

## KELAJAKNI ASRASH: ONALAR VA BOLALAR SALOMATLIGINI MUHOFAZA QILISHGA KOMPLEKS YONDASHUV

*Atajanova Nasibaxon*

*Andijon Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi*

*Hamshiralik ishi kafedrasi o'qituvchisi*

Onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish haqida maqola yozish muhim mavzudir. Onalar va bolalar salomatligi va farovonligi har qanday jamiyat taraqqiyotining asosiy tayanchidir. Ularning sog'lig'ini ta'minlash nafaqat individual farovonlikka yordam beradi, balki jamiyatlarning umumiy taraqqiyoti va barqarorligiga ham hissa qo'shadi. Sog'liqni saqlash sohasidagi salmoqli yutuqlarga qaramay, onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish bo'yicha kompleks va ko'p qirrali yondashuv zarurligini ta'kidlaydigan ko'plab muammolar saqlanib qolmoqda. Ularning himoyasini ta'minlash va sifatli tibbiy xizmat va resurslardan foydalanishni ta'minlash sog'lom va farovon kelajakni yaratish uchun muhim ahamiyatga ega. Bu erda butun dunyo bo'ylab onalar va bolalar salomatligini himoya qilishga qaratilgan ba'zi asosiy strategiyalar va tashabbuslar.



### **Prenatal va antenatal yordamga kirish:**

Ona va bola salomatligini muhofaza qilishning muhim elementlaridan biri sifatli prenatal va antenatal parvarishdan foydalanishni ta'minlashdir. Homiladorlik davrida erta va muntazam tekshiruvlar yuzaga kelishi mumkin bo'lgan asoratlarni aniqlash va bartaraf etishga yordam beradi, bu esa ona va bolaning sog'lom boshlanishini ta'minlaydi. Hukumatlar va sog'liqni saqlash tizimlari, ayniqsa, kam ta'minlangan hududlarda bunday xizmatlarni rivojlantirish va ulardan foydalanishga ustuvor ahamiyat berishlari kerak.

**Ovqatlanish va ona salomatligi:** To'g'ri ovqatlanish ona va bola salomatligining asosidir. Homiladorlik paytida noto'g'ri ovqatlanish onaga ham, rivojlanayotgan bolaga ham ta'sir qiladigan ko'plab asoratlarni keltirib chiqarishi mumkin. To'g'ri ovqatlanish bo'yicha ta'lim, qo'shimchalar va qo'llab-quvvatlashni targ'ib qiluvchi tashabbuslar to'yib ovqatlanmaslik bilan bog'liq xavflarni sezilarli darajada kamaytiradi va hayotni sog'lom boshlashga yordam beradi. JSST hamkorlar va a'zo davlatlar bilan barcha bolalarning hayotini yaxshilash uchun ishlaydi va 2030 yilgacha yangi tug'ilgan chaqaloqlar va 5 yoshgacha bo'lgan bolalarning oldini olish mumkin bo'lgan o'limini tugatishni maqsad qiladi. Bunga universal tibbiy qamrov (UHC) orqali sog'liqni saqlash tengligini ta'minlash, chaqaloqlar va yosh bolalarni oziqlantirishni

rag'batlantirish kiradi. , va nafas olish yo'llari infeksiyalari, diareya kasalliklari va to'yib ovqatlanmaslik kabi bolalar o'limining asosiy sabablarini bartaraf etish.

**Emlash dasturlari:** Bolalar salomatligini muhofaza qilish va mustahkamlash muhim ahamiyatga ega. Bolalar o'limi darajasini pasaytirishda sezilarli yutuqlarga erishilgan bo'lsa-da, ayniqsa, past va o'rta daromadli mamlakatlarda bolalar salomatligi natijalarida sezilarli tafovut mavjud. Bolalar farovonligini ta'minlashda sog'liqni saqlash xizmatlaridan foydalanish, emlash, ovqatlanish va tahdidlardan himoyalani kabi omillar hal qiluvchi rol o'ynaydi. Emlash onalar va bolalar salomatligiga jiddiy tahdid soladigan yuqumli kasalliklarning oldini olishda muhim rol o'ynaydi. Hukumatlar va sog'liqni saqlash tashkilotlari bolalarni oldini olish mumkin bo'lgan kasalliklardan himoya qilish uchun o'z vaqtida emlashni ta'minlab, kompleks emlash dasturlariga sarmoya kiritishlari kerak. Bundan tashqari, onaning emlashi yangi tug'ilgan chaqaloqlarga qo'shimcha himoya qatlamini taklif qiluvchi passiv immunitetni ta'minlaydi.



**Ayollarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirish:** Ayollarga onalik va bola salomatligi haqida ma'lumot berish ongli qarorlar qabul qilishga ko'maklashishning kalitidir. To'g'ri ovqatlanish, oilani rejalashtirish va prenatal parvarishning ahamiyati haqidagi ma'lumotlardan foydalanish ayollarga o'zlari va farzandlari uchun sog'lomroq tanlov qilish imkoniyatini beradi. Ta'lim kampaniyalari madaniy jihatdan sezgir bo'lishi va turli jamoalarning o'ziga xos ehtiyojlariga moslashtirilgan bo'lishi kerak. Onalik salomatligi ayollarning homiladorlik, tug'ish va tug'ruqdan keyingi davrda jismoniy, hissiy va ijtimoiy farovonligini o'z ichiga oladi. Ayollarga tegishli prenatal parvarish, xavfsiz tug'ish variantlari va tug'ruqdan keyingi yordam olishlarini ta'minlash juda muhimdir. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) va UNICEF kabi tashkilotlar ta'lim, tibbiy xizmatlardan foydalanish va ijobiy tug'ilish tajribasini targ'ib qilish orqali onalar salomatligini yaxshilashga harakat qilmoqda. Onalar salomatligini mustahkamlashning muhim omillaridan biri bu ta'limdir. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, boshlang'ich ma'lumotga ega onalar o'z farzandlari uchun emlash kabi tibbiy yordamga ko'proq murojaat qilishadi va umuman olganda, o'z farzandlariga yaxshi g'amxo'rlik qilishadi. Shu sababli, ayollar uchun ta'limga sarmoya kiritish onalar va bolalar salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

**Xavfsiz va hurmatli tug'ilishni ta'minlash:** Har bir ayol xavfsiz va hurmatli tug'ish tajribasiga ega. Malakali tug'ruqxona xodimlari, shoshilinch akusherlik yordami va tegishli muassasalardan foydalanish onalar o'limi darajasini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin. Sa'y-harakatlar ushbu xizmatlardan foydalanishdagi nomutanosiblikni, xususan, chekka yoki chekka jamoalarda bartaraf etishga qaratilgan bo'lishi kerak. Ko'plab global tashabbus va dasturlar onalar va bolalar o'limining oldini

olish mumkin bo'lgan sabablarini bartaraf etishga qaratilgan onalar va bolalar salomatligiga qaratilgan. Kasalliklarni nazorat qilish va oldini olish markazlari (CDC) va UNICEF kabi tashkilotlar onalar, yangi tug'ilgan chaqaloqlar va bolalar uchun arzon, sifatli tibbiy xizmat, ovqatlanish va toza suvdan foydalanishni ta'minlashga intiladi. Ushbu sa'y-harakatlar yuqumli bolalar kasalliklariga qarshi kurashish va oldini olish mumkin bo'lgan onalar, yangi tug'ilgan chaqaloqlar va bolalar o'limini tugatishga qaratilgan ishlarni o'z ichiga oladi.

**Oilani rejalashtirish xizmatlari:** Homiladorlikni rejalashtirish va rejalashtirish qobiliyatiga ega shaxslarni kuchaytirish ona va bola salomatligi uchun juda muhimdir. Oilani rejalashtirish xizmatlari, jumladan, kontratseptiv vositalardan foydalanish,



maslahatlar va reproduktiv salomatlik bo'yicha ta'lim, sog'lom homiladorlikka hissa qo'shadi, yaqindan yoki istalmagan homiladorlik bilan bog'liq xavflarni kamaytiradi.

**Ijtimoiy-iqtisodiy omillarni hal qilish:**

Ijtimoiy-iqtisodiy omillar, jumladan, qashshoqlik va ta'limning etishmasligi ko'pincha ona va bola salomatligining yomon natijalariga yordam beradi. Keng qamrovli strategiyalar ana

shu hal qiluvchi omillarni hal etishi, onalar va bolalarning tegishli uy-joy, toza suv va ta'lim olish imkoniyatini ta'minlashi, salomatlik va farovonlik uchun qulay muhit yaratishi kerak.

Xulosa o'rnida shuni takidlash mumkinki, onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish sog'liqni saqlash, ta'lim va ijtimoiy-iqtisodiy rivojlanishni qamrab oluvchi yaxlit va kompleks yondashuvni talab qiladi. Ona va bola salomatligiga ta'sir etuvchi ko'p qirrali muammolarni hal qilish orqali jamiyatlar yanada yorug' va sog'lom kelajakka yo'l ochishi mumkin. Hukumatlar, sog'liqni saqlash sohasi mutaxassislari va jamoalar onalar va bolalar farovonligi kelajak avlodlar farovonligiga qo'yilgan sarmoya ekanligini anglagan holda barqaror yechimlarni amalga oshirish uchun hamkorlik qilishi kerak. Onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish ta'lim, tibbiy xizmatlardan foydalanish, ovqatlanish va ayollar va bolalar duch keladigan muayyan sog'liqni saqlash muammolarini hal qilish uchun maqsadli tadbirlarni o'z ichiga olgan ko'p qirrali yondashuvni talab qiladi. Ona va bola salomatligiga sarmoya kiritish orqali jamiyatlar kelajak avlodlar uchun yanada sog'lom va adolatli kelajakni barpo etishi mumkin.

Hukumatlar, tashkilotlar va alohida shaxslar onalar va bolalar salomatligini muhofaza qilish va yaxshilash, ularning rivojlanish va o'z salohiyatlarini to'liq ro'yobga chiqarish imkoniyatiga ega bo'lishlarini ta'minlash bo'yicha hamkorlik qilish va sa'y-harakatlarga ustuvor ahamiyat berish zarur.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. Hamshiralik ishi asoslari. K.U. Zokirova, D .U . Toxtamatova
2. Hamshiralik ishi asoslari. Q.S.Inomov. Toshkent -2007
3. <https://yuz.uz/uz/news/2022-2026-yillarda-onalik-va-bolalikni-muhofaza-qilishni-kuchaytirish-togrisida>
4. <https://www.lex.uz/uz/docs/-6598641>
5. <https://www.unicef.org/uzbekistan/uz/ona-va-bola-salomatligi>
6. <https://lex.uz/docs/-4111365?ONDATE=13.06.2023>
7. <https://lex.uz/ru/docs/-5100663?ONDATE=13.11.2020%2000>
8. <https://redcrescent.uz/uz/activities/medic-social-service/>
9. <https://kun.uz/uz/33719888#>