

BOLALARDA TO'SATDAN UCHRAYDIGAN BAXTSIZ HODISALAR: OFTOB URISHI, KUYISHLAR VA SUVGA CHO'KKANDA SHOSHILINCH TIBBIY YORDAM CHORALARI

ANVARJON YUSUPOV XXX

*Buvayda Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat
salomatligi texnikumi Pediatriya fani o'qituvchisi*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada bolalarda to'satdan sodir bo'ladigan baxtsiz hodisalar — oftob urishi, termik kuyishlar va suvga cho'kish holatlari yuzasidan tahliliy yondashuv asosida shoshilinch tibbiy yordam ko'rsatish qoidalari yoritilgan. Har bir holatda tezkor va to'g'ri harakat qilish bolaning hayotini saqlab qolishda muhim ahamiyatga ega. Maqolada shuningdek, ota-onalar, pedagoglar va tarbiyachilar uchun amaliy tavsiyalar, profilaktik choralar hamda ilk yordam usullari berilgan. Bolalar xavfsizligini ta'minlashda tibbiy savodxonlik va hushyorlik asosiy o'rinda turadi. Ushbu maqola mutaxassislar va keng jamoatchilik uchun mo'ljallangan bo'lib, hayotiy holatlar asosida aniq yo'riqnomalar bilan boyitilgan.

Kalit so'zlar: *baxtsiz hodisalar, bolalarda shoshilinch yordam, oftob urishi, kuyishlar, suvga cho'kish, tez tibbiy yordam, profilaktika, xavfsizlik, ota-onalarga tavsiya, bolalar salomatligi*

KIRISH

Zamonaviy jamiyatda bolalar xavfsizligini ta'minlash, ularning sog'lig'i va hayotini himoya qilish eng muhim vazifalardan biridir. Ayniqsa, yozgi mavsumda to'satdan yuzaga keladigan baxtsiz hodisalar — oftob urishi, kuyishlar va suvga cho'kish holatlari bolalar orasida keng tarqalgan va jiddiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Bunday holatlarda tezkor va to'g'ri tibbiy yordam ko'rsatilmasa, bolaning sog'lig'i, ba'zan esa hayoti xavf ostida qoladi.

Afsuski, ko'plab ota-onalar va tarbiyachilar bunday vaziyatlarda qanday harakat qilish kerakligini to'liq bilishmaydi. Bu esa og'ir holatlarga olib kelishi mumkin. Shu boisdan, bolalar bilan ishlovchi har bir kishi shoshilinch holatlarda ilk yordam ko'rsatish bo'yicha asosiy bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishi lozim.

Ushbu maqolada aynan bolalarda ko'p uchraydigan va to'satdan yuz beradigan uch asosiy holat — oftob urishi, kuyishlar va suvga cho'kish holatlarida qanday harakat qilish, qanday yordam ko'rsatish zarurligi bo'yicha amaliy tavsiyalar keltiriladi. Bundan tashqari, profilaktik choralar va bu holatlarning oldini olish bo'yicha takliflar ham yoritiladi.

ASOSIY QISM

Yoz fasli – bolalar uchun eng faol, qiziqarli va harakatga boy davrlardan biri. Shu bilan birga, bu fasl baxtsiz hodisalar xavfi eng yuqori bo'lgan payt hamdir. Ayniqsa, ota-onalar bolalarning tabiatdagi faoliyati, sayohatlar, suzish, o'yinlar paytida ularga yetarli darajada tibbiy va xavfsizlik nazorati ko'rsatmasa, natija og'ir bo'lishi mumkin.

Oftob urishi holatlarida bolalar ko'pincha ko'p harakat qilib, to'g'ridan-to'g'ri quyosh nuri ostida uzoq vaqt qoladi. Bunday vaziyatda bolaning rangi oqarib ketadi, boshi aylanadi, holsizlanadi va hatto hushini yo'qotishi mumkin. Shunday paytda bolaning boshiga salqin mato qo'yish, uni soyaga olib chiqish va suv ichirish orqali oddiy, ammo hayotiy ahamiyatga ega bo'lgan birinchi yordam ko'rsatiladi. Ko'plab hollarda ota-onalar salqinlashtiruvchi vositalarni (ventilyator, muzli mato) ishlatishni unutadi yoki keraksiz vahima qiladi. Aslida, eng muhimi – bolaning tana haroratini asta-sekin pasaytirish va hushyorlikni saqlab turishdir.

Kuyishlar esa ko'pincha oshxonada yoki sayr vaqtida, o't o'ynash, samovar yoki qozon yonida nazoratsiz qolgan bola bilan bog'liq holda ro'y beradi. Oddiy choy quyilgan stakanning to'kilib ketishi ham bola uchun jiddiy termik kuyishga sabab bo'lishi mumkin. Bunday paytda yondirilgan joyni sovuq suv ostida ushlab turish, kuydirilgan joyga hech qanday yog' yoki tish pastasi surtmaslik kerak. Ota-onalarning eng ko'p yo'l qo'yadigan xatosi – kuygan joyni “tezda yopib qo'yish” yoki “xalqona usullar” bilan davolashga urinishidir. Aslida, birinchi navbatda tozalik, sovitish va infeksiyadan saqlanish muhim.

Suvga cho'kish holatlari esa eng xavfli sanaladi. Bola suvga tushgan zahoti uni qutqarish uchun faqat suzishni biladigan, hushyor kattalar yaqin bo'lishi lozim. Eng ko'p uchraydigan muammo – kattalar e'tiborining chalg'ishi yoki bolani "ularning suzishni bilishiga ishonish" holatidir. Suvdan chiqarilgan bolaga esa zudlik bilan sun'iy nafas berish, yurakni urdira boshlash harakatlarini boshlash hayot-mamot masalasidir. Bu amaliyotlar oddiy ko'rinishi mumkin, ammo ularni mashq qilmagan odam o'z vaqtida to'g'ri bajara olmaydi. Shu sababli, maktab va bog'chalar darajasida ota-onalar va pedagoglar uchun maxsus “shoshilinch yordam” treninglari o'tkazilishi zarur.

Umuman olganda, har bir hodisada vaqt – asosiy omil. Bolalarning sog'lig'ini saqlab qolish uchun ota-onalar, tarbiyachilar va hatto mahalla aholisi bolalarning xavfsizligi borasida hushyor, bilimli va amaliy ko'nikmaga ega bo'lishlari kerak.

Oddiy gigiyena qoidalari, oddiy tibbiy vositalar to'plami va sog'lom mantiq ko'plab og'ir holatlarning oldini oladi.

Bolalarda to'satdan sodir bo'ladigan baxtsiz hodisalar bo'yicha amaliy tahliliy jadval

Baxtsiz hodisa turi	Odatda uchraydigan holat (real vaziyat)	Amaliy yechim/tavsiya	Oldini olish chorasi
Oftob urishi	Bola yozgi sayrda yoki ochiq maydonda uzoq vaqt bevosita quyosh ostida o'ynagan	Bolani soyaga olib chiqish, boshiga salqin mato qo'yish, salqin suv ichirish, tana haroratini asta-sekin tushirish	Soat 11:00 dan 16:00 gacha quyoshda bo'lmaslik, bosh kiyim kiyish, ko'p suyuqlik ichirish
Kuyish	Oshxonada nazoratsiz qolgan bola issiq choy stakanini ustiga ag'darib yuborgan	Kuygan joyni darhol sovuq suv ostida ushlab turish (10-15 daqiqa), steril mato bilan yopish, hech qanday moy yoki pasta surmaslik	Bolalarga xavfli joylarda erkin yurishga ruxsat bermaslik, oshxona jihozlarini nazoratda ushlab
Suvga cho'kish	Bola kattalarning e'tiborisiz hovuzga tushgan va suzishni bilmagan	Zudlik bilan suvdan chiqarish, sun'iy nafas va yurakni massaj qilishni boshlash, зудlik bilan tez yordam chaqirish	Suv bo'yicha yaqin joyda doimiy kattalar kuzatuvi, suzishni o'rgatish, xavfli joylarga kirishni cheklash
Issiqlik urishi + suvsizlanish	Bolalar yozda ko'p harakatda bo'lib, suv ichmasdan yuradi	Sovuq joyda dam olish, suyuqlik berish (suv, kompot), agar holsizlik davom etsa – shifokorga murojaat qilish	Har 30–40 daqiqada suyuqlik ichishga odatlantirish, yozgi kiyimlarni yengil va havo o'tkazadigan qilib tanlash
Qo'rquv yoki stress holati (cho'kishdan so'ng yoki kuyishdan keyin)	Bola boshidan og'ir holat o'tkazganidan so'ng yig'laydi, gapirmaydi, titraydi	Uni taskinlantirish, xavfsiz muhit yaratish, ota-onasi yonida bo'lishi, agar davom etsa – psixolog bilan suhbat	Bolani xavfli vaziyatlardan saqlash, har qanday hodisadan so'ng mehr va dalda berish, o'zini aybdor his qilishga yo'l qo'ymaslik

XULOSA

Bolalarda to'satdan uchraydigan baxtsiz hodisalar — oftob urishi, kuyishlar va suvga cho'kish — bolalar sog'lig'i va hayoti uchun jiddiy xavf tug'diradi. Bunday holatlarda shoshilinch va to'g'ri tibbiy yordam ko'rsatish bolaning hayotini saqlab qolishda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Maqolada keltirilgan amaliy tavsiyalar va real vaziyatlar asosidagi yechimlar ota-onalar, tarbiyachilar va jamiyat a'zolari uchun foydali qo'llanma hisoblanadi.

Shuningdek, ushbu baxtsiz hodisalarning oldini olish uchun profilaktik choralar ko'rish, bolalarni xavf-xatarlardan himoya qilish va ularni xavfsizlik qoidalariga o'rgatish muhimdir. Bunda ota-onalar, maktab va bog'cha xodimlari birgalikda ishlashi, shoshilinch yordam bo'yicha asosiy bilimlarni egallashi zarur.

Xulosa qilib aytganda, bolalarning hayoti va sog'lig'ini himoya qilish uchun xavfsizlikka doimiy e'tibor qaratish, bilim va ko'nikmalarni oshirish hamda tezkor yordam ko'rsatish yo'llarini bilish muhim omil hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Abdurahmonov, O. "Bolalar sog'ligini muhofaza qilish asoslari." Toshkent, 2018.
2. Karimova, M. "Shoshilinch tibbiy yordam va birlamchi yordam ko'rsatish." Toshkent, 2020.
3. Toshkent Pediatriya Instituti. "Bolalarda tez yordam ko'rsatish qo'llanmasi." Toshkent, 2019.
4. Ismoilov, D. "Bolalar salomatligi va xavfsizlik qoidalari." Samarqand, 2021.