



BOLALARDA KAM KONLIG SABABLARI VA UNI OLDINI OLIH CHORALARI

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19006068>

Kamilova Muxlisa Gafurovna

*Qo'qon universiteti Andijon filiali
Pediatriya fakulteti 1-bosqich talabasi
Ilmiy rahbar, dots.nt - A.G'. G'aniyev
Andijon, O'zbekiston*

Annotatsiya. Maqolada anemiyaning turli xillari, ularning sabablari, diagnostikasi va davolash usullari, shuningdek, ushbu holatning sabablariga qarab oldini olish yondashuvlari ko'rib chiqiladi. Davolashda individual yondashuv zarurligi va asoratlarning oldini olish uchun erta aniqlashning ahamiyatiga alohida e'tibor qaratilgan. O'z vaqtida shifokorga murojaat qilish, sog'lom ovqatlanish va organizm holatini nazorat qilish kamqonlikning oldini olish yoki davolashda samarali yordam berishi aniqlangan.

Tayanch iboralar: kamqonlik, temir tanqisligi kamqonligi, tashxislash, davolash, profilaktika.

CAUSES OF ANEMIA IN CHILDREN AND MEASURES FOR ITS PREVENTION

Kamilova Mukhlisa Gafurovna

*Andijan branch of Kokand University
1st year student of the Faculty of Pediatrics
Scientific supervisor, Associate Professor
A.G. Ganiev
Andijan, Uzbekistan*

Abstract: The article examines various types of anemia, their causes, methods of diagnosis and treatment, as well as preventive approaches depending on the causes of this condition. Special attention is paid to the need for an individual approach to treatment and the importance of early detection for the prevention of complications. It has been established that timely consultation with a doctor, healthy nutrition, and monitoring of the body's condition can effectively help in the prevention or treatment of anemia.

Key words: anemia, iron deficiency anemia, diagnosis, treatment, prevention.

ПРИЧИНЫ АНЕМИИ У ДЕТЕЙ И МЕРЫ ЕЁ ПРОФИЛАКТИКИ



Камилова Мухлиса Гафуровна

Студентка 1 курса педиатрического факультета

Андижанский филиал Кокандского университета

Научный руководитель – доцент А. Г. Ганиев

Андижан, Узбекистан

Аннотация: В статье рассматриваются различные виды анемии, их причины, методы диагностики и лечения, а также подходы к профилактике в зависимости от причин этого состояния. Особое внимание уделяется необходимости индивидуального подхода к лечению и важности раннего выявления для профилактики осложнений. Установлено, что своевременное обращение к врачу, здоровое питание и контроль состояния организма эффективно помогают в профилактике или лечении анемии.

Ключевые слова: анемия, железодефицитная анемия, диагностика, лечение, профилактика.

KIRISH

Anemiya - qonda eritrotsitlar yoki gemoglobin miqdorining yetarli emasligi bilan tavsiflanadigan holat bo'lib, organizmda kislorod yetishmasligiga olib keladi. Bu holat sog'liqni saqlashning global muammosi bo'lib, u barcha yosh guruhlari va ijtimoiy mavqedagi odamlarga ta'sir qilishi mumkin. Anemiyaning sabablari xilma-xil bo'lib, ular oziq moddalar yetishmovchiligi, surunkali kasalliklar, suyak iligi kasalliklari yoki irsiy kasalliklar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Aksariyat kamqonlik holatlarini samarali davolash mumkin bo'lsa-da, erta aniqlash va aniq tashxis qo'yish muvaffaqiyatli tiklanishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Kamqonlik sabablari. Anemiya ko'plab sabablarga ko'ra rivojlanishi mumkin, ular orasida quyidagilar ajralib turadi:

1. Temir tanqisligi kamqonligi - eng ko'p uchraydigan turi bo'lib, organizmda temir yetishmaganda kelib chiqadi va gemoglobin sintezining buzilishiga olib keladi.

2. Vitaminlashgan anemiya - vitamin V12 va folat kislota yetishmovchiligi eritrotsitlar hosil bo'lishini buzishi mumkin.

3. Surunkali kasalliklar - buyrak kasalliklari, yallig'lanish jarayonlari, saraton yoki yuqumli kasalliklar anemiyaga olib kelishi mumkin.

4. Irsiy buzilishlar - o'roqsimon hujayrali anemiya, talassemiya kabi irsiylanadi va eritrotsitlar sifatiga ta'sir qiladi.

5. Qon yo'qotish - ham surunkali, ham o'tkir, eritrotsitlar va gemoglobin yetishmovchiligiga sabab bo'lishi mumkin.



Anemiya diagnostikasi. Anemiyanı tashxislash uchun shifokorlar kompleks tekshiruv o'tkazadilar, bu quyidagi usullarni o'z ichiga oladi:

1. Umumiy qon tahlili (UQT) - darajani aniqlashning asosiy usuli gemoglobin, eritrotsitlar va boshqa muhim ko'rsatkichlar.

2. Qondagi temir va ferritin miqdorini o'lchash - aniqlash imkonini beradi

temir tanqisligi anemiyasi

3. B12 vitamini va foliy kislotalari testlari - uchun zarur anemiyaning vitaminlashtirilgan shakllari diagnostikasi.

4. Biokimyoviy tahlillar - surunkali kasalliklar va kamqonlikka olib kelishi mumkin bo'lgan boshqa buzilishlar.

5. Magnit-rezonans tomografiya (MRT) yoki suyak ko'migi biopsiyasi - kamqonlikning irsiy yoki kam uchraydigan shakllariga shubha tug'ilganda.

Kamqonlikni davolash. Kamqonlikni davolash uni keltirib chiqargan sababga bog'liq. Davolashning asosiy yondashuvlariga quyidagilar kiradi:

1. Temir saqllovchi preparatlar - temir tanqisligi kamqonligini davolash uchun, ko'pincha tabletka yoki in'eksiya ko'rinishida.

2. B12 vitaminlari va foliy kislotalari - ushbu vitaminlar yetishmovchiligi bilan bog'liq kamqonlikni davolash uchun.

3. Eritrotsitlar ishlab chiqarilishini boshqaruvchi preparatlar - surunkali

kasalliklar bilan bog'liq kamqonlikni davolash uchun eritropoetin.

4. Qon quyish - anemiyaning og'ir holatlarida, boshqa davolash usullari yordam bermaganda.

5. Jarrohlik amaliyoti - surunkali qon yo'qotish yoki boshqa patologik holatlarda.

Kamqonlikning oldini olish. Anemiyaning oldini olish sog'liqni saqlash uchun muhim ahamiyatga ega, ayniqsa bu kasallik bilan kasallanish darajasi yuqori bo'lgan mamlakatlar va mintaqalarda. Profilaktika yakka tartibdagi chora-tadbirlarni ham, jamoat dasturlarini ham o'z ichiga olishi mumkin. Xavf guruhlarini o'z vaqtida aniqlash va ularning oldini olishga qaratilgan chora-tadbirlarni amalga oshirish muhimdir.

To'g'ri ovqatlanish - profilaktikaning eng muhim omillaridan biri zarur mikroelementlar va vitaminlarni o'z ichiga olgan muvozanatli ovqatlanishdir. Go'sht, baliq, ko'katlar, dukkaklilar, butun don mahsulotlari kabi temirga boy mahsulotlar ushbu muhim mineral tanqisligining oldini olishga yordam beradi. Shuningdek, ratsionga temirning o'zlashtirilishini yaxshilaydigan C vitaminiga boy mahsulotlarni kiritish tavsiya etiladi. Bu, ayniqsa, temir tanqisligi anemiyasidan eng ko'p aziyat chekadigan reproduktiv yoshdagi ayollar, bolalar va keksalar uchun dolzarbdır.

Temir va vitaminli qo'shimchalar - agar ratsion kerakli miqdordagi vitaminlar va minerallarni ta'minlay



olmasa, temir, B guruhi vitaminlari va foliy kislotasi qo'shilgan qo'shimchalardan foydalanish mumkin. Temir tanqisligi anemiyasining oldini olish uchun, ayniqsa, homilador ayollar, emizikli ayollar va operatsiya qilingan yoki qon yo'qotgan odamlarga temir preparatlarini qo'llash tavsiya etiladi.

Qon yo'qotishning oldini olish - surunkali qon yo'qotish tufayli yuzaga keladigan kamqonlikning oldini olish uchun oshqozon-ichak trakti holatini kuzatish, yara, varikoz, gemorroy kabi kasalliklarni o'z vaqtida davolash, shuningdek, ayollarda hayz davrini nazorat qilish muhimdir. Agar hayz uzoq davom etsa yoki ko'p qon ketsa, gormonal yoki boshqa buzilishlarni istisno qilish uchun shifokor bilan maslahatlashish kerak.

Surunkali kasalliklarni nazorat qilish - diabet, buyrak kasalliklari, saraton, oshqozon-ichak trakti va boshqa organlarning surunkali kasalliklari bilan og'rigan bemorlar gemoglobin darajasini diqqat bilan kuzatib borishlari va muntazam ravishda tibbiy ko'rikdan o'tishlari kerak. Ba'zi surunkali kasalliklar kamqonlikni keltirib chiqarishi mumkin va bunday holatlarni davolash kamqonlikning oldini olishning muhim qismidir.

Regulyarnie meditsinskiye osmotri — har yili tibbiy ko'rikdan o'tkazish anemiyaning dastlabki belgilarini aniqlash va turmush tarzini to'g'rilash yoki erta bosqichlarda tegishli davolash vositalarini tayinlash imkonini beradi. Bu, ayniqsa, xavf guruhleri: bolalar,

homilador ayollar, keksalar va tez-tez infeksiyalarga moil bo'lganlar yoki qon yo'qotadiganlar uchun muhimdir.

Kamqonlikni o'z vaqtida aniqlash va davolash - umumiy qon tahlili va biokimyoviy tahlil kabi muntazam qon tahlillari gemoglobin darajasining pasayishi yoki kamqonlik rivojlanayotganini ko'rsatadigan boshqa o'zgarishlarni o'z vaqtida aniqlashga yordam beradi. Agar anemiya allaqachon rivojlangan bo'lsa, yurak-qon tomir kasalliklari, ichki organlar faoliyatining buzilishi va hayot sifatining yomonlashishi kabi asoratlarning oldini olish uchun iloji boricha erta davolanishni boshlash kerak.

Ta'lim dasturlari va jamoatchilik xabardorligi - kamqonlik profilaktikasi doirasida aholi o'rtasida xabardorlikni oshirish muhim ahamiyatga ega. Buni muvozanatli ovqatlanish, to'g'ri turmush tarzi va muntazam tibbiy ko'rikning ahamiyatini tushuntiruvchi ta'lim dasturlari yordamida amalga oshirish mumkin. Ko'pgina davlat va xususiy tashkilotlar bolalar, homilador ayollar va ushbu kasallik rivojlanish xavfi yuqori bo'lgan odamlar guruhlariga qaratilgan kamqonlikning oldini olish dasturlarini amalga oshirishlari mumkin.

Ijtimoiy omillar ta'siri - kamqonlik rivojlanishiga past daromad darajasi, yomon turmush sharoiti va to'yib ovqatlanmaslik kabi ijtimoiy-iqtisodiy omillar sabab bo'lishi mumkin. Shu bois aholi o'rtasida kasallanish darajasini kamaytirish uchun ijtimoiy-iqtisodiy



sharoitlarni yaxshilashga e'tibor qaratish lozim.

Biologik faol qo'shimchalardan foydalanish - kamqonlikning oldini olish uchun ba'zi hollarda temir va B guruh vitaminlari darajasini normallashtirishga yordam beradigan vitaminlar va minerallarni o'z ichiga olgan biologik faol qo'shimchalardan foydalanish mumkin.

Anemiyaning oldini olishda jismoniy faollikning o'rni - o'rtacha jismoniy faollik qon aylanishini yaxshilashga va suyak iligi ishini rag'batlantirishga yordam beradi, bu esa eritrotsitlar va gemoglobin darajasini normallashtirishga yordam beradi. Ochiq havoda sayr qilish, suzish yoki yengil mashqlar kabi muntazam jismoniy mashqlar kamqonlikning oldini olishning muhim qismi bo'lishi mumkin.

Anemiyaning oldini olish sog'lom ovqatlanish, muntazam tibbiy ko'riklar va

aniqlangan og'ishlarni o'z vaqtida tuzatishni o'z ichiga olgan kompleks yondashuvni talab qiladi. Bularning barchasi kasallik tarqalishini kamaytirish va hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi.

Xulosa. Kamqonlik keng tarqalgan kasallik bo'lib, turli omillar ta'sirida yuzaga kelishi mumkin. To'g'ri tashxis qo'yish va davolash bemorlarning sog'lig'ini tiklashda muhim bosqich hisoblanadi.

Shuni yodda tutish kerakki, anemiya mustaqil kasallik emas, balki bir qator boshqa kasalliklar bilan bog'liq bo'lishi mumkin bo'lgan alomatdir va davolashda individual yondashuvni talab qiladi. O'z vaqtida shifokorga murojaat qilish, sog'lom ovqatlanish va organizm holatini nazorat qilish kamqonlikning oldini olish yoki davolashda samarali yordam beradi.

LITERATURE:

1. Gromova N. I., Gavrilova M. A. Anemia: diagnosis and treatment. - M.: Medpress, 2020.
2. Benashvili S. G. Iron Deficiency Anemia. - St. Petersburg: Nevskiy Medical center, 2019.
3. Hasanov A. A. Treatment of anemia in chronic diseases. - Kazan: Medical Book, 2018.
4. Clinical recommendations for the diagnosis and treatment of anemia. - M.: Russian Medical Academy, 2021.
5. Serov V. A. Patophysiology and Therapy of Anemias. - M.: Medicine, 2017.

BOLALARDA YO'TAL BILAN O'TKIR RESPIRATOR KASALLIKLARNI DAVOLASHDA KOMBINATSIYALASHGAN PREPARATNING SAMARADORLIGINI BAHOLASH

<https://doi.org/>