

ONA SUTINING AFZALLIKLARI

Sodiqova Nigoraxon Xusanboy qizi

Usmonova Zarnigor Bahodir qizi

Xaydarova Shoxista Abduqaxxor qizi

Quva Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi

texnikumi maxsus fan o'qituvchisi

Annotatsiya: Ona bilan bola o'rtasida homiladorlikning dastlabki kunlaridan boshlab "Ona—yo'ldosh—homila" tarzida o'zaro mustahkam aloqa bog'lanadi, bola dunyoga kelgach esa bu munosabat "Ona — ko'krak suti — bola" tariqasida davom etadi. Shu uzviylik tufayli bola onadan kerakli ozuqa va biologik faol moddalarni oladi, shuningdek, ona bilan bola o'rtasida mehr rishtalari bog'lanadi.

Key words: Ona suti, eksudativ diatez, lizotsim, melatonin

Yangi tug'ilgan bolaning o'sishi uchun og'iz suti juda zarur. Chunki murg'ak organizmning tug'ilganidan keyingi dastlabki kunlarida yuqorida ta'kidlangan oziq moddalar ma'lum darajada ko'proq talab qilinadi. Ona suti tarkibidagi oqsil – kazein moddasi sigir sutidagiga nisbatan ancha kam bo'lib, unda qon zardobidagi oqsillarga o'xshash 18 xil oqsil uchraydi. Bu chaqaloq hayotining birinchi haftaliklarida ko'krak suti yog'larining o'zlashtirilish koeffitsenti 90 foiz bo'lsa, sigir sutida bu ko'rsatgich 60 foizga teng. Agar go'dakni doimiy ravishda sigir suti bilan boqilsa, uning organizmida uglevodlarga nisbatan taqchilik va aksincha, oqsillarning ko'payishi yuzaga kelib, bola organizmining rivojlanishi hamda salomatligida turli nuqsonlar vujudga kelishi mumkin. Sigir suti qaynatib iste'mol qilinganligi uchun undagi ko'pgina vitaminlar miqdori ancha kamayib ketadi.

Abu Ali ibn Sinoning fikricha: "Sut uch unsurdan tashkil topgan: suv, og'iz suti va yog'". Tuya sutida suv ko'p bo'lib og'iz suti va yog'lar kam. Shuning uchun ham ona suti, sigir va tuya, echki sutlaridan hamisha ustun turadi.

Ona sutidagi lizotsim moddasi bolaning og'iz bo'shlig'idan boshlab to yo'g'on ichagigicha bo'lgan oraliqdagi patogen mikroblarni nobud etib, foydali mikroflorani himoya qiladi.

Ekssudativ diatez (chilla yara) kasalligi asosan sigir suti yoki sun'iy aralashma bilan boqiladigan bolalarda ko'proq uchraydi. Sigir sutida ham immunitet vazifasini o'tovchi moddalar bor. Ko'pincha ular genetik jihatdan bola organizmiga mos kelmaydi. Ona sutidagi temir moddasining ahamiyati nihoyatda katta. Chunki uning o'zlashtirilishi odatda 70 foizini tashkil etsa, sigir suti 30 foiz, aralashmalarda esa 10 foiziga yetadi, xolos. Emizikli chaqaloqni o'z vaqtida toza havoga, sayrga olib chiqish zarur. Uning D vitaminiga bo'lgan ehtiyoji to'kis qondiriladi.

Tadqiqotlarga ko'ra ko'krak suti onani rak (saraton) kasalliklaridan saqlashda ham muhim ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Emizish onani mastit-sut bezlarining yallig'lanishi, ko'krak saratoni, tuxumdonlar raki kabi xastaliklardan asraydi. Yana bolani ko'krak suti bilan emizib boqqan onalarda kamqonlik xastaligi sezilarli darajada oz uchraydi.

XX asrning 30-yillaridayoq ona sutida gormonlar va boshqa biologik faol moddalar mavjudligi ma'lum edi. Bu sohadagi tadqiqotlar keyingi yillarda keng rivoj topgan bo'lsa xam undagi gormonlar va boshqa biologik faol moddalarning rivojlanayotgan organizm uchun fiziologik va patofiziologik ahamiyati hali to'la-to'kis o'rganib chiqilmagan.

Tireoid gormonlari va ularning mohiyati bo'yicha O'zbekiston Fanlar akademiyasi Biokimyo institutida akademik Yo. To'raqulov rahbarligida samarali tadqiqotlar olib borilgan. Bunda ona suti va turli jonzotlarning sutidagi tireoid gormonlar miqdori qiyosiy tahlil etib o'rganildi. Bola tug'ilganidan keyin uning organizmiga dastlab sut bilan kiradigan gormonlar miqdori o'lchandi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ona suti tarkibida ko'p miqdorda tireoid gormonlar mavjud. Sutdagi tireoid gormonlarni yangi tug'ilgan go'dak organizmdagi karbon suvlar almashinuvi uning endokrin tizimining shakllanishiga ta'sir etishi o'rganildi. Sutda melatonin gormoni ham bor. U yangi tug'ilgan chaqaloq terisidagi pigment almashinuviga ta'sir ko'rsatadi.

Emizib boqiladigan bolalar sun'iy sut va aralash ovqatlanayotgan bolalarga nisbatan 2,5 marta kam kasallanar ekan. Bu ona suti tarkibidagi immunoglobuliniga bog'liq. Ushbu A modda bola organizmining infeksiyalarga nisbatan qarshiligini oshiradi. Amerikalik olim Odriy J. Neylorning ta'kidlashicha: "Yer yuzida har kuni 40 ming nafarga yaqin bola xastalik tufayli nobud bo'ladi. Bunga sabab ona sutining yetishmovchiligi natijasidir".

Yangi tug'ilgan chaqaloqlarda ularning barcha a'zo va tizimlarining me'yoriy rivojlanishi va sog'lom shakllanishida ona suti muhim oziq moddaligini mutaxassis olimlar isbotlashdi. Shuning uchun dunyoga kelgan har bir go'dakni o'z onasi sutidan bahramand bo'lishini ta'minlash zarur. Uni amalga oshirishda eng avvalo, har bir ota-ona mas'ul hisoblanadi. Zero, sog'lom bola mamlakatimiz kelajagi, uning kamol topishida har bir fuqaro o'z hissasini qo'shishi shart.

Foydalanilgan adabiyotlar:

O'zbekiston milliy ensiklopediyasi

Pediatriya M. F. Ziyayeva

Internet ma'lumotlari:

www.ziyonet.uz