

RAXIT KASALLIGIGA OLIB KELUVCHI SABABLAR VA KASALLIKNING PROFILAKTIKASI

Qoraqalpog'iston tibbiyot institute
«Anatomiya, klinik anatomiya va gistologiya»
*kafedrası mudiri **Madaminov Alisher Asqarovish**,*
«Morfologiya» mutaxassisiligi I-kurs magistr talabasi
Abdigaparova Yulduz Kóbeysinovna
abdigaparovajuldiz@gmail.com

Annotasiya

Bu maqolada raxit kasalligiga sabab boluvchi va uning rivojlanishiga olib keluvchi sabablar kórsatilgan. Jumladan D vitamini yetishmovchiligi sabablari, bolalarning notógri ovqatlanishi va ularda kaltsiy va fosfor yetishmovchiligi haqida yoritilgan. Maqola raxitning oldini olish choralarini kórsatish, kasallikning keng tarqalishiga kurashish maqsadida yozilgan.

Kalit sózlar: Raxit, kasallik, D vitamin, kaltsiy, fosfat, yetishmovchilik, milligram, quyosh nuri, profilaktika, ratsion.

Hozirgi vaqitta davlatimizda tibbiyot sohasidagi olib borilayotgan rivojlanishlar, davlatimiz rahbarining tibbiyot rivojlanishiga qaratilgan bir qator farmonlari joriy etilgan. Ayniqsa shuni aytilish joyizki yoshlarning har tomonlama yetuk sóg-salomat voyaga yetishi uchun alohida etibor berilmoqda. Lekin shunga qaramastan yosh bolalar orasida oldini olishimiz mumkin bólgan kasalliklarning hali hamon rivojlanishi va kópayishi achinarli holat.

Raxit – yosh bolalarda osayotgan suyakdagi mineralizatsiya jarayonini buzilishi yani bolaning fosfatlar va kaltsiyga bolgan ehtiyojining organizmga kelip tushayotgan miqdori bilan nomutanosibligi sababli rivojlanadi. Lekin ayirim holatlarda organizmga bu moddalar kelip tushish miqdori yuqori bolishidan qatiy nazar agar organizmda bu moddalarni sorilishini taminlovchi tizimlarning yetishmovchiligi bilan bogliq holatlarda ham rivojlanishi mumkin.

Raxit kasalligi juda uzoq yillardan buyon órganilgan oldini olish va davolash choralari malum bólishiga qarmastan bu kasallik Ózbekiston hududida bir yoshli bolalarning taxminan 27% da aniqlangan. Raxit kasalligi bola tuóilganidan song yoki homiladorlik davirdan boshlab ham rivojlanishi mumkin.

Raxit kasalligining rivojlanishiga olib keluvchi sabablarni quyidagi guruhlariga bolib organish mumkin;

- Erta yoshdagi bolalarning osish suratining ortishi ularning vitamin va minerallarga bolgan ehtiyojining qondirilmasligi.

- Ovqatlanish nuqsonlari bilan bogliq bolgan ovqat tarkibida kaltsiy va fosfatlarning yetishmovchiligi. Agar ayollar homiladorlik davrida turli sabablarga kora toksikoz belgilarining kuchli bolishi yoki organizm uchun zarur bolgan oziq ovqatlarni (sut mahsulotlari, gosht, baliq, tuxum) cheklash holatlarida kasallik rivojlanishi kuzatilishi mumkin.

Ona sutida kaltsiy miqdori 15 dan 40 mg (milligram) /dl gacha bolishi mumkin, lekin bola tugilgandan song daslabki oylarida bir sutkada kaltsiyga bolgan ehtiyoj 180 dan 350 mg gacha bolishi zarur. Shu bilan bir qator 6 oydan oshgan bolalar uchun esa sutkalik miqdor 400 mg dan kam bolmasligi darkor.

Ona sutida fosfatlar miqdori 5 dan 15 mg gacha bolishi mumkin. Bola tugilgandan song hayotining daslabki oylarida bir sutkada qabul qilishi zarur bolgan fosfatlar miqdori 50 dan 180 mg gacha bolishi zarur. Birinchi yarim yillikda esa 300 mg gacha ortishi kerak. Shundan kelib chiqish mumkinki ovqatlanish ratsionida qoshimcha kaltsiy va fosfatlarning yetishmovchiligi kasallik rivojlinshiga olib keluvchi asosiy sabab bolishi mumkin.

- D vitaminini endogen va ekzogen yetishmovchiligi, chunki vitamin D organizmda Ca va fosfatlar almashinuvini taminlovchi modulyator hisoblanadi. Vitamin D organizmda ultrafiolet nurlar orqali terida paydo boladi. Bu vitamin yetishmovchiligi kopchilik holatlarda ijtimoiy bolmagan yani bolani tez-tez quyosh nuriga olib chiqilmagan bolalarda uchrashi mumkin.

- Ichaklarda D vitamini soralishi buzilishi; bazi ichak kasalliklari (misol; Kron kasalligi, kistoz fibrozi, seliak kasalligi) sabapli organizm D vitaminini yetarli mugdorda singdira olmaydi va organizmda gipovitaminoz holati yuz beradi.

Jigar va buyrak kasalliklari sabapli ham raxit kasalligi rivojlanishi mumkin chunki D vitamini jigar va buyrakta aktiv holatka otadi. Jigar va buyrak yetishmovchiligi bolgan bolalalarda D vitamini organizmga yetarli mugdorda tushsa ham lekin aktiv foaliyat yuritmaganligi sabapli raxit kasalligi rivojlanadi.

Raxit kasalligini vaqtida oldini olmasak yoki davolamasak bolalar organizmida sezilarli darajada ozgarishlarga masalan; qaddi qomatining notogri rivojlanishi, tashqi korinishida suyaklarning bortip chiqish holatlari, nafas tizimida ozgarishlar uchrashi va boshqa jiddiy kasallilarning rivojlanishiga sabab bolishi mumkin. Agar bia quyidagi profilaktik ishlarni olib borsak bu kasallikning paydo bolishi va rivojlanishini oldini olshimiz mumkin.

Raxitning homiladorlik davridagi profilaktikasiga ochiq havoda sayir qilish va homilador ayolning xilma-xil ovqatlanishi muntazam ravishta vitamin va minerallar qabul qilish, fosfat va kaltsiya almashinuvini buzilishini oldini olish maqsadida homilani kaltsiy, fosfat va D vitaminj bilan taminlash zarur.

Postnatal profilaktika: *D vitamini bilan taminlash*. D vitamini asosan quyosh nuri tasirida ishlab chiqiladi. Shu sababli bolalar har kuni 15-30 daqiqa atrofida ertalab va kechki sayirlarga olib chiqarilishi tavsiya qilinadi. Bazi hollarda ayniqsa

quyosh nuri kam hududlarda yashovchi bolalar uchun pediater tomonidan D vitamini preparatlari profilaktik tarzda beriladi.

Tógri ovqatlanish. Yangi tugilgan bolalar uchun ang yaxshi oziqa bu ona sutidir, lekin ona ovqat ratsioniga qat'iy amal qilgan bolishi yani D vitamini, kaltsiy va fosfatlar boy mahsulotlarni istemol qilgan bolishi lozim. Suniy aralashmalar bilan oziqlanadigan bolalar uchun esa tarkibida D vitamini va kaltsiy bolishiga etibor qaratishlari lozim.

Yosh kattalashgan sari bolaning ro'vqatlanish ratsioniga quyidagi mahsulotlarni; baliq (asosan treska jigar yogi), tuxum sarigi, saryog, sut, qatiq, pishloq, jigar, gosht, yashil bargli sabzavotlar (ismaloq, brokkoli) kabilar bolishi lozim.

Soglom turmush tarzini shakllantirish; Bolalarni muntazam ravishta tashqi muhitda sayr qildirish. 1 yoshgacha bolalarni har kuni , 1 yoshdan keyin esa kun ora chomiltirish. Suv va havo vannalari, jismoniy faollik bilan bolani yoshiga mos ravishda shugillatirish. Xona havosini tez-tez shamollatip va xonani toza saqlash lozim.

Maxsus guruhdagi bolalar uchun profilaktika; Muddatidan oldin tugilgan chaqaloqlar uchun raxit xavfi yuqori hisoblanadi, chunki hoiladorlikning asosan uchinchi trimestrida homilada vitamin va minerallar yigish jarayoni kechadi muddatidan oldin tugilgan bolalarda esa bu jarayon oxiriga yetmaganligi sababli ular vitamin va minerallar zaxirasi kam boladi.

Ekologik noqulay hududlarda yashovchilarda quyosh nuri va oziq-ovqat sifati past bolishi mumkin. Shu sababli bunday hududda yashovchi bolalar maxsus monitoring ostida va profilaktik choralar kuchaytirilishi lozim.

Foydalangan adabiyotlar:

1. N.A.Rasulova. R.X.Sharipov. Raxit profilaktikasi va davolashda yangi yondashuv (monografiya). Samarqand 2023.
2. Мальцев С. В. К дискуссии о рахите // Педиатрия. Журнал им. Г. Н. Сперанского. 2008. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-diskussii-o-rahite>
3. Расулова Надира Алишеровна, Расулов Алишер Собирович, Шарипов Рустам Хайтович, Ахмедова Махбуба Махмудовна, Ирбутаева Лола Ташбековна Оценка значимости уровня 25(ОН)D3 в сыворотке крови и его влияние на профилактику рахита у детей 1-го года жизни // Достижения науки и образования. 2019. №11 (52). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-znachimosti-urovnya-25-on-d3-v-syvorotke-krovi-i-ego-vliyanie-na-profilaktiku-rahita-u-detey-1-go-goda-zhizni>
4. Мальцев С. В. Рахит у детей: причины, диагностика, лечение // ПМ. 2017. №5 (106). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rahit-u-detey-prichiny-diagnostika-lechenie>

5. Захарова И. Н., Коровина Н. А., Дмитриева Ю. А. Роль метаболитов витамина d при рахите у детей // Педиатрия. Журнал им. Г. Н. Сперанского. 2010. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-metabolitov-vitamina-d-pri-rahite-u-detey>
6. Неудахин Е. В., Атейкин А. В. Спорные теоретические и практические вопросы рахита у детей на современном этапе // Педиатрия. Журнал им. Г. Н. Сперанского. 2003. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spornye-teoreticheskie-i-prakticheskie-voprosy-rahita-u-detey-na-sovremennom-etape>
7. Хлебовец Н. И. Рахит: лечение и профилактика // Журнал ГрГМУ. 2011. №4 (36). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rahit-lechenie-i-profilaktika>