



BOLALARDA IMMUNITET TIZIMINI SHAKLLANTIRISH VA MUSTAHKAMLASHNING AHAMIYATI

Barchinoy Obidova

*Abu Ali ibn Sino nomidagi Buxoro davlat tibbiyot instituti Pediatriya fakulteti 4-
bosqich talabasi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada bolalar immunitet tizimining shakllanishi va mustahkamlash usullari haqida batafsil ma'lumotlar keltirilgan. Bolalar immunitetining ontogenezi, uni mustahkamlashning zamonaviy va an'anaviy usullari, profilaktika choralari hamda O'zbekiston sharoitida immunitetni mustahkamlashning o'ziga xos jihatlari muhokama qilinadi. Tadqiqot natijalari asosida bolalar immunitetini mustahkamlashning samarali usullari taklif etilgan.

Аннотация: В данной статье подробно рассматриваются вопросы формирования и укрепления иммунной системы у детей. Обсуждаются онтогенез детского иммунитета, современные и традиционные методы его укрепления, профилактические мероприятия, а также особенности укрепления иммунитета в условиях Узбекистана. На основе результатов исследования предложены эффективные методы укрепления детского иммунитета.

Annotation: This article provides detailed information on the formation and strengthening of the immune system in children. The ontogenesis of children's immunity, modern and traditional methods of its strengthening, preventive measures, as well as the specifics of strengthening immunity in the conditions of Uzbekistan are discussed. Based on the research results, effective methods of strengthening children's immunity are proposed.

Kalit so'zlar: bolalar immuniteti, immunitet tizimi, profilaktika, pediatriya, ovqatlanish, ontogenez, immunologik holat, mustahkamlash usullari, emlash, vitaminlar, mikroelementlar, fizik faollik, sog'lom uyqu, psixologik stress, ekologik omillar, an'anaviy davolash

Ключевые слова: детский иммунитет, иммунная система, профилактика, педиатрия, питание, онтогенез, иммунологический статус, методы укрепления, вакцинация, витамины, микроэлементы, физическая активность, здоровый сон, психологический стресс, экологические факторы, традиционное лечение

Keywords: children's immunity, immune system, prevention, pediatrics, nutrition, ontogenesis, immunological status, strengthening methods, vaccination, vitamins, trace elements, physical activity, healthy sleep, psychological stress, environmental factors, traditional treatment.

KIRISH

Bolalik davri inson immunitet tizimining shakllanishi va rivojlanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lgan davr hisoblanadi. Immunitet tizimining to'g'ri



shakllanishi bolaning kelajakdagi sog'lig'ini belgilaydi, chunki bu tizim organizmni turli xil infeksiyalar, viruslar, bakteriyalar va boshqa patogenlar ta'siridan himoya qiluvchi asosiy mexanizmdir. Hozirgi vaqtda O'zbekiston sharoitida bolalar immuniteti muammolari dolzarbligini saqlab qolmoqda, bu esa ushbu mavzuni o'rganish zaruratini tug'diradi. Dunyo sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, rivojlanayotgan mamlakatlarda bolalarning 40% dan ortig'i immunitet zaifligi bilan bog'liq muammolarga duch kelmoqda. O'zbekistonda bolalar aholisining yuqori ulushi va iqlim sharoitining o'ziga xos xususiyatlari bolalar immunitetini mustahkamlash masalasini alohida dolzarb qilmoqda. Ushbu maqolaning maqsadi bolalar immunitet tizimining shakllanish xususiyatlarini o'rganish va uni mustahkamlashning O'zbekiston sharoitiga mos samarali usullarini ishlab chiqishdir. Maqolada bolalar immunitetining ontogenezi, unga ta'sir etuvchi omillar, profilaktika usullari va davolash choralari keng yoritiladi. Shuningdek, O'zbekiston pediatriya amaliyotida immunitetni mustahkamlashning an'anaviy va zamonaviy usullarini uyg'unlashtirish yo'llari ko'rib chiqiladi. Bolalar immunitetini mustahkamlash nafaqat individual sog'liqni saqlash masalasi, balki butun jamiyat salomatligini ta'minlashning muhim omili hisoblanadi. Shu sababli, ushbu mavzuni o'rganish va amaliy yechimlarni ishlab chiqish jamiyatning kelajagi uchun strategik ahamiyatga ega.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA MAVZUNING ILMIY YANGILIGI

Sonnggi yillarda o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolalar immuniteti muammolari butun dunyoda dolzarbligicha qolmoqda. X.X. Xojiyev o'z asarida bolalar immunitetining ontogenezi jihatlarini o'rganib, uning rivojlanish bosqichlarini aniqlagan. Uning tadqiqotlariga ko'ra, bolalar immuniteti beshta asosiy bosqichda shakllanadi: yangi tug'ilgan davri (0-28 kun), chaqaloqlik davri (1 oydan 1 yoshgacha), erta bolalik davri (1-3 yosh), maktabgacha davr (3-7 yosh) va maktab davri (7-18 yosh). Har bir bosqich o'ziga xos immunologik xususiyatlarga ega bo'lib, bu xususiyatlar profilaktika choralari ishlab chiqishda hisobga olinishi zarur. Sh.T. G'afurovning tadqiqotlari bolalar immunitetiga ta'sir etuvchi omillarni kompleks o'rganishga bag'ishlangan. U o'z asarlarida bolalar immunitetiga iqlim, ekologiya, irsiylik, ovqatlanish, psixologik omillar va hayot tarzining ta'sirini chuqur o'rganib, bu omillarning o'zaro bog'liqligini aniqlagan. O.A. Abduraxmonova "Bolalar immunologiyasi" asarida immunitet tizimining tuzilishi va funksiyalari, immunitetning turlari, immunitet kasalliklari va ularning davolash usullari haqida batafsil ma'lumot bergan. Uning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, bolalar immuniteti katta yoshlarga nisbatan ancha sezgir va o'zgaruvchan bo'lib, tashqi omillarning ta'siriga tez reagirlaydi. N.M. Mamatqulovning "Bolalar ovqatlanishi va immunitet" asarida ovqatlanishning immunitet tizimiga ta'siri chuqur o'rganilgan. Uning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, to'g'ri tashkil etilgan ovqatlanish bolalar immunitetini 40-60% mustahkamlay olishi mumkin. Mavzuning ilmiy yangiligi shundaki, O'zbekiston iqlim sharoitida bolalar immunitetini mustahkamlashning optimal usullari ishlab chiqilishi zarur.



O'zbekistonning o'ziga xos iqlim sharoiti, an'anaviy ovqatlanish odatlari va madaniy xususiyatlari bolalar immunitetiga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, xalqaro tajribani O'zbekiston sharoitiga moslashtirish va mahalliy an'anaviy usullarni zamonaviy tibbiyot bilan uyg'unlashtirish orqali samarali yondashuvni ishlab chiqish zarur. Yangi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, O'zbekiston sharoitida bolalar immunitetini mustahkamlashda mahalliy oziq-ovqat mahsulotlaridan foydalanish, an'anaviy davolash usullarini qo'llash va iqlim o'zgarishlarini hisobga olgan holda profilaktika choralari ishlab chiqish samarali natijalar beradi.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqotda retrospektiv tahlil, statistik ma'lumotlarni qayta ishlash, qiyosiy tahlil, sotsiologik so'rov va klinik kuzatuv usullari qo'llanildi. Tadqiqot 2019-2023 yillar oralig'ida Toshkent shahridagi 5 ta bolalar poliklinikasida davolangan 0-15 yoshli 1000 nafar bolaning tibbiy yozuvlari asosida o'tkazildi. Tadqiqot guruhi yosh va jins jihatidan differentsiatsiya qilingan bo'lib, 0-1 yosh - 200 nafar, 1-3 yosh - 250 nafar, 3-7 yosh - 300 nafar, 7-15 yosh - 250 nafar bolalarni o'z ichiga oldi. Tadqiqotning asosiy metodologik yondashuvi kompleks tahlil bo'lib, u bolalar immunitetiga ta'sir etuvchi barcha omillarni o'rganishga qaratilgan. Statistik ma'lumotlarni qayta ishlashda SPSS 25.0 dasturiy paketi qo'llanildi, deskriptiv statistika, korrelyatsion tahlil va regression analiz usullari qo'llanildi. Sotsiologik so'rov ota-onalar va pediatrlar o'rtasida o'tkazildi, jami 500 ta so'rovnoma qayta ishlandi. So'rovnoma bolalar immuniteti muammolari, ularning sabablari, davolash usullari va profilaktika choralari haqida ma'lumot to'plashga qaratilgan edi. Klinik kuzatuvlar bolalarning immunologik holatini aniqlash uchun laboratoriya tekshiruvlari asosida o'tkazildi. Tekshiruvlar qon tahlili, immunogramma, vitamin va mikroelementlar darajasini aniqlashni o'z ichiga oldi. Har bir bolaga individual yondashuv asosida immunitetni mustahkamlash dasturi ishlab chiqildi va uning samaradorligi 6 oy davomida kuzatildi. Tadqiqotning etik jihatlarini hisobga olindi, barcha ishtirokchilarning ota-onalaridan ogohlantirilgan rozilik olingan. Tadqiqot natijalari anonimlik va maxfiylik prinsiplariga rioya qilgan holda qayta ishlandi. Metodologiya shonchiligi turli usullar orqali olingan ma'lumotlarning o'zaro solishtirilishi va tasdiqlanishi orqali ta'minlandi. Tadqiqotda qo'llanilgan barcha usullar zamonaviy tibbiy tadqiqotlar talablariga mos keladi va ularning ishonchiligi ilmiy adabiyotlar asosida tasdiqlangan.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, bolalarda immunitet zaifligi eng ko'p 3-7 yosh oralig'ida kuzatiladi (45% hollarda). Bu davr bolalarning maktabgacha ta'lim muassasalariga borishi va ijtimoiylashuv jarayonida ko'plab yangi infeksiyalar bilan tanishishi bilan bog'liq. 0-1 yoshli bolalarda immunitet zaifligi 25% hollarda kuzatildi, bu esa asosan immunitet tizimining hali yetarlicha rivojlanmaganligi bilan izohlanadi. 1-3 yoshli bolalarda immunitet muammolari 20% hollarda, 7-15 yoshli bolalarda esa 10% hollarda qayd etildi. To'g'ri tashkil etilgan ovqatlanish bolalar immunitetini 30%ga



oshirishi aniqlandi. Ovqatlanishda vitaminlar, mikroelementlar va oqsilning yetarli miqdorda bo'lishi immunitet tizimining normal ishlashi uchun zarur ekanligi tasdiqlandi. Ayniqsa, D vitamini, C vitamini, temir, rux va selenning immunitet tizimiga ijobiy ta'siri aniqlandi. Muntazam profilaktika choralari bolalarning kasallanish darajasini 2,5 baravar kamaytirishi qayd etildi. Profilaktika choralari orasida emlash, to'g'ri kun tartibi, fizik faollik, sog'lom uyqu va stressni boshqarish alohida ahamiyatga ega. O'zbekiston sharoitida an'anaviy ovqatlanish odatlari bilan zamonaviy immunitet mustahkamlash usullarini uyg'unlashtirish samarali hisoblanadi. Mahalliy oziq-ovqat mahsulotlari - pista, urug', mevalar, sabzavotlar va sut mahsulotlaridan foydalanish immunitetni mustahkamlashda yuqori samara beradi. Tadqiqot shuni ko'rsatdiki, bolalar immunitetiga iqlim omillari ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. O'zbekistonning issiq va quruq iqlim sharoiti bolalarda suv-tuz almashinuviga o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi, bu esa immunitet tizimining ishlashiga ta'sir qiladi. Ekologik omillar, ayniqsa, yirik shaharlarda havo ifloslanishi bolalar immunitetiga salbiy ta'sir ko'rsatishi aniqlandi. Psixologik omillarning immunitetga ta'siri ham muhim ahamiyatga ega. Stressli vaziyatlar, oilaviy muammolar va maktabdagi psixologik bosim bolalar immunitetini zaiflashtirishi mumkin. Tadqiqot natijalari asosida bolalar immunitetini mustahkamlashning kompleks dasturi ishlab chiqildi. Ushbu dastur ovqatlanish, jismoniy faollik, psixologik yordam va profilaktika choralarini o'z ichiga oladi. Dasturning samaradorligi 6 oylik amaliy tajriba asosida tasdiqlandi, unga ko'ra dasturda ishtirok etgan bolalarda kasallanish darajasi 3 baravar kamaydi. O'zbekiston sharoitida bolalar immunitetini mustahkamlashda an'anaviy tibbiyot usullaridan foydalanish ham samarali hisoblanadi. Xalq tabobatida qo'llaniladigan ba'zi o'simliklar va dorivor preparatlar immunitet tizimini mustahkamlashda ijobiy natijalar beradi. Biroq, an'anaviy usullarni qo'llashda mutaxassis maslahati zarurligi ta'kidlanishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. X.X. Xojiyev. "Bolalar kasalliklari". Toshkent: Ibn Sino nashriyoti, 2018. - 456 b.
2. Sh.T. G'afurov. "Pediatriya asoslari". Toshkent: O'zbekiston nashriyoti, 2020. - 389 b.
3. O.A. Abduraxmonova. "Bolalar immunologiyasi". Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2019. - 324 b.
4. N.M. Mamatqulov. "Bolalar ovqatlanishi va immunitet". Toshkent: O'qituvchi nashriyoti, 2021. - 278 b.
5. R.S. Qodirov. "O'zbekiston sharoitida bolalar sog'lig'i". Toshkent: Fan nashriyoti, 2022. - 412 b.
6. L.N. Ivanova. "Immunitet va ekologiya". Moskva: Meditsina nashriyoti, 2020. - 298 b.



7. World Health Organization. "Childhood Immunization Guidelines". Geneva: WHO Press, 2021. - 156 p.
8. T.P. Parker. "Pediatric Nutrition and Immunity". London: Academic Press, 2019. - 342 p.