

## HOMILADORLARDA VITAMIN D TANQISLIGI, OQIBATLARI, OLDINI OLISH YO‘LLARI

**Umarov Faxriddin Baxriddin o‘g‘li**

**Iskandarova Bahora Bektosh qizi**

**Adhamova Orzigul Botir qizi**

*Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi*

*Ilmiy rahbar- Elmurodova Lenara Xuloyberdi qizi*

*Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti gigiyena kafedrasida assistenti*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada hozirgi kunda homiladorlar o‘rtasida ko‘p uchrayotgan vitamin D tanqisligi, uning asoratlari, homiladorlikning kechishiga ta’siri, oldini olish yo‘llari haqida yozilgan. Bugungi kunda butun dunyoda homilador ayollar o‘rtasida D vitamini tanqisligi va uning natijasida tug‘iladigan bolalarda turli patologik kasalliklar va nuqsonlar bilan tug‘ilish ortib bormoqda. Dunyo mamlakatlarini olib qaraydigan bo‘lsak masalan, BAA ayollarining 98% da vitamin D tanqisligi uchraydi. Homilador ayollar va yangi tug‘ilgan chaqaloqlarida D vitamini tanqisligi arab mamlakatlarida juda yuqori bo‘lib, homilador ayollarning deyarli 85 foizi va yangi tug‘ilgan chaqaloqlarning 88 foizi vitamin D yetishmasligi kuzatiladi [1,3]. Bir qator Evropa olimlari tadqiqotlarida D vitaminining optimal konsentratsiyasi (>30 ng / ml) homilador ayollarning atigi 10,6 foizida qayd etilgan; D vitamini yetishmovchiligi Shvetsiyadagi homiladorlarning 10 -35% aniqlangan, AQSh da 40-60%, Germaniyada 50% homiladorlarda aniqlangan. [1,2,5]. Epidimiologik tekshirishlar ko‘rsatishicha D vitaminining yetishmovchiligi ko‘pgina kasalliklarga jumladan Iva 2 toifa qandli diabet, biriktiruvchi to‘qima kasalliklari, ichaklarning yallig‘lanish kasalliklari, surunkali gepatit, oziq-ovqatga allargiyalar, astma, nafas olish yo‘llari infeksiyalari va saraton kabilarga olib kelishi mumkin. D vitaminining tansport va garmonal shakllarini hosil qilishda C, B vitaminlari, shuningdek uning asl molekulasini gidroksillanishi uchun esa Mg muhim rol o‘ynaydi. Oganizm yetarli darajada D vitamin bilan ta‘minlamaganda esa ushbu mikroelementlar D vitaminining tansport va garmonal shakllarini kamaytirib aks ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.*

**Kalit so‘zlar:** *homiladorlik, vitamin D tanqisligi, chaqaloqlar, raxit.*

Mavzuning dolzarbligi: Homiladorlikda D vitamini tanqisligi homilaning rivojlanishi uchun xavf omilidir. Homilador ayolning tanasida D vitamini yetishmasligi erta tug‘ilish, platsenta yetishmovchiligi, preeklampsiya, homiladorlikda qandli diabet, bakterial vaginoz, bachadonning qisqarish faolligining buzilishi kabi holatlarga olib kelishi sir emas. D vitaminining homila tanasiga yetarli darajada qabul qilinmasligi nafaqat suyak to‘qimalarining mineralizatsiyasi yetarli bo‘lmasligiga, balki metabolik kasalliklar, gipokalsemik konvulsiyalar, bronxopulmonar displaziya, nekrotik enterokolit va yangi tug‘ilgan chaqaloqlarda sepsisga olib kelishi mumkin, va keyinchalik jismoniy va neyropsixik rivojlanishning buzilishi, hamda ba’zi yuqumli, allergik va boshqa kasalliklar rivojlanish xavfini oshiradi. D vitamin suyaklarning asosiy anorganik tarkibi hisoblangan Ca va P ning

so'rilishini ta'minlaydi, immum tizimga javob beruvchi genlar faoliyatini oshiradi, oshqozon osti bezing betta hujayralaridan insulin ishlab chiqarishni rag'batlantiradi natijada qandli diabet kaslligini paydo bo'lish ehtimolligini kamaytiradi, so'nggi tadqiqodlarga ko'ra vitamin D saraton kasalligini keltirib chiqaruvchi genlar faoliyatini ham ingibirlaydi. Shuning uchun D vitamini tanqisligining turli darajalari bo'lgan homilador ayollardan dunyoga kelgan bolalarda suyaklar osteomalyatsiyasi, raxit, qandli diabet, immum faoliyatining yetishmovchiligi natijasida kasalliklarga chalinuvchanlik yuqori bo'ladi. 0-3 yoshli bolalarda D vitaminining sutkalik miqdori 0-6 oylikda 1000 IU, 7-12 oylikda 1500 IU, 1-3 yoshda 2500 IU ni tashkil etadi. Boshqa rivojlangan davlatlardagi kabi bizning respublikamizda ham D vitamini tanqisligi ko'p kuzatiladigan holatdir. Vitamin D yo'ldoshning implantatsiyasi va shakllanishi uchun muhim rol o'ynaydi. D vitamini "ona-platsenta" tizimining nomal ishlashida, shuningdek, embriogenezga, intranatal va postnatal davlarning borishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Homiladorlik davrida D vitamin retseptorlari va metabolik tartibga solib turuvchi fermentlari bachadon va platsenta o'rtasidagi moddalar almashinuvida, ona va homila interfeysida immunomodulyatsiyani ta'minlashda ishtirok etadi. Homiladorlik davrida qondagi D vitaminini bog'laydigan protein darajasi 46% dan 103% gacha ko'tariladi. D vitamin retseptorlari tananing ko'plab hujayralarida (osteoblastlardan tashqari), shu jumladan betta hujayralarda va immum modulyatsiyada ishtirok etadigan hujayralarda (mononuklear hujayralar va faollashgan T va B limfositlar) da, aksariyat organlarda miya, yurak, teri, jinsiy bezlar, sut bezlari va ichaklarda mavjud.

Materiallar va metodlar: Material sifatida Samarqand viloyati Ishtixon tumanidagi 24 nafar yangi tug'ilgan chaqaloqlar va ularning onalari olindi. Shu bilan birga homiladorlarning dinamik intensiv kuzatuv kartasi natijalari, bolaning rivojlanish kartasi ma'lumotlari va vitamin D ni qon zardobida aniqlashning immunoxemilyuminessent tahlili o'tkazildi.

Natijalar: Tekshiruvlar natijasi shuni ko'rsatdiki 24 nafar yangi tug'ilgan chaqaloqning 7 (29,16%) nafarida qon zardobida D vitamini miqdorining me'yorida ekanligi aniqlandi, 8 (33%) da 25-30 ng/ml vitamin D miqdorining yengil darajada yetishmovchiligi va 9 (37.5%) nafarida 15 ng/ml va undan pastligi aniqlandi. Onalarda qon zardobida Immunoxemilyuminessent metodi yordamida vitamin D miqdori aniqlanganda 8 (33%) nafarida me'yorida ekanligi aniqlandi, 11 (45.83%) da yengil darajada yetishmovchiligi va 5 (20.8%) nafarida vitamin D miqdorining o'rta og'ir darajali yetishmovchiligi aniqlandi. Tekshiruvlarda og'ir darajali yetishmovchilik aniqlanmadi.

Xulosa: Homiladorlikda D vitamini qabul qilish erta tug'ilish va infeksiyalarga chalinishni kamayishiga olib keladi. Vitamin D tanqisligi bilan bog'liq asoratlar xavfini oldini olish uchun homilador ayollarga kalsidiol miqdorini  $>70$  ng/ml ( $>30$  ng/ml) da ushlab turish tavsiya etiladi. D vitamin darajasi 275 ng/ml yoki 230 ng/ml bo'lgan ayollarda sog'lom bola tug'ilish darajasi yuqori bo'ladi. Shuningdek chaqaloqlar D vitaminini ona suti orqali, quyosh nuri orqali, yoki moslashtirilgan sut mahsulotlari bilan oziqlanish orqali oladi. Homiladorlik davrida quyosh nuri ostida sayr qilish, xolekalsiferol bilan boyitilgan oziq-ovqat mahsulotlari iste'mol qilish ona va bola salomatligiga yaxshi ta'sir etadi. D vitaminining asosiy manbalari tuxum sarig'i, jigar, qizil ikra va baliq yog'i, saryog' kabi mahsulotlar hisoblanadi.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Korovina N.A., Zakharova I.N., Dmitrieva Yu.A. *Sovremennye predstavleniya o fiziologicheskoy roli vitamina D u zdorovykh i bolnykh detey* // *Pediatrics. Jurnal im. G.N. Speranskogo*. — 2008. — Т. 87. — № 4. — S. 124–130. [Korovina NA, Zakharova IN, Dmitrieva YA. *Current ideas about the physiological role of vitamin D in healthy and sick children*. *Pediatrics*. 2008;87(4):124-130. (In Russ.)]
2. *Vitamin D i reproduktivnoe zdorove jenciny* / Pod red. I.Ye. Zazerskoy. — SPb.: Eko-Vektor, 2017. [Vitamin D and women's reproductive health. Ed by I.E. Zazerskaya. Saint Petersburg: Eco-Vector LLC; 2017. (In Russ.)]
3. Malsev S.V., Mansurova G.Sh., Zakirova A.M. i dr. *Rol vitamina D v sisteme mat — plasenta — plod*. *Prakticheskaya meditsina*. 2016;1(93):26–31.
4. Рахимова Д. Д., Шайхова Г. И. **7-17 YOSHLI MAKTAB OQUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISHINI BAHOLASH** // журнал репродуктивного здоровья и уро-нефрологических исследований. – 2022. – Т. 3. – №. 4.
5. Grayson R., Hewison M. *Vitamin D and human pregnancy*. *Fetal Matern Med Rev*. 2011;22(1):67–90. DOI: 10.1017/S0965539511000039.
6. Islamovna S. G., Jurakulovna R. D., Gulistan K. *Current state of the problem of rationalization of schoolchildren's nutrition*. – 2022.
7. Kiely M.E., Zhang J.Y., Kinsella M. et al. *Vitamin D status is associated with uteroplacental d*
8. Shin JS, Choi MY, Longtine MS, Nelson DM. *Vitamin D effects on pregnancy and the placenta*. *Placenta*. 2010;31(12):1027- 1034. doi: 10.1016/j.placenta.2010.08.015.
9. Zhurakulovna R. D., Abdurakhmanovna U. N. *Current State of the Problem of Rationalization of Schoolchildren's Nutrition* // *Eurasian Medical Research Periodical*. – 2023. – Т. 19. – С. 81-89.