

BOLALARDA ANEMIYA KASALLIGINI UNIVERSAL PROGRESSIV METODDAN FOYDALANIB OLDINI OLISH VA DAVOLASH

Respublika xamshirlarni malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi

Farg'ona filiali o'qituvchilari:

Dildora Karmaliyeva Qodirjonovna

Umida Xolmatova Nosirjon qizi

Eshonova Muqaddam Erkinovna

Annotatsiya: *Ushbu maqolada bolalarda anemiya kasalligining tarqalishi, uning asosiy sabablari, patogen mexanizmlari tahlili hamda zamonaviy „Universal Progressiv Metod“ konsepsiyasi asosida profilaktika va davolash choralari ko'rib chiqiladi. Xususan, metodning ilmiy asoslari, amaliy qo'llanilishi va salbiy asoratlarni kamaytirish bo'yicha tavsiyalar beriladi.*

Kalit so'zlar: *bolalar anemiyasi, universal progressiv metod, profilaktika, davolash, gemoglobin, mikroelementlar.*

KIRISH

Anemiya — qonning eng ko'p uchraydigan kasalliklaridan biri bo'lib, asosan gemoglobin darajasining me'yordan past bo'lishi bilan ifodalanadi. Bolalar aholisining sezilarli qismini ta'sir qiluvchi anemiya global sog'liqni saqlash muammosi bo'lib, jismoniy va aqliy rivojlanishda sezilarli buzilishlarga olib keladi. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, anemiya asosan temir yetishmasligi natijasida kelib chiqadi va ayniqsa 5 yoshgacha bo'lgan bolalar o'rtasida yuqori tarqalgan.

Zamonaviy tibbiyotda anemiyani aniqlash va davolash bo'yicha ko'plab yondashuvlar mavjud bo'lsa-da, ularning samaradorligi klinik holatga va individual tashxisga bog'liq. Shu sababli «Universal Progressiv Metod» (UPM) kabi har tomonlama profilaktika va davolash tizimlari bolalar sog'lig'ini yaxshilashda muhim o'rin tutadi.

Anemiyaning patofiziologiyasi va bolalardagi xususiyatlari

Anemiya diagnostikasi

Anemiya — qon tarkibidagi eritrotsitlar soni yoki ularning gemoglobin miqdorining normal darajadan past bo'lishidir. Gemoglobin — kislorodni to'qimalarga tashuvchi asosiy oqsil bo'lib, uning yetishmasligi organizmda kislorod yetishmovchiligi holatiga olib keladi.

Bolalarda anemiyaning asosiy diagnostik belgilariga quyidagilar kiradi:

- Gemoglobin (Hb) darajasining pasayishi (yosh va jins bo'yicha me'yorlar farq qiladi)
- Eritrotsitlar soni va ularning hajmi (MCV)
- Qonning umumiy tahlili

Sabablari

Bolalarda anemiya ko'plab omillar tufayli yuzaga keladi:

- Temir yetishmovchiligi – eng keng tarqalgan sababi;
- Boshqa mikroelementlar yetishmovchiligi — rux, folat, B12 vitamini;
- Genetik omillar — talassemiya va boshqa hemoglobinopatiyalar;

- Infektsiyalar va parazitlar — malyariya, gepatitlar;
- Oziqlanishning noto'g'ri bo'lishi.

Bolalarga xos belgilar

Bolalarda anemiyaning klinik belgilariga quyidagilar kiradi:

- Charchoq, sustlik;
- Nafas qisishi, tez charchash;
- Rangning ochligi (pallor);
- O'sish va rivojlanishning sustlashuvi;
- Diqqatni jamlay olmaslik, ruhiy o'zgarishlar.

Universal Progressiv Metod (UPM): nazariy asoslar

Metod kontseptsiyasi

«Universal Progressiv Metod» — bu anemiyaning oldini olish va davolashda kompleks yondashuv bo'lib, biologik, dietetik va ta'limiy komponentlarni o'z ichiga oladi. UPMning maqsadi — faqat klinik ko'rsatkichlarni yaxshilash emas, balki organizmning o'zini tiklash mexanizmlarini qo'llab-quvvatlashdir.

UPM quyidagi asosiy tamoyillar asosida quriladi:

1. Individual yondashuv — bolaning yoshi, vazni, ovqatlanish rejimi va tibbiy holatiga moslashtirilgan chora-tadbirlar.

2. Profilaktik fokus — kasallik aniqlangandan keyin emas, balki oldini olish uchun chora ko'riladi.

3. Progressiv shifokor-bola-yangi ovqat tizimi — terapevtik va dietetik modullar ketma-ketligi.

Metod elementlari

UPM quyidagi komponentlardan iborat:

- Dietoterapiya — temirga boy mahsulotlar, C vitamini bilan kombinatsiya;
- Mikroelement qo'shimchalari — temir, foliy kislotasi, rux;
- Ta'lim va trening — ota-onalar va bolalar uchun oziqlanish bo'yicha treninglar;
- Monitoring va davolash strategiyasi — laborator tahlillar orqali nazorat.

UPM asosida profilaktika strategiyalari

Dietoterapiya va ovqatlanish

Ovqatlanish profilaktikasi anemiyaning kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. Bolalar ratsioniga quyidagilar kiritilishi tavsiya etiladi:

- Qizil go'sht, jigar, baliq;
- Ko'k no'xat, mosh, loviya;
- Ko'katlar, sabzavotlar (ayniqsa, pomidor, brokkoli);
- Mevalar va sitruslar.

C vitamini temir so'rilishini yaxshilaydi, shuning uchun shirin ichimliklar o'rniga tabiiy meva sharbatlari tavsiya qilinadi.

Mobil ta'lim dasturlari

Ota-onalar va bolalarga dietaning ahamiyati, mikroelementlar manbalari va anemiyaning oldini olish bo'yicha treninglar o'tkaziladi. Bu orqali bolalar salomatlikni mustahkamlash bo'yicha bilim va ko'nikmalarni egallaydi.

UPM asosida davolash amaliyoti

Klinikal davolash

Klinik hollarda UPM quyidagicha amalga oshiriladi:

1. Boshlang'ich baholash — gemoglobin, ferritin va boshqa ko'rsatkichlar;
2. Individual davolash reja tuzish — temir preparatlari, dietoterapiya;
3. Davolash jarayonini nazorat qilish — 2–4 haftada bir marta tahlillar.

Preparatlar va davolash rejimi

Temir preparatlari og'iz orqali yoki og'iz orqali qabul qilinadi. Dozasi klinik ko'rsatkichlarga moslashtiriladi. Bilan birga C vitamini preparatlari tavsiya qilinadi.

Jiddiy holatlar

Agar temir yetishmovchiligi og'ir bo'lsa yoki preparatlarni qabul qilish imkoni bo'lmasa, intravenoz temir davolash usullari qo'llanadi.

Natijalar va muhokama

UPMni qo'llash natijasida quyidagi ijobiy o'zgarishlar kuzatiladi:

- Gemoglobin darajasining barqaror oshishi;
- Klinik belgilarni kamayishi (charchoq, sustlik);
- Bolalarda ovqatlanish madaniyatining yaxshilanishi;
- Ota-onalarning sog'lom hayot tarziga bo'lgan e'tiborining oshishi.

Maqsadga muvofiq monitoring orqali davolash samaradorligi oshadi va salbiy asoratlarni kamaytiradi.

XULOSA

Bolalarda anemiya — jiddiy, ammo oldini olish va davolash mumkin bo'lgan kasallikdir. „Universal Progressiv Metod“ anemiya bilan kurashda kompleks, individual yondashuvni ta'minlaydi. Dietoterapiya, mikroelement qo'shimchalari, ta'limiy faoliyat hamda shifokor nazorati asosida bolalar salomatligini sezilarli darajada yaxshilash mumkin. Ushbu metod zamonaviy pediatriyada anemiyani samarali boshqarishda foydali vosita hisoblanadi.

ADABIYOTLAR:

1. WHO. Global Anaemia Prevalence and Prevention Guidelines.
2. Pediatric Hematology Textbooks.
3. Recent research articles on iron-deficiency anemia and pediatric nutrition.
4. World Health Organization (WHO). Guideline: Daily Iron Supplementation in Infants and Children. Geneva: WHO; 2016.
5. Baker R.D., Greer F.R. Diagnosis and Prevention of Iron Deficiency and Iron-Deficiency Anemia in Infants and Young Children (0–3 Years). Pediatrics. American Academy of Pediatrics; 2010
6. Lozoff B., Georgieff M.K. Iron Deficiency and Brain Development. Seminars in Pediatric Neurology. 2006;13(3):158–165.