

Homiladorlik davrida patronaj ko'rigining ahamiyati

Narimonova Muhayyo Hikmatjon qizi

Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Sherg'oziyeva Xilola Kamolxon qizi

Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Akmaldinova Gulhayo Ma'murjon qizi

Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Rishton Abu Ali ibn Sino nomdagi jamoat salomatligi texnikumi

Abstract: The period of pregnancy is a situation that is expected and excited for every woman. At the same time, it is a period of special demand for a woman and her family members. Pregnancy is an important and responsible period in every woman's life. At this time, the expectant mother and her child need increased attention from doctors. Prenatal patronage allows you to monitor the progress of pregnancy and the health of the woman, as well as the implementation of the necessary recommendations, the conditions for the safe birth of a new little person

Key words: patronage, prenatal care, antenatal care, pregnant, healthy lifestyle, nausea, diarrhea, constipation, varicose veins, proper nutrition.

Patronaj - bemorning uyida sog'lomlashtirish va profilaktika tadbirlarini o'tkazishga qaratilgan tibbiyot muassasalarining ish shakllaridan biri. Ayniqsa shifokorlar e'tiboriga muhtoj fuqarolar uchun o'tkaziladi: og'ir kasallar, ruhiy kasalliklarga chalinganlar, chaqaloqlar, homilador ayollar. Prenatal parvarishlash mas'uliyatli tibbiyot xodimining shaxsiy tashrifidan iborat. Uchrashuvda hamshira ayol yashaydigan va yangi tug'ilgan chaqaloq o'sishi kerak bo'lgan ijtimoiy va turmush sharoitlarini baholaydi. Xuddi shu tashrif davomida oilaning xavf omillariga aloqadorligi aniqlanadi, bu haqda keyinroq muhokama qilinadi.

Bo'lg'usi onaga birinchi tashrif homiladorlik uchun ro'yxatdan o'tganda antenatal klinikaning akusheri tomonidan amalga oshiriladi. Odatda bu 7-13 hafta. Yuqorida aytib o'tilganidek, birinchi prenatal patronaj paytida ayolning turmush tarzi, uydagi maishiy va sanitariya sharoitlari, oiladagi psixologik muhit aniqlanadi. Noqulay turmush sharoiti onaning ham, tug'ilimgan chaqaloqning ham sog'lig'iga salbiy ta'sir qiladi, shuning uchun birinchi tashrifda doya tomonidan olingan ma'lumotlar kelajakdagi ona bilan keyingi ishlash uchun juda muhimdir

O'zbekiston respublikasi sog'liqni saqlash vazirligining 112 sonli buyrug'ining 5- ilovasida aholini patronaj xizmati bilan qamrab olish bo'yicha asosiy yo'nalishlar hamda patronaj hamshira tomonidan amalga oshiriladigan xarakteristik algoritmi ko'rsatib o'tilgan.

Unga ko'ra, homiladorlar patronaji har oyda 1 marta amalga oshiriladi. Patronaj hamshirasi homilador ayolni uyiga tashrif buyurganda, quyidagilarni amalga oshirishi lozim:

- Homilador ayolning umumiy ahvolini baholash
- Homiladorlarning gigiyenik talablarini qay darajadiligini baholash
- Pulsni sanash, arterial qon bosimini o'lchash, nafas olish maromini sanash va baholash

Homiladorlik davridagi parvarish. Homiladorlik davridagi parvarish maqsadi ayolga sog'lom bo'lishga yordam berish, shu bilan birga tug'ilajak bolaning salomatligini saqlashdir. Homiladorlik davridagi parvarish homilador ayolga ko'mak berish va qo'llab quvvatlashni hamda umr yo'ldoshiga yoki oilasiga ota-onalik ko'nikmalarini egallashga yordam beradi.

Shunday qilib, tibbiyot hodimlari nafaqat parvarishni, balki har oy patronaj ko'rigini amalga oshirganda, kerakli ma'lumotlar berish, o'qitish va o'rgatishni amalga oshirish lozim. Buning uchun homiladorlik davridagi o'zgarishlar, ular asosida maslahatlar berishni patronaj hamshirasi bilishi lozim.

Insonning ona qorni ichida rivojlanishi odatda davrlarga bo'linadi. Tuxum hujayra urug'lantirilishidan torib implantatsiya boshlanguniga qadar davr (rivojlanishning birinchi haftasi) **preimplantatsion** davr deb tavsiflanadi, keyingi rivojlanish esa **postimplantatsion** davrga mansub. Preimplantatsion davrda embrion bachadon devoriga birkmagan bo'ladi, dastlabki 4 kun davomida embrion bachadon naylari bo'ylab urug'lantirilgan joydan (bachadon nayining ampulyar qismi) bachadon tomon harakatlanadi, rivojlanishning 4-5 kuni embrion ayol bachadonida o'zini implantatsiyaga tayyorlashni boshlaydi. Shuningdek, rivojlanishning **embrional** (urug'lantirishdan boshlab dastlabki 8 hafta) va **fetal** (9 haftadan boshlab tug'ruqqacha) davrlari farqlanadi. Embrional davrda birlamchi tuzilmalarning fazoviy tashkillashuvi (morfogenez), hujayralarning boshlang'ich differentsiatsiyasi va a'zolar tizimi shakllanishi (organogenez) sodir bo'ladi. Fetal davrda esa a'zolar shakllangan tizim doirasida rivojlanadi, homilaning o'lchamlari ahamiyatli darajada kattalashadi.

Homiladorlik davrida kuzatiladigan nohush holatlar:

Zarda qaynash. Homiladorlikning turli davrlarida ayollarning uchdan ikki qismida zarda qaynash kuzatiladi. Homiladorlik davrida xlorid kislotaning ishlab chiqarilishi kamayadi. Ko'pincha zarda qaynashi ovqatlanishdan so'ng, tananing egilishi va uzoq vaqt mobaynida gorizontol holatda bo'lganda paydo bo'adi.

Ushbu holatni yengillashtirish uchun patranaj quyidagi tavsiyalarni berishi mumkin:

- Ovqatlanganda so'ng, darhol egilmaslik va o'ringa yotmaslik, uxlash vaqtida bosh baland yostiqa turishi lozim.
- Tez-tez va kam-kamdan, uxlashdan kamida 3 soat oldin ovqatlanish zarur.
- Yog'li ovqatlar, shokolad, qahva, gazli va kofein saqllovchi ichimliklar ichishni cheklash.
- Zararli odatlarni tashlash.
- Zarda qaynash kuzatilganda sut ichish yoki yogurt istemol qilish samara beradi.

Ko'ngil aynishi va qayt qilish. Homiladorlik erta davrida eng ko'p uchraydigan belgilardir.

- Birinchi belgilar homiladorlikning 8 haftasida paydo bo'ladi.
- Ko'pchilik ayollar (87-90%) belgilarning 16-20 haftalarga kelib to'xtashini kuzatadilar
- Ko'ngil aynishini sababi noaniqdir

Ko'ngil aynishi holatlari kuzatilganda quyidagi tavsiyalarni berish mumkin.

- O'tkir va yog'li ovqatlarni cheklash
- Ertalab quritilgan non bo'lakchalarini yeyish
- Tez-tez va kam-kamda, uxlashdan kamida 3 soat oldin oldin ovqatlanish zarur
- Ertalabki nonushta oqsilga boy(go'sht, tuxum) hamda sut mahsulotlaridan iborat bo'lishi lozim.
- Homiladorlikning ikkinchi yarmida ko'ngil aynishi va qayt qilishning gipertenziya bilan birga kuzatilishi xavfli belgi hisoblanadi

Venalarning varikoz kengayishi. Homiladorlik vaqtida keng tarqalgan sindromlardan biridir. Ushbu davrda bachadon kattalashadi va qonni oyoqlardan yurakka qaytishini to'sib qo'yadi. Shunda venalar shishi, kengayishi va ba'zi hollarda og'rishi mumkin. Homiladorlik davrida elastik paypoqlardan foydalanish venalar varikoz kengayishini davolashning standart usuli hisoblanadi.

Tavsiyalar: Uzoq vaqt mobaynida tik turishni cheklash

- Faol jismoniy mashqlar bajarish
- Tor kiyimlar kiyimaslik

- Uxlash vaqtida va o'tirishda biroz ko'tarilgan holatda bo'lishi lozim, shuningdek yonboshlab uxlash maqsadga muvofiqdir.

Homiladorlik paytida ich qotib qolishiga olib keladigan bir qator omillar mavjud bo'lib, ular quyidagilarni o'z ichiga oladi: Progesteron gormoni tug'ruqqa tayyorgarlik jarayonida ligamentlarni yumshatishda muhim rol o'ynaydi. Ammo bu shuningdek, ichak devorlarida bo'shashmaslik va bo'shashishga olib kelishi mumkin.

- Harakatning o'zgarishi, dietani iste'mol qilish, ko'ngil aynish va gijjalar. Tanada aylanib yuradigan suyuqlik miqdorini kamaytirish ichakning umumiy ishiga ta'sir qiladi.
- Bachadon ichidagi chaqaloqning vazni, ichakda o'tirishi va bu qorin bo'shlig'iga ta'siri.
- Ingichka ichak faoliyatining pasayishi ovqatning oshqozondan, ingichka ichak bo'ylab o'tishiga va uning yo'g'on ichakka qanday kirishiga ta'sir qiladi.
- Ichak harakatining va peristaltikaning umumiy sekinlashishi.
- Ba'zi ovqatlar sut, sut mahsulotlari, pishloq va ortiqcha miqdorda qizil go'sht kabi ich qotishni kuchaytiradi. Proteinli oziq-ovqatlarni hazm qilish fibrebazali o'simlik ovqatlari va yormalarga qaraganda qiyinroq kechishi mumkin. Ko'p ayollarda homiladorlik paytida dietasi o'zgaradi.
- Temir qo'shimchalari ich qotib qolishiga olib kelishi mumkin. Qora harakatlar ham keng tarqalgan. Ba'zi ayollar temir moddalarini qabul qilishni davom ettira olmaydilar, chunki ular juda ich qotib qolishadi. Yashil bargli sabzavotlar, qizil go'sht va dukkakli ekinlar kabi yuqori temirli oziq-ovqat mahsulotlarini muqobil ravishda qabul qilish mumkin.
- Ichak tutilishi ich yumshatuvchi moddalarga qaram bo'lib qolgan yoki ilgari ich yumshatuvchi vositalarni suiiste'mol qilgan ayollarda ich qotishi ko'proq uchraydi.
- Tualetga borishga hojat belgilariga e'tibor bermaslik. Borish istagini bekor qilish, uni kechiktirish, tana signallarini kechiktirish va shunchaki e'tiborsiz qoldirish kabziyatga olib kelishi mumkin. Vaqt o'tishi bilan, buni amalga oshirish ichak devori va to'g'ri ichak tonusining o'zgarishiga olib kelishi mumkin, ya'ni organizm odatdagi evakuatsiya signallarini kamroq qabul qiladi.

Qabziyatda tavsiyalar: Kun davomida 8 stakandan kam bo'lmagan miqdorda suv yoki boshqa suyuqliklarni ichish. O'simlik kletchatkasiga boy mahsulotlar-yashil sabzavotlar hamda mevalarni va kerakli miqdorda kepakli bo'tqalarni iste'mol qilish.

Homilador ayollarning sog'lom ovqatlanishi, kun tartibiga rioya qilishi, zararli odatlardan vos kechishi homilaning me'yoriy o'sishi va rivojlanishini ta'minlaydi, uning salomatligini mustahkamlaydi hamda kasalliklarni oldini olib, sog'lom farzand dunyoga keltirishda yordam beradi.

Patranaj hamshiraning tashriflaridan faqat yaxshi niyatlarni bildirishiga qaramay, shifokorlar hali ham ma'lum qiyinchiliklarga duch kelishlari k. Birinchidan, homilador ayol hamshiraning tashrifi paytida uyda bo'lishi har doimgidan uzoqdir. Agar tashrif o'z-o'zidan bo'lsa, oiladagi haqiqiy vaziyat, shuningdek, yashash va gigiyenik sharoitlar haqida tasavvurga ega bo'lish mumkin. Shu sababli, tibbiyot xodimlari yaqinlashib kelayotgan tashrif haqida ogohlantirmaydilar va prenatal parvarishlash muddati bemorlar bilan muhokama qilinmaydi. Natijada, mutaxassislar ko'pincha bo'sh kvartiraning eshigini taqillatadilar.

Ikkinchidan, har bir ayol antenatal klinika va bolalar klinikasi tomonidan bunday nazoratga ijobiy munosabatda emas. Shu sababli, homilador ayollarning hammasi ham aloqaga chiqavermaydi va ularning hayoti haqida batafsil ma'lumot berishga rozi bo'lmaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Bemorlarni uyda va shifoxonada parvarish qilish. O'zbekiston milliy ensiklopediyasi – F.G'Nazirov taxriri ostida, tarjimon A.G.Gadoev, G.S.Oripova 2014
2. K.Inomova Hamshiralik ishi asoslari – Toshkent 2009
3. Xalmatova B.T., Fayzieva O'.R., Satiboldieva N.R. Neonatologiyada hamshiralik ishi – darslik, -T, 2014
4. Морозова Г.И. Основы сестринского дела. Ситуационные задачи. Практикум для медицинских училищ и колледжей. - Москва, «ГЭОТАР-Медиа», 2009
5. Мухина С.А., Тарновская И.И. Практическое руководство к предмету "Основы сестринского дела". М., 2003.