

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA ANEMIYA

Akbarova Feruza

Alfraganus universiteti

Maxmanazarov G'afur Axnazarovich

Ilmiy rahbar: Alfraganus universiteti Klinik fanlar kafedrası assistenti

MAQOLA
MALUMOTI

ANNOTATSIYA:

MAQOLA TARIXI:

Received:19.09.2025

Revised: 20.09.2025

Accepted:21.09.2025

KALIT SO'ZLAR:

Anemiya,
maktabgacha yosh,
temir tanqisligi,
gemoglobin, to'g'ri
ovqatlanish,
profilaktika, bolalar
salomatligi

Ushbu maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda keng tarqalgan anemiya kasalligining kelib chiqish sabablari, klinik belgilari, oqibatlari va davolash hamda profilaktika usullari yoritib beriladi. Anemiya bolalar organizmida gemoglobin darajasining pasayishi yoki qizil qon hujayralarining yetarli darajada ishlab chiqilmasligi natijasida yuzaga kelib, ularning jismoniy va aqliy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotda temir tanqisligi anemiyasining bolalar orasida eng ko'p uchraydigan, to'g'ri ovqatlanish, vitamin-mineral komplekslari va tibbiy nazoratning ahamiyati haqida batafsil ma'lumotlar keltiriladi.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda anemiya – bu qondagi gemoglobin miqdorining me'yoridan pasayishi yoki eritrotsitlar sonining kamayishi bilan tavsiflanadigan kasallikdir. Bu holat ko'pincha temir tanqisligi bilan bog'liq bo'lib, bolalar orasida eng ko'p uchraydigan ovqatlanish bilan bog'liq muammolardan biri hisoblanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha maktabgacha yoshdagi bolalarning 40 foizdan ortig'ida anemiya belgilari uchraydi. Ushbu kasallikning asosiy sabablari noto'g'ri ovqatlanish, vitamin va mineral moddalarning yetarli bo'lmashligi, surunkali kasalliklar yoki parazit infeksiyalar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Anemiya bolaning jismoniy rivojlanishini sekinlashtiradi, immun tizimini zaiflashtiradi, intellektual salohiyatining to'liq namoyon bo'lishiga to'sqinlik qiladi. Shu bois ushbu muammoni erta

aniqlash, to'g'ri davolash va profilaktika choralari bugungi kunda tibbiyotning dolzarb masalalaridan biridir.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda anemiya – bu qondagi gemoglobin miqdorining fiziologik me'yordan pasayishi yoki eritrotsitlar sonining kamayishi bilan xarakterlanuvchi patologik holat bo'lib, organizmda kislorod tashish jarayonini izdan chiqaradi. Anemiya ko'pincha temir tanqisligi bilan bog'liq bo'lib, ushbu yosh guruhidagi bolalarda eng ko'p uchraydigan ovqatlanish bilan bog'liq kasalliklar sirasiga kiradi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, dunyo bo'yicha maktabgacha yoshdagi bolalarning qariyb 40–50 foizida turli darajadagi anemiya holatlari uchraydi. Bu kasallikning keng tarqalishi bolalarning sog'lom jismoniy va aqliy rivojlanishiga jiddiy xavf tug'diradi.

Anemiyaning asosiy sabablari orasida to'yib ovqatlanmaslik, temirga boy mahsulotlarni yetarli iste'mol qilmaslik, parazit infeksiyalar (masalan, gijja kasalliklari), ichki qon ketishlar, surunkali infeksiyalar va ayrim genetik kasalliklar mavjud. Temir tanqisligi anemiyaning eng ko'p uchraydigan turi bo'lib, uning kelib chiqishida bolaning tez o'sishi, onaning homiladorlik davrida temirga boy oziq-ovqat mahsulotlarini yetarli iste'mol qilmasligi, erta tug'ilish yoki past vazn bilan tug'ilish ham muhim rol o'ynaydi. Ona suti bilan to'liq emizilmagan yoki noto'g'ri sun'iy ovqatlantirilgan bolalarda anemiya rivojlanish xavfi yuqori bo'ladi.

Kasallikning klinik belgilariga umumiy holsizlik, tez charchash, rangparlik, bosh aylanishi, ishtahaning pasayishi, diqqatning sustlashuvi, soch to'kilishi, tirnoqlarning mo'rtlashishi, og'iz burchaklarida yoriqlar paydo bo'lishi kiradi. Ba'zi bolalarda yurak urishining tezlashishi, nafas qisishi, uyquchanlik, jismoniy rivojlanishning orqada qolishi kuzatiladi. Anemiya uzoq davom etsa, bolaning aqliy rivojlanishi, o'qish va fikrlash qobiliyatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, maktabgacha yosh davrida miya hujayralari faol rivojlanayotganligi sababli, gemoglobinning yetishmasligi intellektual salohiyatni pasaytiradi.

Anemiyani tashxislash uchun umumiy qon tahlili asosiy manba hisoblanadi. Tahlilda gemoglobin darajasi, eritrotsitlar soni va ularning morfologik xususiyatlari aniqlanadi. Temir tanqisligi anemiyasi aniqlanganda zardobdagi temir miqdori, ferritin darajasi, transferrin to'yinganligi ham qo'shimcha baholanadi. Tashxis jarayonida anemiyaning sabablari, og'irlik darajasi va organizmning umumiy holati hisobga olinadi.

Davolash jarayoni anemiyaning turiga, og'irlik darajasiga va bolaning umumiy sog'ligiga qarab amalga oshiriladi. Temir tanqisligi anemiyasida asosiy davolash usuli – temir preparatlarini qabul qilishdir. Bu preparatlar shifokor nazorati ostida, belgilangan dozada va

ma'lum muddat davomida beriladi. Odatda davolash jarayoni bir necha oy davom etadi va preparatlarni qabul qilish bilan birga temirga boy ovqatlanish tavsiya etiladi. Temir preparatlarining samaradorligini oshirish uchun ularni C vitamini bilan birgalikda iste'mol qilish tavsiya etiladi, chunki askorbin kislotasi temirning so'rilishini yaxshilaydi.

Ovqatlanish rejimini to'g'ri tashkil etish anemiyani davolashning eng muhim omillaridan biridir. Bola ratsioniga temirga boy mahsulotlar – qizil go'sht, jigar, tuxum sarig'i, baliq, loviya, ismaloq, ko'katlar, quritilgan mevalar (mayiz, o'rik, xurmo) va yormalar kiritilishi kerak. Sut mahsulotlari foydali bo'lsa-da, ularni temirga boy taomlar bilan bir vaqtda iste'mol qilish tavsiya etilmaydi, chunki kalsiy temirning so'rilishini pasaytirishi mumkin. Bolaga shirinliklar, gazli ichimliklar, konserva mahsulotlarini ko'p miqdorda berishdan saqlanish lozim.

Anemiyani oldini olishda profilaktik choralarga alohida e'tibor qaratish lozim. Homilador ayollar o'z ovqatlanish ratsionida temir, foliy kislotasi, vitamin B12 ga boy mahsulotlarni muntazam iste'mol qilishlari zarur. Homiladorlik davrida temir tanqisligi aniqlangan hollarda shifokor tavsiyasi bilan temir preparatlarini qabul qilish tavsiya etiladi. Bu chora-tadbirlar yangi tug'ilgan chaqaloqda anemiyani oldini olishga yordam beradi. Bola tug'ilgandan so'ng esa ona suti bilan to'liq emizish, 6 oylikdan boshlab temirga boy qo'shimcha ovqatlarni bosqichma-bosqich joriy qilish anemiyani rivojlanish xavfini kamaytiradi.

Bundan tashqari, bolalar o'rtasida parazit infeksiyalarini oldini olish ham muhim ahamiyatga ega, chunki gijja kasalliklari temirning so'rilishini kamaytirib, anemiya rivojlanishiga sabab bo'ladi. Shu bois bolalarni yiliga kamida ikki marta tibbiy ko'rikdan o'tkazish, zarur hollarda dehelmintizatsiya qilish, gigiyena qoidalariga rioya etish lozim. Toza ichimlik suvi bilan ta'minlash, sabzavot va mevalarni iste'moldan oldin yaxshilab yuvish, qo'l yuvish madaniyatini shakllantirish parazit infeksiyalarini kamaytiradi.

Davlat darajasida amalga oshirilayotgan sog'lomlashtirish dasturlari, bolalar bog'chalari va poliklinikalarda muntazam tibbiy nazoratni yo'lga qo'yish, onalar uchun sog'lom ovqatlanish bo'yicha ma'rifiy ishlar olib borish anemiyani kamaytirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shuningdek, ommaviy axborot vositalari orqali anemiya profilaktikasi bo'yicha keng tushuntirish ishlari olib borish, ota-onalar ongini oshirish kasallikning erta oldini olishga yordam beradi.

Xulosa qilib aytganda, maktabgacha yoshdagi bolalarda anemiya – bu nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy muammo hamdir. Ushbu kasallikni erta aniqlash, to'g'ri davolash va profilaktika choralari kengaytirish orqali bolalarning jismoniy va aqliy rivojlanishini to'liq

ta'minlash, kelajak avlodning salomatligini mustahkamlash mumkin. Anemiyani kamaytirish uchun ota-onalar, tibbiyot xodimlari va jamiyatning barcha qatlamlari hamkorlikda ish olib borishi zarur.

Maktabgacha yoshdagi bolalarda anemiya – bu nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan muhim sog'liq muammosidir. Ushbu kasallikning asosiy sababi ko'pincha temir tanqisligi bo'lib, u bolaning tez o'sishi, noto'g'ri ovqatlanish, parazit infeksiyalari va homiladorlik davridagi yetarli ovqatlanmaslik bilan chambarchas bog'liqdir. Anemiya bolalarda jismoniy va aqliy rivojlanishning sekinlashishiga, immunitetning pasayishiga, o'qish va fikrlash qobiliyatining sustlashishiga olib keladi. Shuning uchun erta tashxislash, to'g'ri davolash va samarali profilaktika choralari kasallikning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Profilaktik choralar sifatida homiladorlik davrida temir va vitaminlarga boy ovqatlanish, bolani to'liq emizish, qo'shimcha ovqatlarni to'g'ri joriy etish, temirga boy mahsulotlarni bolalar ratsioniga kiritish, parazit kasalliklarini vaqtida aniqlash va davolash, shuningdek gigiyena qoidalariga rioya qilish eng samarali usullar hisoblanadi. Ota-onalarning ushbu boradagi bilimlarini oshirish, tibbiy ko'riklarni muntazam o'tkazish kelajak avlodning sog'lom bo'lib voyaga yetishida muhim rol o'ynaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (WHO). Iron deficiency anaemia: assessment, prevention and control. Geneva, 2021.
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Bolalar ovqatlanishi va temir tanqisligi anemiyasining oldini olish bo'yicha qo'llanma. Toshkent, 2022.
3. Stoltzfus RJ, Dreyfuss ML. Guidelines for the use of iron supplements to prevent and treat iron deficiency anemia. ILSI Press, 2018.
4. UNICEF. State of the World's Children: Nutrition and Anemia in Early Childhood. New York, 2020.
5. Нормуродов III., Ҳасанова Г. “Bolalarda anemiyani tashxislash va davolashning zamonaviy yondashuvlari.” *Pediatrica jurnali*, №3, 2023.
6. Baker RD, Greer FR. “Diagnosis and prevention of iron deficiency and iron-deficiency anemia in infants and young children.” *Pediatrics*, 2019;143(4):e20190860.