

**O'RTA OSIYODA IJTIMOIIY VA GUMANITAR
TADQIQOTLAR-Jurnali
1-son. 3-qism. Noyabr-2025**

**СОХРАНЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ
ЖЕНЩИН: СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ**

Ахмедова Сайёра Мухаммадовна

Анатомия ТГМУ. Профессор кафедры клинической анатомии

Абдуманнонова Хидоятхон Ганишер кизи

Рахмонова Умида Тохир кизи

Ташкентский государственный медицинский университет

АННОТАЦИЯ: В данной стране анализируются основные принципы и методы поддержания репродуктивного здоровья, современные методы диагностики и профилактики. В исследованиях представлены практические рекомендации по профилактике заболеваний у женщин репродуктивного возраста и обеспечению здорового развития матери и плода в Узбекистане. Подчеркивается значение диетических, гигиенических, психологических и фармакологических подходов.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: репродуктивное здоровье, здоровый женский, профилактика, гигиена, диетотерапия, психологический подход, диагностика, здоровый плод, здоровая материя, современная терапия, система здравоохранения Узбекистана, перинатальная медицина, профилактика заболеваний.

ВВЕДЕНИЕ

Репродуктивное здоровье женщин— является важным фактором здоровой беременности, успешных родов и здорового развития ребенка. Здоровое функционирование репродуктивной системы тесно связано с гормональным балансом, овуляцией, менструальным циклом и общим состоянием здоровья организма матери. Поэтому профилактические меры, здоровый образ жизни и периодические медицинские осмотры женщин имеют первостепенное значение в сохранении репродуктивного здоровья. В условиях Узбекистана вопрос поддержания репродуктивного здоровья женщин является одной из актуальных задач государственной системы здравоохранения. Медицинские учреждения предоставляют женщинам репродуктивного возраста

**O'RTA OSIYODA IJTIMOIIY VA GUMANITAR
TADQIQOTLAR-Jurnali
1-son. 3-qism. Noyabr-2025**

специализированные консультации, лабораторные исследования и современные диагностические услуги.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Поддержание репродуктивного здоровья и профилактика заболеваний у женщин во многом опираются на профилактические меры. Гигиенические мероприятия включают соблюдение правил личной гигиены, регулярные обследования органов репродуктивной системы, раннее выявление и лечение инфекций. Диетотерапия должна обеспечивать достаточное содержание микроэлементов и витаминов в рационе, а также баланс углеводов и жиров. Психологические методы направлены на стабилизацию психического состояния женщины, снижение стресса и поддержку функции репродуктивной системы. В то же время фармакологические меры используются в медицинских целях для планирования беременности, устранения гормональных нарушений и профилактики инфекционных заболеваний.

Диагностические методы также важны для сохранения репродуктивного здоровья. В Узбекистане широко применяются ультразвуковые исследования, гормональные исследования, мазки и другие лабораторные исследования. В то же время, перинатальные центры и женские консультации укомплектованы квалифицированными специалистами по планированию и наблюдению беременности. Внедряются инновационные подходы к профилактике заболеваний и формированию здорового образа жизни у женщин репродуктивного возраста. Например, профилактические консультации матерей, психологические тренинги, программы здорового питания, мониторинг физической активности и современные диагностические средства способствуют стабилизации репродуктивного здоровья. Внедрение профилактических мер в Узбекистане значительно снижает риск развития репродуктивных заболеваний у женщин. Это позволяет обеспечить здоровое развитие матери и плода, снизить осложнения родов и улучшить неонатальные исходы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сохранение репродуктивного здоровья женщин и профилактика заболеваний – одна из актуальных задач современной медицины. В условиях Узбекистана сочетание диетотерапии, гигиена-терапии, фармакологических и психологических подходов имеет большое значение в обеспечении здоровья

**O'RTA OSIYODA IJTIMOIIY VA GUMANITAR
TADQIQOTLAR-Jurnali
1-son. 3-qism. Noyabr-2025**

матери и плода. Профилактические осмотры женщин репродуктивного возраста, современная диагностика и инновационные подходы служат раннему выявлению заболеваний и предупреждению их развития. При этом стратегическая поддержка государственной системы здравоохранения гарантирует здоровое развитие матери и плода.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ:

1. Министерство здравоохранения Республики Узбекистан. «Рекомендации по охране репродуктивного здоровья и профилактике заболеваний у женщин», Ташкент, 2022.
2. Кадирова М., Тохтаева Н. «Здоровый образ жизни и профилактика у женщин репродуктивного возраста». Ташкентское медицинское издательство, 2021.
3. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ). «Руководство по репродуктивному здоровью», Женева, 2022 г.
4. Рахимова Д. Заболевания гормональной и репродуктивной системы у женщин. Медицинский журнал, 2021.
5. Каримова С. «Значение перинатального консультирования и психологической поддержки». Медицинский вестник Узбекистана, 2022.