

BOLALARDA UCHRAYDIGAN RAXIT KASALLIGI

Muyassar Kishvarova

CHortoq Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat

Salomatligi texnikumi

“Umumkasbiy fanlar uyushmasi”

Yetakchi o'qituvchisi

Annotatsiya: Ushbu maqolada raxit kasalligining, rivojlanish sabablari, raxit bilan bogliq muammolar, diagnostika usullari, davolash kasallikni oldini olish chora tadbirlari, kasallikning asoratlarida xaqida keng yoritilgan .

Kalit so'zlar: Raxit, D vitamin, quyosh nurlari, kalsiy va fosfor almashinuvi , chaqaloq, dori vositalari, homiladorlik, tug'ruq .

Raxit – kichik yoshdagi bolalarda uchraydigan kasallik bo'lib, organizmda kalsiy va fosfor almashinuvi buzilishi natijasida kelib chiqadi. Kichikintoy hayotining dastlabki yillari tez o'tadi. Suyaklarning to'g'ri o'sishi uchun D vitamini organizmda kalsiy va fosforning ichakdan so'rilishi, suyak va boshqa to'qimalarga yetib borishini boshqaradi. D vitamini yetishmasligi sababli raxit kasalligi rivojlanadi. D vitamini oz miqdorda oziq-ovqat bilan kiradi, katta qismi quyosh nurlari ta'sirida terida sintezlanadi.

Raxitning rivojlanish sabablari

Kasallikning rivojlanishining asosiy sabablaridan biri D vitaminini oziq-ovqatdan etarli darajada iste'mol qilmaslikdir. Ushbu vitaminning manbalari baliq yog'i, tuxum sarig'i, jigar, sut mahsulotlari kabi mahsulotlardir. Biroq, ko'p odamlar, ayniqsa bolalar, bu oziq-ovqatlarni etarli darajada iste'mol qilmaydilar, bu ularning buzilish xavfini oshiradi. D vitaminining yana bir muhim manbai quyoshdan keladigan ultrabinafsha nurlar ta'sirida

terida sintezidir. Quyosh nurlarining etishmasligi, ayniqsa qish oylarida va quyosh faolligi pasaygan shimoliy kengliklarda ham raxitning rivojlanishiga yordam beradi.

Bundan tashqari, raxitning sabablari D vitaminining so'rilishini va metabolizmini buzishi mumkin bo'lgan turli xil tibbiy sharoitlarni o'z ichiga oladi. Bu shartlarga oziq moddalarining so'rilishini buzadigan oshqozon-ichak trakti kasalliklari (gastrit, yarali yaralar, kolit) kiradi. Jigar va buyrak kasalliklari organizmning D vitaminini normal kaltsiy almashinuvi uchun zarur bo'lgan faol shaklga aylantirish qobiliyatiga ham ta'sir qilishi mumkin. Raxit bilan og'rigan bemorlarda ko'pincha vitamin va minerallarning etishmasligini kuchaytiradigan surunkali kasalliklar mavjud.

Shuningdek, raxitning rivojlanishiga yordam beradigan bir qator turmush tarzi va ijtimoiy omillar mavjud. Jismoniy faollikning past darajasi, ochiq havoda vaqt o'tkazmaslik va umumiy to'yib ovqatlanmaslik - bularning barchasi xavf omillari. Kambag'al ijtimoiy sharoitda yashovchi bolalar sifatli ovqatlanish va tibbiy yordam olish imkoniyati cheklanganligi sababli raxit bilan kasallanish ehtimoli ko'proq. Bundan tashqari, ba'zi madaniy va diniy odatlar, masalan, to'liq tana kiyimini kiyish terining quyosh nuriga ta'sirini cheklab qo'yishi va D vitamini tanqisligiga hissa qo'shishi mumkin.

D vitamini tanqisligi tufayli raxit faqat ona suti bilan oziqlangan chaqaloqlarda ham rivojlanishi mumkin, agar onada bu vitamin yetishmasa. Ko'krak suti, garchi chaqaloqlar uchun eng yaxshi ozuqa manbai bo'lsa-da, vitamin etarli darajada bo'lmasligi mumkin, ayniqsa onaning o'zi etishmasa. Bunday hollarda raxit rivojlanishining oldini olish uchun bolaning ratsioniga qo'shimcha D vitamini qo'shilishi tavsiya etiladi.

Raxit Bilan bog'liq alomatlar

Raxitning dastlabki bosqichlarida semptomlar o'ziga xos bo'lmagan va farqlash qiyin bo'lishi mumkin. Birinchi belgilardan biri umumiy zaiflik va charchoqdir. Raxit bilan og'rigan bolalar asabiylashadi, bezovtalanadilar, tez-tez yig'laydilar va uxlashda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ota-onalar, ayniqsa, bosh terisida terlashning ko'payishini sezishi mumkin, bu ham buzilishning dastlabki belgisidir. Bu ko'rinishlar ko'pincha e'tiborga olinmaydi yoki boshqa, kamroq jiddiy sabablarga bog'liq.

Kasallikning rivojlanishi bilan raxit belgilari yanada aniq va o'ziga xos bo'ladi. Asosiy alomatlardan biri bosh suyagi suyaklarini yumshatishdir. Oksipital mintaqani paypaslaganda, bosh suyagining suyaklari yumshoq va egiluvchan bo'lib qolganini sezishingiz mumkin. Bu, ayniqsa, chaqaloqlar va yosh bolalarda seziladi. Bundan tashqari, fontanellarning yopilishida kechikish bo'lishi mumkin



Raxitning yana bir muhim belgisi suyak deformatsiyasidir. Varus (O shaklidagi) yoki valgus (X shaklidagi) deformatsiyasi sifatida namoyon bo'lishi mumkin bo'lgan oyoqlarning eng keng tarqalgan egriligi. Ushbu egriliklar suyaklarning mineralizatsiyasi etarli emasligi va yurish paytida ularga yukning ko'payishi tufayli yuzaga keladi. Raxit bilaguzuklari deb ataladigan bilak va to'piqlarning qalinlashishi ham raxitning xarakterli belgisidir. Bu suyak o'sishi plitalarining kengayishi tufayli yuzaga keladi, bu esa qalinlashuv va deformatsiyaga olib keladi.

Raxitning boshqa suyak belgilariga ko'krak qafasining deformatsiyasi kiradi. "Ko'krak tizmasi" deb ataladigan narsa paydo bo'ladi, unda sternum oldinga chiqadi va qovurg'alar oldingi uchlari qalinlashishi tufayli "raxitik tasbeh" ko'rinishini oladi. Kifoz yoki lordoz kabi umurtqa pog'onasidagi o'zgarishlar ham raxit bilan sodir bo'lishi mumkin va yomon holat va bel og'rig'iga olib keladi.

D vitamini etishmovchiligi va kaltsiy-fosfor almashinuvining buzilishi nafaqat suyaklarga, balki boshqa tana tizimlariga ham ta'sir qiladi. Raxit belgilari mushaklarning kuchsizligi va gipotenziniyani o'z ichiga olishi mumkin. Raxit bilan og'rigan bolalar vosita faoliyatida qiyinchiliklarga duch kelishadi: o'tirish, emaklash va yurish kabi rivojlanish

sohalariga erishishda kechikishlar. Raxitning belgilari qondagi kaltsiy miqdorining pastligidan kelib chiqqan tutilishlarni ham o'z ichiga olishi mumkin.

Raxit ham tishlarga ta'sir qilishi mumkin. Ushbu kasallikdan aziyat chekadigan bolalarda tishlarning kechikishi, tish emalining shakllanishi buziladi va kariyesga moyillik kuchayadi. Tishlar noto'g'ri va tartibsiz shaklga ega bo'lishi mumkin, bu suyak mineralizatsiyasi bilan bog'liq umumiy muammolarni aks ettiradi.

Raxitning yanada og'ir holatlarida, alomatlar ichki organlar faoliyati bilan bog'liq muammolarni o'z ichiga olishi mumkin. Jigar va taloqning kattalashishi, kamqonlik va o'sishning kechikishi D vitamini va boshqa muhim moddalarning uzoq muddatli etishmasligi bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Bolalarning psixomotor rivojlanishi ham ta'sir qilishi mumkin, buning natijasida nutq rivojlanishi va kognitiv qobiliyatlari kechiktiriladi.

Diagnostika usullari

Raxit diagnostikasi to'liq klinik tekshiruv, kasallik tarixi, laboratoriya tekshiruvlari va instrumental tadqiqotlarga asoslangan. Ushbu usullarning har biri tashxisni tasdiqlash va kasallikning og'irligini aniqlashda muhim rol o'ynaydi.

- Anamnezni olish bolaning ovqatlanishi, turmush sharoiti va kun tartibining xususiyatlari to'g'risidagi ma'lumotlarni o'z ichiga oladi. Farzandingiz oziq-ovqat yoki qo'shimchalar orqali etarli darajada D vitamini oladimi, u ochiq havoda qancha vaqt o'tkazishi va quyosh nuriga qanchalik tez-tez ta'sir qilishini bilish muhimdir. Mumkin bo'lgan surunkali kasalliklar va raxitga irsiy moyillik ham hisobga olinadi.

- Raxit bilan ko'pincha kaltsiy va fosfor kontsentratsiyasining pasayishi kuzatiladi, bu ularning so'rilishi va metabolizmining buzilishini ko'rsatadi. Suyak metabolizmi bilan bog'liq bo'lgan gidroksidi fosfataza darajasini tahlil qilish ham muhimdir: uning ortishi raxitga xos bo'lgan faol suyaklarni qayta qurish jarayonlarini ko'rsatadi. Qonda D vitamini darajasini aniqlash ushbu vitaminning etishmasligi darajasini va tuzatish zarurligini to'g'ri baholash imkonini beradi.

- Instrumental diagnostika usullari (radiografiya) muntazam klinik tekshiruv vaqtida ko'rinmaydigan suyaklardagi xarakterli o'zgarishlarni aniqlash uchun zarurdir. Rentgen tekshiruvi suyak o'sishi zonalarining yumshashi va kengayishini, raxitga xos

deformatsiyalar va egriliklarni ko'rish imkonini beradi. Bu o'zgarishlar, ayniqsa, bilak va to'piq suyaklari kabi uzun suyaklarda ko'rinadi. Ba'zi hollarda, kompyuter tomografiyasi (KT) yoki magnit-rezonans tomografiya (MRI) suyak sog'lig'ini batafsilroq baholash uchun ishlatilishi mumkin, ammo ular yuqori narx va cheklangan mavjudligi sababli kamroq qo'llaniladi.

- Suyak biopsiyasi, kamdan-kam qo'llanilsa ham, qiyin diagnostika holatlarida ko'rsatiladi. Ushbu usul suyak to'qimalarining holati va uning mineralizatsiya darajasi haqida to'g'ridan-to'g'ri ma'lumotlarni olish imkonini beradi. Olingan namunalar normal mineralizatsiyasiz osteoid to'qimalari kabi xarakterli o'zgarishlar mavjudligi uchun tahlil qilinadi, bu raxit tashxisini tasdiqlaydi.

- Genetika tekshiruvi D vitamini va minerallar almashinuviga ta'sir qiluvchi genetik mutatsiyalar bilan bog'liq bo'lgan raxitning irsiy shakllariga shubha qilingan hollarda foydali bo'lishi mumkin. Ushbu tadqiqotlar muayyan genetik nuqsonlarni aniqlashi va tegishli davolash va oldini olish usullarini aniqlashi mumkin.

- Raxitni tashxislashning zamonaviy usullari ultratovushli densitometriyani ham o'z ichiga oladi, bu esa suyak zichligini baholash imkonini beradi. Ushbu invaziv bo'lmagan usul, ayniqsa, bolalarda davolash va suyak massasining samaradorligini kuzatish uchun foydalidir.

Davolash usullari

Terapiyaning asosiy maqsadi bolaning normal o'sishi va rivojlanishini tiklash, shuningdek, ushbu kasallik bilan bog'liq mumkin bo'lgan asoratlarni oldini olishdir. Raxitni davolash usullari ham dori-darmon, ham dori bo'lmagan usullarni o'z ichiga oladi.

Raxitni dori-darmonlar bilan davolashning asosi D vitaminini qabul qilishdir. dozasi individual ravishda tanlanadi va dozani oshirib yuborish va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan nojo'ya ta'sirlardan qochish uchun qondagi kaltsiy, fosfor va D vitamini darajasini muntazam laboratoriya sinovlari yordamida nazorat qilinadi.

Bolalarda raxitni davolashda D vitamini bilan bir qatorda kaltsiy preparatlari qo'llaniladi. Ular ushbu elementning etishmasligini qoplashga yordam beradi va suyak shakllanishi jarayonlarini normallashtirishga hissa qo'shadi. Dori-darmonlar bolaning

yoshiga va shifokorning xohishiga qarab planshetlar, siroplar yoki eritmalar shaklida buyurilishi mumkin. Shuni hisobga olish kerakki, D vitamini va kaltsiyni bir vaqtda qo'llash kasallikni davolashda eng yaxshi natijalarga erishishga imkon beradi.

Bolaning ovqatlanishi muvozanatli bo'lishi va etarli miqdorda D vitamini, kaltsiy va fosforni o'z ichiga olishi kerak. Kundalik menyuingizga baliq (ayniqsa, losos va seld baliq'i kabi yog'li navlar), tuxum sarig'i, jigar, sut mahsulotlari (sut, pishloq, yogurt), shuningdek vitamin bilan boyitilgan ovqatlar kabi ushbu moddalarga boy mahsulotlarni kiritish tavsiya etiladi. D, masalan, o'simlik moylari va sut aralashmalarining ayrim turlari. Emizgan chaqaloqlarga qo'shimcha D vitamini kerak bo'lishi mumkin, chunki ona sutida D vitamini etarli bo'lmasligi mumkin.

Toza havo va quyosh nuriga muntazam ta'sir qilish ham raxitni davolashning muhim tarkibiy qismidir. Quyosh nurlari terida D vitamini sinteziga yordam beradi, bu uning etishmasligini qoplashga yordam beradi. Kuniga kamida 30 daqiqa ochiq havoda, ayniqsa quyoshli mavsumda o'tkazish tavsiya etiladi. Quyosh yonishi xavfini oldini olish uchun iqlim sharoiti va yil vaqtini hisobga olish muhimdir.

Fizioterapiya va mashqlar terapiyasi mushaklar va suyaklarni mustahkamlashga, bolaning umumiy jismoniy holatini yaxshilashga va deformatsiyalar rivojlanishining oldini olishga yordam beradigan qo'shimcha usullardir. Mashqlar bolaning yoshi va jismoniy holatiga qarab individual ravishda tanlanadi. Muntazam jismoniy mashqlar vosita faolligi va muvofiqlashtirishni yaxshilashga yordam beradi, bu mushaklar kuchsizligi va gipotenziyani boshdan kechiradigan raxit bilan og'rigan bolalar uchun ayniqsa muhimdir.

Suyakning og'ir deformatsiyasi bo'lsa, ortopedik davolanish kerak bo'ladi. Shinalar va korsetlar kabi maxsus ortopedik asboblardan foydalanish oyoq-qo'llarning egriligini tuzatishga va tananing to'g'ri holatini saqlashga yordam beradi. Ayniqsa og'ir holatlarda, konservativ davo kerakli natijalarni bermasa, jarrohlik aralashuvi ehtimoli ko'rib chiqiladi. Operatsiyalar suyaklarning og'ir deformatsiyasini tuzatishga va bolaning hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan.

Bolaning ahvolini kuzatish va shifokorga muntazam tashrif buyurish raxitni davolashning ajralmas qismidir. Qonda D vitamini, kaltsiy va fosfor darajasini kuzatish, shuningdek, bolaning umumiy holati va rivojlanishini baholash davolanishni o'z vaqtida sozlash va yuzaga kelishi mumkin bo'lgan asoratlarni oldini olish imkonini beradi. Bolalarda raxitni davolashda eng yaxshi natijalarga erishish uchun ota-onalar va tibbiyot xodimlari yaqindan hamkorlik qilishlari muhimdir.

Raxitning oldini olish

Raxitning oldini olishning asosiy usullaridan biri to'yimli va muvozanatli ovqatlanishni ta'minlashdir. Bolaning ratsionida D vitamini, kaltsiy va fosforgia boy ovqatlar etarli miqdorda bo'lishi kerak. Bu ovqatlarga quyidagilar kiradi: yog'li baliq (losos, seld), jigar, tuxum sarig'i va sut, pishloq va yogurt kabi sut mahsulotlari. Emizgan chaqaloqlar uchun onaning ovqatlanishi muvozanatli bo'lishi va barcha kerakli vitamin va minerallarni o'z ichiga olishi muhimdir. Ba'zi hollarda, bu vitaminning bolaning tanasida etarli darajada bo'lishini ta'minlash uchun D vitaminini tomchilar shaklida qo'shimcha kiritish talab etiladi. Toza havoda etarli darajada ta'sir qilish va quyosh nuriga ta'sir qilish raxitning oldini olishda eng muhim omillardir. Quyoshning ultrabinafsha nurlari teridagi biologik faol moddalarning sinteziga yordam beradi, bu esa uning organizmdagi normal darajasini saqlab qolishda asosiy rol o'ynaydi. Kuniga kamida 30 daqiqa ochiq havoda, ayniqsa quyoshli kunlarda o'tkazish tavsiya etiladi. Quyosh yonishi va issiqlik urishi xavfini oldini olish uchun yilning vaqtini va iqlim sharoitini hisobga olish muhimdir. Qishda va quyosh faolligi past bo'lgan hududlarda ultrabinafsha nurlanishining etishmasligini qoplash uchun vitamin qo'shimchalarini olish kerak.

Raxitning oldini olishning muhim jihati ota-onalar va tibbiyot xodimlariga D vitamini va kaltsiyning suyak salomatligi va bolaning umumiy rivojlanishi uchun ahamiyati haqida ma'lumot berishdir. To'g'ri ovqatlanish, toza havoda vaqt o'tkazishning afzalliklari va muntazam tibbiy kuzatuv zarurligi haqidagi ma'lumotlar raxit va unga bog'liq asoratlarni rivojlanishining oldini olishga yordam beradi. Shifokorlar va hamshiralar raxitning oldini olish bo'yicha xabardorlikni oshirish va zarur resurslardan foydalanishni ta'minlashga qaratilgan ta'lim dasturlarida faol ishtirok etishlari kerak.

Raxitning oldini olish ijtimoiy-iqtisodiy turmush sharoitlarini yaxshilashga qaratilgan chora-tadbirlarni ham o'z ichiga oladi. Sifatli ovqatlanish, tibbiy yordam va faol turmush tarzi uchun sharoitlarni ta'minlash raxit xastaligi xavfini kamaytirishning muhim omilidir. Bolali oilalarni qo'llab-quvvatlashga qaratilgan davlat dastur va tashabbuslari navqiron avlod salomatligi va farovonligini ta'minlashda muhim ahamiyat kasb etishi mumkin.

Asoratlari: Suyak yumshashiga, mushak va bo'g'imlar bo'shashishi, immunitet sustlashishi, kamqonlik kuzatiladi. Bola boshi va gavdasini to'g'ri tutishga qiynaladi, liqildog'i sekin bitadi. Tishlar chiqishi kechikadi. Tez-tez shamollaydi. Vaqtida davolanmasa, bola kattalashgan sari suyaklari qiyshiq o'sish ehtimoli ortadi. Umurtqa pog'onasining bukchayishi, ko'krak qafasini pastga qarab enkayib qolishi, oyoqni "X" yoki "O" shaklida qiyshayishi, yassi oyoqlik paydo bo'ladi. Ichki a'zolari noto'g'ri rivojlanishi, aqliy zaiflik paydo bo'lishi mumkin.

Profilaktika:

Homiladorlik davrida

Kuniga kamida 2 soat toza havoda sayr qilish, shifokor ko'rsatmasi bilan kalsiy preparatlarini qabul qilish mumkin. Qish mavsumida vitaminga boy mahsulotlarni tanovul qilish va qo'shimcha D vitaminini ichish lozim.

Tug'ruqdan keyin

Bola olti oygacha iloji boricha faqat ona suti bilan parvarish qilinishi kerak. Emizish davrida ona vitaminli mahsulotlarni iste'mol qilishi lozim. Qo'shimcha ovqatlarga o'tilganda, bola taomnomasida go'sht, tuxum, baliq kabi mahsulotlar bo'lishiga ahamiyat berish zarur. Iloji boricha kunduzi ochiq havoda sayr qilishni unutmaslik lozim. Tadqiqotlar xulosasiga ko'ra, D vitamining yetarli dozasini ta'minlash uchun kunduzi yuz, qo'l ochiq bo'lgan holatda har kuni yoki kamida haftasiga uch marta quyosh nurini olish kerak. Bunda teri oq bo'lsa, besh daqiqa; bug'doyrang bo'lsa, yarim soat kifoya. Shuningdek, bo'g'im va umurtqa pog'onalarini rivojlantirish va mustahkamlash uchun gimnastika va massaj tavsiya qilinadi.

Foydanilgan adabiyotlar

- 1.S.A.Ma'murov- Fizioterapiya va massaj kitobi
- 2.Q.I.Inamov- Pediatriyada hamshiralik ishi
3. W.W.W.-Internet saytlari