

**BOLALARDA KASALLIKLARNI OLDINI OLISH BO‘YICHA
HAMSHIRALIK PARVARISHI**

A. Ysupov

Buvayda Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

O‘qituvchi

Annotatsiya: Bolalar salomatligini saqlash va mustahkamlash har bir jamiyatning muhim vazifalaridan biridir. Kasalliklarning oldini olishda hamshiralik parvarishi alohida o‘rin tutadi. Hamshira bolalarning jismoniy va ruhiy rivojlanishini nazorat qiladi, ota-onalarga sog‘lom turmush tarzini shakllantirish bo‘yicha tavsiyalar beradi, profilaktik emlashlar va sanitariya-gigiyena tadbirlarini amalga oshiradi. Ushbu maqolada bolalarda kasalliklarni oldini olishda hamshiralik parvarishining asosiy yo‘nalishlari yoritilgan.

Kalit so‘zlar: bolalar salomatligi, profilaktika, hamshiralik parvarishi, immunizatsiya, gigiyena, sog‘lom turmush tarzi, emlash, dispanser nazorat.

Kirish

Bola organizmi o‘rish va rivojlanish davrida bo‘lgani sababli turli kasalliklarga nisbatan sezgir hisoblanadi. Yuqumli va yuqumsiz kasalliklarning oldini olish bolalar salomatligini mustahkamlashning asosiy omillaridan biridir. Profilaktik tadbirlarni samarali tashkil etishda hamshira muhim rol o‘ynaydi. U nafaqat tibbiy muolajalarni bajaradi, balki ota-onalarni o‘qitadi, bolalarning rivojlanishini kuzatadi va sog‘lom muhit yaratishga ko‘maklashadi.

Hamshiralik parvarishining ahamiyati

Hamshiralik parvarishi bolalarda kasalliklarning oldini olishga qaratilgan tizimli faoliyatdir. Uning asosiy maqsadlari:

Bolaning sog‘lom o‘rishi va rivojlanishini ta‘minlash;

Kasalliklarni erta aniqlash;

Yuqumli kasalliklar tarqalishining oldini olish;

Ota-onalarning tibbiy savodxonligini oshirish;

Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish.

Hamshira bolalar poliklinikasi, maktabgacha ta‘lim tashkilotlari, maktablar va oilalarda profilaktik ishlarni olib boradi. Bolalarda kasalliklarning oldini olishning asosiy yo‘nalishlari

1. Immunoprofilaktika

Emlash bolalarni ko‘plab xavfli yuqumli kasalliklardan himoya qiladi. Hamshiraning vazifalari:

Emlash taqvimiga rioya etilishini nazorat qilish;

Ota-onalarni emlashning ahamiyati haqida xabardor qilish;

Emlashdan oldin bolani ko‘rikka tayyorlash;

Emlashdan keyingi holatni kuzatish;

Nojo‘ya reaksiyalar yuzaga kelganda tegishli choralarni ko‘rish. Immunizatsiya orqali qizamiq, ko‘kryo‘tal, difteriya, poliomiyelit, gepatit B kabi kasalliklarning oldi olinadi.

2. Shaxsiy va umumiy gigiyena qoidalariga rioya qilish

Gigiyena kasalliklarning oldini olishda muhim o‘rin tutadi. Hamshira bolalar va otionalarga quyidagilarni o‘rgatadi:

Qo‘llarni sovun bilan muntazam yuvish;

Tishlarni to‘g‘ri parvarish qilish;

Tirnoqlarni toza saqlash;

Kiyim-kechak va o‘yinchoqlarni ozoda tutish;

Xonalarni shamollatib turish.

Gigiyena qoidalariga rioya qilish ichak infeksiyalari, parazitar kasalliklar va nafas yo‘llari infeksiyalarining kamayishiga yordam beradi.

3. Ratsional ovqatlanishni tashkil etish

To‘g‘ri ovqatlanish bolaning immunitetini mustahkamlaydi va ko‘plab kasalliklarning oldini oladi.

Hamshira quyidagilar bo‘yicha tavsiyalar beradi:

Ko‘krak suti bilan oziqlantirishni qo‘llab-quvvatlash;

Yoshga mos qo‘shimcha ovqatlarni kiritish;

Oqsil, yog‘, uglevod, vitamin va minerallarga boy taomlar iste‘moli;

Fastfud va gazlangan ichimliklarni cheklash;

Ovqatlanish rejimiga rioya qilish.

Balanslangan ovqatlanish kamqonlik, semizlik va vitamin yetishmovchiligi kabi holatlarning oldini oladi.

4. Jismoniy faollik va chiniqtirish

Jismoniy mashqlar va chiniqtirish organizmning himoya kuchlarini oshiradi.

Hamshira tavsiya etadi:

Ertalabki badantarbiya;

Ochiq havoda sayr qilish;

Sport mashg‘ulotlari;

Havo, quyosh va suv muolajalari;

Kun tartibiga rioya qilish.

Jismoniy faollik yurak-qon tomir, nafas olish va tayanch-harakat tizimi faoliyatini yaxshilaydi.

5. Kasalliklarni erta aniqlash

Profilaktik ko‘riklar kasalliklarni boshlang‘ich bosqichda aniqlash imkonini beradi.

Hamshiraning vazifalari:

Antropometrik ko‘rsatkichlarni baholash;

[25.06.2026 13:46] Azizova Xurmatoy: Tana harorati, puls va nafas olish sonini nazorat qilish;

Rivojlanishdagi o‘zgarishlarni aniqlash;

Dispanser nazoratini olib borish;

Zarur hollarda shifokorga yo‘naltirish.

Erta tashxis qo‘yish davolash samaradorligini oshiradi va asoratlar xavfini kamaytiradi.

6. Yuqumli kasalliklar profilaktikasi

Bolalar jamoalarida yuqumli kasalliklar tez tarqalishi mumkin.

Hamshira quyidagi choralarni amalga oshiradi:

Epidemiologik nazorat;

Kasallangan bolalarni vaqtida ajratish;

Dezinfeksiya tadbirlarini tashkil etish;

Sanitariya-ma'rifiy ishlar olib borish;

Karantin qoidalariga rioya etilishini nazorat qilish.

Bu tadbirlar infeksiya tarqalishining oldini olishga yordam beradi.

Ota-onalar bilan ishlash

Kasalliklarning oldini olishda ota-onalarning bilim va ko‘nikmalari muhim ahamiyatga ega.

Hamshira ota-onalarga:

Bola parvarishi;

Ovqatlantirish qoidalarini;

Emlashning ahamiyati;

Favqulodda holatlarda birinchi yordam;

Sog‘lom turmush tarzini shakllantirish bo‘yicha maslahatlar beradi.

Ota-onalarning tibbiy savodxonligi oshishi bolalar salomatligini saqlashga ijobiy ta'sir ko‘rsatadi.

Hamshiralik jarayoni bosqichlari

Bolalarda profilaktik hamshiralik parvarishi quyidagi bosqichlarda amalga oshiriladi:

Ma'lumot yig‘ish – bola va oilaning salomatlik holatini o‘rganish.

Hamshiralik tashxisini qo‘yish – mavjud va potensial muammolarni aniqlash.

Rejalashtirish – profilaktik tadbirlar rejasini tuzish.

Amalga oshirish – emlash, kuzatuv, maslahat va boshqa tadbirlarni bajarish.

Baholash – o‘tkazilgan ishlarning samaradorligini aniqlash.

Xulosa

Bolalarda kasalliklarni oldini olish bo‘yicha hamshiralik parvarishi sog‘lom avlodni shakllantirishning muhim tarkibiy qismidir. Immunizatsiya, gigiyena, to‘g‘ri ovqatlanish, jismoniy faollik va muntazam tibbiy nazorat kasalliklar profilaktikasining asosiy yo‘nalishlari hisoblanadi. Hamshira va ota-onalarning hamkorligi bolalar salomatligini mustahkamlash, kasallanish darajasini kamaytirish va sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligining bolalar salomatligini muhofaza qilish bo‘yicha me'yoriy hujjatlari.

Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO) bolalar salomatligi bo‘yicha tavsiyalari.

10-Iyul, 2026-yil

Pediatrica darsligi. Toshkent, 2024.

Hamshiralik ishi asoslari. Toshkent, 2023.

Bolalar kasalliklari va parvarishi bo'yicha o'quv qo'llanmalar.