar salomatligini saqlash, oilalarining tom ma'noda mustaqamligini ta'minlash kabilar nazarda tutiladi. Oilaning muhim bo'lgan funktsiyalaridan biri-bu uning reproduktiv (jamiyatning biologik uzluksizligini ta'minlash, bolalarni dunyoga keltirish) funktsiyasidir. Oilaning vazifasi faqatgina yangi avlodni dunyoga keltiribgina qolmasdan, insoniyat paydo bo'lgan davrdan boshlab yashab kelayotgan ilmiy va madaniy yutuqlari bilan tanishtirgan holda, ularning salomatligini saqlab turishdan ham iboridir. Oilaning jamiyat oldidagi reproduktiv funktsiyasi va uning bajarilishi deyilganda aholi sonining qayta tiklinishi uchun har bir oilada nechta farzand bo'lishi nazarda tutiladi.

Bolag'at yoshi qizaloqning katta qizga, o'g'il bolaning yigitga aylanish davri hisoblanadi. O'smirlik davri-insonning bolag'atga yetish davri o'ziga xos jihatlari bilan boshqa yosh davrlardan keskin farqlanadi. Bolag'at davri 11-15 yosh hisoblanadi. Ayni shu davrda o'g'il va qiz bolalarda jismoniy o'sish va yetilish yuzaga keladi. Bu davr har bir o'g'il va qizda turlicha kechadi. Jinsiy yetilish davri. 8-9 yoshdan boshlanib, 18-19 yoshgacha davom etadi. Bu davrda sodir bo'ladigan o'zgarishlar jinsiy gormonlarga bog'liq. Jinsiy gormonlar o'zinima? Bu shunday moddaki, uning organizmda ishlab chiqishi, tashqi qiyofadagi o'zgarishlar hamda

jinsiy alomatlamining rivojlanishiga bog'liq bo'ladi. Bu moddalar juda kam miqdorda ishlanib chiqishiga sut bezlari rivojlana boshlaydi. O'g'il bolalarning yelkalari kengayadi, ko'krak qafasi mushaklari rivojlanadi. Ovozi pastroq tembrga ega bo'ladi, sezilarli darajada yo'g'onlashadi. Bu davrda o'smirning yuzlari va ko'kragida tuk o'sa boshlaydi. Jinsiy yetilish davri organizmning biologik va jinsiy jihatdan rivojlanish va bolag'atga yetishidir. Bu davrda o'g'il va qiz bolalarda ikqilamchi jinsiy belgilar paydo bo'ladi. O'g'il bolalarning ovozi do'rillab, mo'ylovi sabza ura boshlaydi. O'g'il bolalar 10-11 yoshdan jinsiy yetilish davriga kirsalar, qizlar 9-10 yoshdan boshlab jinsiy rivojlanishni boshdan kechira boshlaydi. Qizlarda 9-10 yoshdan tos suyagining o'sishi, 10-11 yoshdan sut bezlarining rivojlana boshlashi, qov sohasida tuklarining o'sishi, 11-12 yoshdan tashqi jinsiy a'zolarining rivojlanishi kuzatiladi. Balog'at yoshida o'sish ba'zida normal kechishi, ba'zan esa ayrim o'zgarishlar kuzatilishi mumkin. Bu fiziologik hodisa hisoblanadi.

Jinsiy yetilish iqlim sharoiti yoki ota-onaning belgilari, asab tizimining xususiyatlari, shahar yoki qishloq, tog'li yoki dengiz bo'yida yashashiga ko'ra turlicha kechadi. Masalan jinsiy rivojlanish janubiy va sharqiy mintaqalarda yashovchi xalqlarda shimoliy o'lkalarda yashovchilarga nisbatan ilgariroq boshlanadi. Jinsiy bolag'at davrida o'g'il va qiz bolalarda mehnat faoliyatining susayishi, tez charchab qolishi, bosh og'rishi, kayfiyatning tez-tez bo'zilib turilishi hollari kuzatiladi. Balog'at davri o'g'il va qizlarda o'ziga bino qo'yish, o'zini juda bilag'on qilib ko'rsatishga intilish, serzardalik, odamovilik kuzatiladi

## ASOSIY QISIM

Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST) yaxshi jinsiy tarbiya jinsiy faollik olib kelmaydi, aksincha uni tutib turadi va yoshlarni kelgusi hayotga tayyorlaydi, degan xulosaga keldi. Jinsiy tarbiya qadriyatlar, madaniy meyorlarga mos shakllanuvchi inson hatti harakatlariga kiradigan psixologik ta'sirlanishni ham nazarda tutadi. Bu diniy va an'anaviy kontseptsiyalarni birlashtiruvchi madaniy merosning bir qismidir. Jinsiy tarbiy insonning biologik-emotsional muhtojligi va madaniy meros orasidagi mutanosibligini topishga harakat qiladi va o'z ichiga jinsiy a'zolar anatomiyasi va fiziologiyasini qamrab oladi, hamda shaxs turli qarashlar shakllanishida yuz beradigan o'zgarishlar ham kiradi. Jinsiy tarbiya tarkibiga o'zi va o'zgalarga nisbatan hurmat, insonlararo munosabatlar, bo'lajak jinsiy sherikka nisbatan hurmat va jinsiy munosabatlarda o'zaro his- to'yg'ular ham kiradi. Yoshlarga jinsiy tarbiya insonning jinsiy moyilligiga nisbatan yaxshi munosabat bildirish, o'zini o'zi baholash qobiliyati shakllanishida va o'zi mansub bo'lgan jamiyat chegarasida jinsiy va reproduktiv ahloqqa nisbatan bir qarorga kela olish salohiyatining shakllanishida yordam berishi kerak.

Mamlakatimizda oila qurishga 18 yoshdan boshlab ruhsat etiladi. Bu yigit va qizlar organizmining morfologik va fiziologik jihatdan (bosh miya, skelet,

muskullar, ichki sekretsiya bezlari, xususan jinsiy aʼzolar) takomilga yetishi 18 yoshga yetganda tugallanishi bilan izohlanadi. Chunki onalik bilan bogʻliq boʻlgan barcha funktsiyalarni ayol jinsiy rivojlanish jarayonlari faqat toʻliq tugallanganidagina risoladagidek amalga oshira oladi. Balogʻatga yetmagan yoshda jinsiy hayotni boshlash, va ayniqsa, homiladorlik nafaqat onaning, balki zurriyodining ham sogʻligʻiga zararli taʼsir koʻrsatadi. Bundan tashqari, haddan ziyod yosh ona farzand tarbiyasi bilan yetarli darajada shugʻullana olmaydi Ilmiy tekshirishlar shuni koʻrsatadiki, koʻpchilik qizlarda organizmning toʻliq yetilishi taxminan yigirma yoshlarda, yigitlarda esa - yigirma uch yoshlarda tugallanadi.

Qiz va yigitlar 17-18 yoshga toʻlgani bilan bu hali ularning anatomik va fiziologik jihatdan butunlay yetilganliklarini bildirmaydi, chunki bu davrda chanoq-suyak sohalari hali toʻliq suyaklanmagan boʻlib, shuningdek bu yoshdagi qizlarda ona boʻlish, homilaning taraqqiy etishi va bola tugʻish uchun normal sharoit vujudga kelmagan boʻladi. 18 yoshga toʻlmasdan turmush qurish aksariyat hollarda yigitga ham, qizga ham salbiy taʼsir koʻrsatishi ilmiy ravishda isbotlangan. Sir emaski, soʻnggi yillarda mamlakatimizga shiddat bilan kirib kelayotgan Gʻarb maʼnaviyati va madaniyati taʼsiri ostida nikohsiz oʻzaro aloqalar va buning natijasi oʻlaroq homiladorliklar, nikohsiz farzand tugʻib, ularni tirik yetim qilib tashlab ketayotganlar soni ortib borayotganligini shu oʻrinda aytib oʻtish joiz hol bizning milliy qardiyatlarimizga yot ekanligidan tashqari, ijtimoiy va tibbiy mushkulotlarni ham keltirib chiqarmoqda.

Nikoh qurish avvalo farzand koʻrishdek murakkab fiziologik funktsiyalar bilan aloqador boʻlganligi sababli, erta turmush qurish koʻpincha farzandsizlikka, chala bola tugʻilishiga va shuningdek, homilaning notoʻgʻri rivojlanishiga yoki muddatidan oldin tugʻilishiga sabab boʻlishi mumkin.

Oilaviy hayotga qadam qoʻyishdan oldin, avvalo boʻljak er-xotin oʻz sogʻliqlari haqida bir-birlarini xabardor etsalar, qolaversa shu masala bilan qiziqsalar, foydali boʻlar edi. SHu bois biz oilaviy hayot, xususan jinsiy hayotga taalluqli ayrim gigienik masalalar haqida qisqacha soʻz yuritamiz.

Avvalo, nikohlanuvchilar tibbiy irsiyat sohasidagi mutaxassis vrach koʻrigidan oʻtishlari maqsadga muvofiqdir. Bu esa, avvalo avloddan-avlodga oʻtuvchi irsiy kasalliklarni, qolaversa, erdan xotinga, xotindan erga oʻtuvchi ayrim yuqumli yoki tanosil kasalliklarni hamda farzandsizlikka olib keluvchi sabablarni aniqlashga yordam beradi.

Bundan tashqari, qizlar oʻzlarining shaxsiy fiziologik funktsiyalari bilan bogʻliq boʻlgan tegishli gigiena qoidalariga ham rioya qilishlari muhim. Quyida jinsiy hayotga ilk bor qadam qoʻyish bilan bogʻliq boʻlgan baʼzi gigienik masalalar xususida toʻxtalamiz.

Odatda birinchi bor jinsiy yaqinlik qilganda qizning iffat pardasi yirtilishi natijasida jinsiy a'zolaridan ma'lum miqdorda qon ketadi. Turmushga chiqayotgan har bir qiz buning tabiiy holat ekanidan xabardor bo'lishi kerak. Ba'zan parda birinchi jinsiy yaqinlikda yirtilmasligi ham mumkin. Bunga sabab, uning elastik cho'ziluvchan yoki gardish shaklida bo'lishidir.

#### XULOSA

1. Yaqin qon-qarindoshlar orasida qurilgan nikoh salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Binobarin, bu hollarda zurriyodda avlodan-avlodga o'tuvchi nasliy kasalliklarning yuzaga chiqishi va mustahkamlanishi ehtimoli ancha yuqori bo'ladi. SHu boisdan, yaqin qarindosh-urug'larning bir-birlariga nikohlanishlari tibbiyot nuqtai-nazaridan g'oyat zararli hisoblanadi.

2. Kelin-kuyovning salomatligi uchun gigiena qoidalariga rioya qilish ayniqsa muhim: mehnat va hordiqni to'g'ri tashkil qilish, tungi uyquning yetarli darajada bo'lishi, ovqatlanishning sifat va miqdor jihatdan to'liq bo'lishi, foydali tabiiy omillardan keng foydalanilgan holda jismoniy tarbiya bilan shug'ullanish, tana ozodaligiga rioya qilish shular jumlasidandir.

3. Sog'lom nasl qoldirish uchun avvalo tamaki va nos chekish, spirtli ichimliklarni iste'mol qilish va shu kabi boshqa yomon odatlardan voz kechish maqsadga muvofiqdir.

4. Jinsiy yaqinlik vaqtida normal jinsiy aloqa qilishga monelik tug'diruvchi sababli yuzaga kelganda, albatta mutaxassis vrachga murojaat qilish va uning maslahatiga rioya qilish lozim.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Sabirovna, Shermatova Yaqutxon. "KUYISHDA BIRINCHI TIBBIY YORDAM KO'RSATISH ASOSLARI." *ILMIY TADQIQOTLAR FA JAMIYAT MUAMMOLARI* 1.2 (2023): 12-17.

2. YA.N Allayorov, F.Q. Asqarova Ginekologiya Reproduktiv salomatlik 2023

3. Ixtiyorova G.A, Martizayeva G.J, Qurbonova Z.Sh Akusherlikda hamshiralik ishi 2019