



HOMILADORLARDA TANA VAZNI INDEKSI (TVI): HOMILA RIVOJLANISHIGA TA'SIRI VA SOG'LOM HOMILADORLIKNI TA'MINLASH.

Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

RO'ZIYEVA FERUZA BEKNAZAR QIZI

Annotatsiya . Ushbu maqolada homilador ayollarda tana vazni indeksi (TVI) tushunchasi, uning hisoblash usuli va homila rivojlanishiga bo'lgan ta'siri keng yoritilgan. Turli TVI toifalariga ega ayollar uchun tavsiya etilgan vazn ortish me'yorlari keltirilgan. Shuningdek, ozg'inlik, ortiqcha vazn va semizlikning homiladorlikdagi asoratlari bilan bog'liqligi, xususan, gestatsion diabet, preeklampsiya va past tug'ilish vazni kabi holatlarga e'tibor qaratilgan. Maqolada sog'lom homiladorlik uchun TVIning nazorat qilish bo'yicha tavsiyalar ham berilgan. So'nggi ilmiy manbalar asosida TVIning klinik va ijtimoiy ahamiyati tahlil qilingan.

Abstract . This article explores the concept of Body Mass Index (BMI) in pregnant women, its calculation method, and its impact on fetal development. Recommended weight gain ranges for women in different BMI categories are outlined. The paper highlights the relationship between underweight, overweight, and obesity during pregnancy and various maternal-fetal complications, including gestational diabetes, preeclampsia, and low birth weight. It also provides evidence-based recommendations for maintaining a healthy BMI during pregnancy. The clinical and public health significance of BMI is analyzed using recent scientific literature.

Kalit so'zlar: homiladorlik, tana vazni indeksi, TVI, homila rivojlanishi, ortiqcha vazn, ozg'inlik, semizlik, homiladorlik asoratlari, gestatsion diabet, preeklampsiya.

Keywords: pregnancy, body mass index, BMI, fetal development, overweight, underweight, obesity, pregnancy complications, gestational diabetes, preeclampsia.



1. Kirish. Homiladorlik davri ayol organizmida ko‘plab fiziologik, gormonal va metabolik o‘zgarishlarga sabab bo‘ladi. Ushbu o‘zgarishlarning biri — tana vaznining ortishi bo‘lib, bu jarayon homila va ona uchun muhim. Tana vazni indeksi (TVI) ayolning bo‘yi va vaznining nisbati orqali aniqlanib, sog‘lom vazn darajasini baholashda qo‘llaniladi. TVIning homiladorlik davridagi ahamiyati tobora ortib bormoqda, chunki ortiqcha yoki yetarlicha vazn ortmasligi turli homiladorlik asoratlarini keltirib chiqarishi mumkin.

Ushbu maqolada homilador ayollarda TVI ning fiziologik va klinik ahamiyati, homila rivojlanishiga ta’siri, homiladorlikdagi xavflar va TVIni boshqarish bo‘yicha zamonaviy tavsiyalar tahlil qilinadi.

2. Tana vazni indeksi tushunchasi va hisoblash usullari

Tana vazni indeksi — inson organizmidagi vaznning balandlikka nisbati bo‘lib, quyidagi formula asosida hisoblanadi:

$$TVI = \frac{\text{vazn (kg)}}{\text{bo'y (m)}^2} \quad TVI = \frac{\text{vazn (kg)}}{\text{bo'y (m)}^2}$$

TVI inson tanasining yog‘ va mushak massasini to‘g‘ridan-to‘g‘ri aks ettirmasa-da, ortiqcha vazn va ozg‘inlikni baholashda qulay indikator hisoblanadi. Dunyo sog‘liqni saqlash tashkiloti (DSST) tavsiyasiga ko‘ra, quyidagi TVI diapazonlari sog‘lom yoki kasallik xavfi bilan bog‘liq toifalarni ko‘rsatadi:

- 18.5 dan past — ozg‘inlik (underweight)
- 18.5–24.9 — normal vazn
- 25–29.9 — ortiqcha vazn (overweight)
- 30 va undan yuqori — semizlik (obesity)

Biroq homiladorlik davrida TVI qiymatlari boshqacha talqin qilinadi, chunki tana vazni tabiiy ravishda oshadi.

3. Homiladorlikda TVI o‘zgarishlari va uning fiziologik asoslari

Homiladorlik davomida tana vaznining o‘sishi — fiziologik jarayon bo‘lib, u homila rivojlanishi va ona organizmining homiladorlikka moslashuvi uchun zarurdir. Vazn ortishining asosiy komponentlari:

- Homila va uning muhitlari (bachadon suyuqligi, placenta)



- Ona organizmida ortgan to'qimalar (sut bezlari, qon hajmi)
- Suv va yog' to'planishi

TVI homiladorlik boshida (odatda 1 trimestrda) o'lchanadi va vazn o'zgarishlari ushbu boshlang'ich TVIga qarab baholanadi. Homiladorlikning oxirigacha vazn ortishi tavsiya qilingan chegaralarda bo'lishi kerak.

4. Kam vazn (ozg'inlik) homiladorlarda TVI va uning homila rivojlanishiga ta'siri

Kam vaznli homiladorlarda homilada rivojlanish kechikishi, past tug'ilish vazni va erta tug'ilish xavfi ortadi. Ozg'inlik homiladorlikda quyidagi xavflarni oshiradi:

- Homila rivojlanishining susayishi (intrauterin o'sish to'xtashi)
- Past tug'ilish vazni (<2500 g)
- Erta tug'ilish (37 haftadan oldin)
- Homila o'limi xavfi yuqori bo'lishi

Kam vazn homiladorlikda ona organizmining oziq moddalarni yetarli darajada qabul qilmasligi natijasida yuzaga keladi va bu holat placenta funksiyasining buzilishiga olib kelishi mumkin.

5. Ortiqcha vazn va semizlikning homiladorlik va homilaga ta'siri

Ortib ketgan vazn va semizlik homiladorlikda ko'plab asoratlarni keltirib chiqaradi:

- Gestatsion diabet
- Preeklampsiya va gipertenziya
- Kechki homiladorlikdagi murakkabliklar
- Ortiqcha vaznli homilaning tug'ilishi va tug'ilishda muammolar (masalan, tug'ilish yo'llarida asoratlari)
- Postterm homiladorlik va o'lik tug'ilish xavfi

Semizlik homiladorlikda metabolik muvozanatning buzilishiga olib kelib, ona va homila salomatligiga zarar yetkazadi.

6. TVIni nazorat qilish va sog'lom vaznni saqlash bo'yicha tavsiyalar

Homiladorlikda TVIni me'yorda saqlash uchun quyidagilar tavsiya etiladi:



- Sogʻlom va balanslangan ovqatlanish
- Jismoniy faollikni saqlash (shifokor tavsiyasi asosida)
- Muntazam tibbiy koʻrik va nazorat
- Oziq moddalarning yetarli qabul qilinishi (folat, temir, kalsiy kabi)

7. TVI boʻyicha xalqaro va milliy tavsiyalar va protokollar

Dunyo sogʻliqni saqlash tashkiloti (DSST), Institute of Medicine (AQSh), hamda koʻplab boshqa mamlakatlarning sogʻliqni saqlash organlari homiladorlikda TVIni boshqarish boʻyicha standartlarni ishlab chiqqan. Oʻzbekiston sogʻliqni saqlash tizimida ham bu borada protokollar mavjud boʻlib, ularning keng qoʻllanilishi homiladorlik asoratlarini kamaytirishga xizmat qiladi.

8. Xulosa

Homiladorlik davrida tana vazni indeksi homila va ona salomatligi uchun muhim diagnostik koʻrsatkichdir. Kam vazn yoki ortiqcha vazn homiladorlik davomida turli murakkabliklarga sabab boʻlishi mumkin. Shuning uchun, homilador ayollarda TVIni muntazam nazorat qilish va sogʻlom vaznni taʼminlash homiladorlikning muvaffaqiyatli kechishi uchun zarurdir. Zamonaviy tibbiyotda TVIni hisobga olgan holda shaxsiylashtirilgan parhez va jismoniy faollik rejaları ishlab chiqilishi tavsiya etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR ROʻYXATI

1. Institute of Medicine. (2009). *Weight Gain During Pregnancy: Reexamining the Guidelines*. National Academies Press.
2. World Health Organization. (2021). *Body mass index – BMI*. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/topic-details/GHO/body-mass-index>
3. American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). (2020). *Obesity and Pregnancy*. Practice Bulletin No. 230.
3. Catalano, P. M., & Shankar, K. (2017). *Obesity and pregnancy: mechanisms of short term and long term adverse consequences for mother and child*. BMJ, 356, j1.
1. Cnattingius, S. (2004). *The epidemiology of smoking during pregnancy: smoking prevalence, maternal characteristics, and pregnancy outcomes*. Nicotine & Tobacco Research, 6 Suppl 2, S125–S140.