

## **Onalar salomatligi - kelajak poydevori**

**Maqola tayyorladi:** Rajabboyeva Dilfuzaxon Abdumalik qizi, Farg'ona Jamoat Salomatligi Tibbiyot instituti "Davolash ishi" yo'nalishi 1-kurs talabasi

**Ilmiy rahbar:** M.YU.Umarova Farg'ona Jamoat Salomatligi Tibbiyot instituti "Ijtimoiy fanlar" kafedrasida assistenti

**Annotatsiya:** Maqolada ginekologiya tushunchasi, ginekologiya tarixi, ayollardagi kasalliklar, ularning tashxisi, simptomlari, ulardan kelib chiqadigan kasalliklar, davolash choralarini doimiy kasallikni organizmga uzoq muddatli tasiri hamda oldini olish haqida ma'lumotlar keltirilgan.

**Kalit so'zlar:** Ginekologiya, jinsiy a'zolar, klimakteriya, Gippokrat, Gerofil, Ibn Sino, sindrom, hayz sikli, ayollar salomatligi, yallig'lanish, infeksiya, fizioterapiya. Insonning eng katta boyligi uning salomatligidir. Shu bois keying yillarda yurtimizda aholi salomatligini yaxshilashga doir bir qator chora tadbirlar amalga oshirilmoqda. Ayollar sog'ligi jamiyat boyligidir. Ayollar sog'ligiga e'tibor yurtimizda davlat siyosati darajasiga ko'tarildi. Ayollar kasalliklarini aniqlash, ularni oldini olish va davolash, onalik va bolalik tizimini yanada mustahkamlash, yosh onalarni va bolalarni parvarish qilish, ularga barcha shart-sharoitlarni yaratish, oilada sog'lom ma'naviy muhitni va bolalarni sog'lom, barkamol etib tarbiyalashga alohida e'tibor qaratilmoqda. Ginekologiya (yun. gynaikos — ayol va logos-ta'lumo) — klinik tibbiyotning bir sohasi, turli yoshdagi xotin-qizlar organizmining o'ziga xos anatomik-fiziologik xususiyatlarini hamda ularning jinsiy a'zolari kasalliklarini o'rganadi. Ayollarning normal jinsiy faoliyati — hayz ko'rish, bola tug'ishi, shuningdek, bola tug'ish va hayz ko'rishdan qolishi (klimakteriya davri) hamda shu davrga xos kasalliklar, tug'maslik sabablari, ularning oldini olish va davolash yo'l-yo'riqlari o'rganiladi. Ginekologiya 19-asrning o'rtalarida mustaqil fan sifatida tashkil topdi. Ginekologiya tushunchasi dastlab Gippokrat, Gerofil kabi yunon shifokorlarining

asarlarida keltirilgan. Ibn Siioning "Tib qonunlari"da bir qancha ginekologik kasalliklarning kelib chiqish sabablari, ularni aniqlash, davolash va oldini olish yoʻllari bayon etilgan.

**Mavzuning dolzarbligi:** Hayz sikli – ayollar salomatligining belgisidir. Sog'lom ayolda sikl 21 dan 35 kungacha davom etadi. Har bir ayol uchun hayz kunlarining soni individualdir, bu 3-7 kunni tashkil etadi. Agar hayz kunlari orasidagi muddat 40-60 kunni tashkil qilsa yoki 21 kundan kamroq songa qisqarsa sikl buzilganligini taxmin qilish mumkin.

Hayz sikli buzilishining bir necha koʻrinishi mavjud: gipomenstrual sindrom (kamdan-kam, qisqa, kam miqdorda hayz koʻrish), koʻp miqdorda qon ketishi bilan bogʻliq hayz sikli buzilishi, algodismenoreya, yaʼni ogʻriqli hayz koʻrish.

Hayz sikli bilan bogʻliq muammolarning asosiy sabablari: asab tizimining buzilishi, stress;-gormonal oʻzgarishlar-kichik tos sohasi ichki organlarining yuqumli kasalliklari, irsiy omil, iqlim oʻzgarishlari, dori-darmonlarni qabul qilish, -semizlik yoki haddan tashqari ozgʻinlik, ichki organlar patologiyasi, tuxumdonlardagi xavfsiz/xavfli oʻsmalar, -bachadondan tashqari homiladorlik, bolalikdagi tez-tez shamollashlar (12 yoshgacha)-bolalik paytida qizilcha va suvchechak kabi kasalliklar bilan ogʻriganlik.

Hayz sikli buzilganda namoyon boʻladigan belgilar quyidagilardir: hayz sikli muntazamligining buzilishi, qon miqdorining kamayishi, -hayz sikli davomiyligining qisqartirish, hayz paytida doimiy kuchli ogʻriq.

Sanab oʻtilgan alomatlar kuzatilganda zudlik bilan ginekologga murojaat qilish lozim. Birlamchi tekshiruvdan tashqari, ginekolog kasallikning sababini aniqlash uchun toʻliq tekshiruv oʻtkazadi. Hayz sikli buzilishini tashxislash va davolash uchun quyidagi tekshiruvlardan oʻtish lozim:

-kichik tos sohasi a'zolarining ultratovush tekshiruvi, qalqonsimon bez, buyrak usti bezlari ultratovush tekshiruvi, jinsiy yoʻl bilan yuqadigan infeksiyalar mavjudligini tekshirish, ayoldagi gormonal oʻzgarishlar darajasini baholash uchun qon tekshiruvi, bachadonning ichki qatlami (endometriy) holatini tekshirish.

Kasallikni aniqlashda Laboratoriya va instrumental tekshiruvlar natijalariga koʻra

ginekolog individual davolash dasturini ishlab chiqishi mumkin. Shundan so'ng, quyidagi davolash usullari tayinlanadi: infeksiyalar va yallig'lanish jarayonlari mavjud bo'lganda, dori-darmonlar va fizioterapiya usullari buyuriladi; gormonal buzilishlar uchun gormonlar darajasini normallashtiradigan preparatlar qo'llaniladi, hayz sikli buzilishining sababi o'sma jarayonlari bo'lsa, jarrohlik yo'li bilan davolash amalga oshiriladi, vitaminli komplekslar buyuriladi, ovqatlanish va uyqu rejimini tartibga solish tavsiya etiladi.

Xavfli jihatlari

Nima uchun hayz siklining buzilishi xavfli? Bu xavfli ginekologik kasalliklarning rivojlanishining belgisi bo'lishi mumkin. Hatto sikldagi kichik buzilish ham jiddiy kasalliklar boshlanayotganini bildirishi mumkin, masalan: bachadon qo'shimchalarining yallig'lanishi, sistit, tuxumdonlar yoki bachadonda xavfsiz va xavfli o'smalarining paydo bo'lishi.

Xulosa: Ayolla stress va kuchli asabiy taranglikdan saqlanishi, ortiqcha jismoniy faollikni kamaytirishi, sabzavot mevalarni ko'p iste'mol qilishi, sanitariya gigiyenaga amal qilishi, yilda 2 marta ginekolog tekhirusvidan o'tishi lozim.

Zero, ayollar salomatligi - sog'lom avlodlar davomiyligini ta'minlaydi!!!

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. <https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Ginekologiya>
2. [https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Xotin-qizlar\\_kasalliklari](https://uz.m.wikipedia.org/wiki/Xotin-qizlar_kasalliklari)
3. Med24.uz
4. . Rajabboyeva Dilfuzaxon Abdumalik qizi, & Umarova Musharraf Yunusaliyevna. (2024). AYOLLAR GINEKOLOGIYASI, HAYZ SIKLI UNDAGI KASALLIKLARNI DAVOLASH USULLARI VA ULARNI DAVOLASHDAGI HOZIRGI ZAMON INNOVATSIYALARI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 44(7), 142–147.

5. Умарова , М. (2023). ГАВҲАРШОДБЕГИМ ТУҒИЛГАН ОИЛА ВА УНИНГ АМИР ТЕМУР ДАВРИДАГИ ҲАЁТИ. *Interpretation and Researches*
6. . Усмонов, Б. А. ., & Умарова, М. . (2022). XV АСР ЎРТАЛАРИДА ХУРОСОНДА ЮЗ БЕРГАН СИЁСИЙ ЖАРАЁНЛАРДА ГАВҲАРШОДБЕГИМНИНГ ТУТГАН ЎРНИ. *IJTIMOIY FANLARDA INNOVASIYA ONLAYN ILMIY JURNALI*, 2(10), 110–113.
7. Умарова, Мушарраф. "ГАВҲАРШОДБЕГИМ ТУҒИЛГАН ОИЛА ВА УНИНГ АМИР ТЕМУР ДАВРИДАГИ ҲАЁТИ." *Interpretation and researches* 1.1 (2023).