DOI: https://10.5281/zenodo.17893723

BOLALARDA TEMIR TANQISLIGI ANEMIYASINI OLDINI OLISH UCHUN PROFILAKTIK YONDASHUV BO‘YICHA O‘QITISH METODIKASI

Bekchanova Muqaddas

Respublika o‘rta tibbiyot va farmatsevtikasi xodimlari malakasini oshirish va ularni ixtisoslashtirish markazi Guliston filiali o‘qituvchisi

ANNOTATSIYA

Bolalarda temir tanqisligi anemiyasi (TTA) dunyo miqyosida eng keng tarqalgan mikronutrient yetishmovchiligi hisoblanadi. Temir moddasining yetarli darajada qabul qilinmasligi, surunkali infeksiyalar, ichakda so‘rilishning pasayishi hamda noto‘g‘ri ovqatlanish bolalarda anemiyaning rivojlanishiga sabab bo‘ladi. O‘zbekiston sharoitida ham ushbu muammo ahamiyatli bo‘lib, sog‘liqni saqlash tizimi tomonidan profilaktik yondashuvlarni kuchaytirish dolzarb hisoblanadi.

Kalit so‘zlar: anemiya, mikronutrient, texnologiya, uzluksiz ta’lim, surunkali infeksiyalar, temir

ABSTRACT

Iron deficiency anemia (IDA) in children is the most common micronutrient deficiency worldwide. Insufficient iron intake, chronic infections, reduced intestinal absorption, and malnutrition contribute to the development of anemia in children. This problem is also significant in Uzbekistan, and it is urgent to strengthen preventive approaches by the health system.

Keywords: anemia, micronutrient, technology, continuing education, chronic infections, iron

KIRISH

Bolalarda temir tanqisligi anemiyasi (TTA) dunyo miqyosida eng keng tarqalgan mikronutrient yetishmovchiligi hisoblanadi. Temir moddasining yetarli darajada qabul qilinmasligi, surunkali infeksiyalar, ichakda so‘rilishning pasayishi hamda noto‘g‘ri ovqatlanish bolalarda anemiyaning rivojlanishiga sabab bo‘ladi. O‘zbekiston sharoitida ham ushbu muammo ahamiyatli bo‘lib, sog‘liqni saqlash tizimi tomonidan profilaktik yondashuvlarni kuchaytirish dolzarb hisoblanadi. Mazkur maqolada bolalarda TTAni oldini olishga qaratilgan o‘quv-metodik yondashuvni ishlab chiqish va taklif qilish maqsad qilingan. Temir tanqisligi asosan noto‘g‘ri ovqatlanish, temirning organizmga yetarli tushmasligi, so‘rilish buzilishlari, ichki parazitlar, tez-tez qon ketishi yoki surunkali kasalliklar natijasida rivojlanadi. Shuning uchun bolalar bilan ishlovchi pedagoglar, hamshiralar va ota-onalar TTAning belgilari, oldini olish choralarini yaxshi bilishlari zarur. Mazkur ma’ruza temir tanqisligi anemiyasining sabablari, klinik belgilari, profilaktik yondashuvlar va o‘qitish metodikalarini o‘z ichiga oladi.

Temir tanqisligi anemiyasining oldini olish bolalar salomatligini mustahkamlash, intellektual rivojlanishi va immunitetini kuchaytirish uchun eng muhim jarayonlardan biridir. Profilaktik yondashuv kompleks bo‘lishi, ya’ni to‘g‘ri ovqatlanish, gigiyena, temir preparatlari, ota-onalar va pedagoglar bilan tizimli ishlashni o‘z ichiga olishi zarur. O‘qitish metodikasi ma’rifiy, amaliy va interaktiv usullarga tayangan holda bolalar, tarbiyachilar va ota-onalar uchun tushunarli va samarali bo‘ladi. TTAni oldini olishga qaratilgan bunday yondashuv kelajak avlodning sog‘lom bo‘lib o‘sishiga xizmat qiladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Tadqiqotda ilmiy adabiyotlar tahlili, sog‘liqni saqlash bo‘yicha milliy va xalqaro tavsiyalarni o‘rganish, o‘qituvchilarning mavjud pedagogik tajribalarini o‘rganish hamda ota-onalar bilan suhbat metodlaridan foydalanildi. Ma’lumotlar tizimli tahlil qilindi va profilaktik o‘quv-metodik tizimni yaratishga qaratilgan struktura ishlab

chiqildi. Metodik qo‘llanma tayyorlash jarayonida quyidagi elementlar asos qilib olindi:

1) TTAning kelib chiqish sabablari va xavf omillari;

2) Temirga boy mahsulotlar va ularning iste’mol normativlari;

3) Bolalarda ovqatlanish gigiyenasini shakllantirish;

4) Ota-onalar uchun amaliy tavsiyalar;

5) Maktabgacha va maktab ta’limida profilaktik mashg‘ulotlar namunasi.

Temir tanqisligi anemiyasining asosiy sabablari

Bolalarda TTA quyidagi asosiy omillar ta’sirida rivojlanadi:

1. Temirga boy mahsulotlar kam iste’mol qilinishi

– go‘sht, jigar, baliq, tuxum, yashil bargli sabzavotlar, dukkaklilar kam yeyilishi.

2. Ovqatlanishning bir xil bo‘lishi

– ko‘proq non va un mahsulotlari bilan ovqatlanish.

3. Ichakda temirning yomon so‘rilishi

– ichak kasalliklari, disbakterioz, parazitlar.

4. Tez o‘sish davri

– 1 yoshgacha, 6–12 yoshda, o‘smirlik davrida temirga yuqori ehtiyoj.

5. Qon yo‘qotishlar

– burun qonashi, jarohatlar, hayz ko‘rish boshlanishi (qizlarda).

6. Past daromadli oilalarda ovqatlanish sifati pastligi.

NATIJALAR

O‘tkazilgan tahlillar asosida TTAning oldini olish bo‘yicha samarali o‘qitish metodikasi ishlab chiqildi. Metodika quyidagi pedagogik bloklardan tashkil etildi:

- Bolalar, ota-onalar va pedagoglar uchun temirning ahamiyati, temir tanqisligining belgilari, oqibatlari va oldini olish yo‘llarini sodda va tushunarli shaklda yorituvchi ta’lim modullari yaratildi.

- Temirga boy taomlarni tayyorlash bo‘yicha mahorat darslari, bolalarga mo‘ljallangan interaktiv o‘yinlar, rangli plakatlar va vizual materiallar ishlab chiqildi.

Bu yondashuv bolalarning qiziqishini oshirdi va mavzuni yaxshiroq o‘zlashtirishlariga yordam berdi.

- Mashg‘ulot yakunida o‘quvchilar bilimini baholash uchun qisqa testlash, ota-onalar uchun kuzatuv varaqalari va pedagoglar uchun monitoring jadvallari ishlab chiqildi.

- Metodika amaliyotga joriy etilganda ota-onalarning mavzu bo‘yicha xabardorligi oshgani, bolalarning temirga boy mahsulotlarni iste’mol qilishga bo‘lgan motivatsiyasi kuchaygan.

MUHOKAMA

Tadqiqot natijalari ko‘rsatishicha, bolalarda TTAning oldini olishda samarali ma’rifiy yondashuvning o‘rni juda muhim. An’anaviy o‘quv jarayonida ushbu mavzuga yetarli e’tibor qaratilmaydi. Shuning uchun metodik yondashuvni interaktiv, vizual va amaliy shakllarda tashkil etish bolaning mavzuni chuqurroq anglashini ta’minlaydi. Ota-onalarning jarayonga jalb qilinishi esa profilaktikaning uzluksizligini ta’minlaydi. Shuningdek, Sog‘liqni saqlash vazirligi tomonidan tavsiya etilgan temir preparatlarini profilaktik qabul qilish, ovqatlanish sifatini yaxshilash va gigiyena madaniyatini oshirish bo‘yicha qo‘shimcha tavsiyalar metodikaga integratsiya qilindi. Ta’lim muassasalarida ushbu metodikaning qo‘llanilishi TTAning kamayishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligi aniqlangan.

XULOSA

Temir tanqisligi anemiyasining oldini olish bolalar salomatligini mustahkamlash, intellektual rivojlanishi va immunitetini kuchaytirish uchun eng muhim jarayonlardan biridir. Profilaktik yondashuv kompleks bo‘lishi, ya’ni to‘g‘ri ovqatlanish, gigiyena, temir preparatlari, ota-onalar va pedagoglar bilan tizimli ishlashni o‘z ichiga olishi zarur.

O‘qitish metodikasi ma’rifiy, amaliy va interaktiv usullarga tayangan holda bolalar, tarbiyachilar va ota-onalar uchun tushunarli va samarali bo‘ladi. TTAni oldini olishga qaratilgan bunday yondashuv kelajak avlodning sog‘lom bo‘lib o‘sishiga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021 yil 5-maydagi «Sog‘liqni saqlash tizimida olib borilayotgan islohotlarni izchil davom ettirish va tibbiyot xodimlarining salohiyatini oshirish uchun zarur shart-sharoitlar yaratish to‘g‘risida»gi PF-6221- sonli Farmoni Farmoni. Qonun hujjatlari ma‘‘lumotlari milliy bazasi (www.lex.uz).
2. Akbarov N. Texnika oliy o‘quv yurti talabalarida kasbiy madaniyatni shakllantirishning pedagogik asoslari: Avtoref. ped.fan.dok dis. – T.: TDPU, 2008. – 45 b.
3. Musurmonova O. Yuqori sinf o‘quvchilari ma’naviy madaniyatini rivojlantirishning pedagogik asoslari: Dis. ped. fan. dok. - Toshkent, 1993. – 364 b.
4. Ishonov Q.L. Pedagogika kollejlarida bo‘lajak o‘qituvchilarning kasbiy madaniyatini shakllantirish texnologiyasi. – T.: Avtoref. Diss. ped.fan.nom. – 45 b.
5. Imomov M.P. Professional ta’lim muassasalari o‘quvchilarining kasbiy madaniyatini kompetensiyaviy yondashuv asosida rivojlantirish metodikasini takomillashtirish. Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi. – Toshkent., 2021. - 152 b.
6. Ernazarova G.O. Kasb-hunar kollejlarida o‘quvchilarni akmeologik yondashuv asosida kasbiy faoliyatga tayyorlashni takomillashtirish.
Pedagogika fanlari bo‘yicha doktorlik (DSc) dissertatsiyasi avtoreferati. 2017 - Toshkent.