



EMIZIKLI ONALAR ORGANIZMINING MORFOLOGIK XUSUSIYATLARI VA ULARNING TAHLILI

Xadichabonu Husanova

Magistrant

Abdulaziz Qurbonov

Ilmiy rahbar: PhD Tashkilot: Fiziologiya kafedrası

Ushbu tezis Emizakli onalarning morfologik xususiyatlarini aniqlash va ularning o'zaro bog'liqligini dastlabki kuzatuv natijalariga bag'ishlangan.

Emizikli davr ayol organizmi uchun fiziologik va metabolik yuklama davri sanaladi. Ushbu davrda ayollarda tana vazni, yog' to'planishi, mushak massasidagi va gormonal muvozanatdagi o'zgarishlar kuzatiladi. Adabiyotlarda keltirilishicha, emizikli ayollarda o'rtacha 2–3 kg qo'shimcha yog' zaxirasi mavjud bo'lib, bu asosan qorin bo'shlig'i va son-qo'l sohalarida to'planadi (Butte N.F., King J.C., 2005). Tana massasi indeksi va bel/son nisbati kabi ko'rsatkichlarni kuzatish ularning sog'lig'i va turmush tarziga oid muhim ma'lumotlarni beradi. Shu bois emizikli onalarning morfologik xususiyatlarini ilmiy tahlil qilish ona va bola salomatligini ta'minlashda katta ahamiyatga ega.

Tadqiqot dastlabki bosqichida 50 nafar emizikli onalardan so'rovnoma o'tkazildi va antropometrik ko'rsatkichlar — bo'y uzunligi, tana massasi, tana massasi indeksi (TMI), bel va son aylanalari o'lchandi. Bundan tashqari, tarozining qo'shimcha bioimpedans ko'rsatkichlari ham hisobga olindi.

O'lchovlar davomida ayollarda tana massasi indeksi, bel va son nisbatlari turlicha ekanligi qayd etildi. Ayrim ishtirokchilarda tana vazni normativ chegarada bo'lsa-da, bel/son nisbati yuqori bo'lib, abdominal tipdagi yog'lanish ehtimoli kuzatildi. Boshqa guruhda esa tana massasi indeksi past yoki normal bo'lsa-da, mushak massasining kamayishi va teri osti yog' qatlamining notekis taqsimlanishi qayd etildi. Shuningdek, jismoniy faolligi past bo'lgan ayollarda yog' to'planishi bel va son sohalarida ko'proq sezildi.

Dastlabki natijalar shuni ko'rsatadiki, emizikli onalarda morfologik o'zgarishlar individual xususiyatlarga qarab farqlanadi. Ayrim onalarda vazn me'yorda bo'lsa-da, abdominal yog'lanishning mavjudligi kelgusida surunkali kasalliklar rivojlanishiga xavf tug'dirishi mumkin. Shu sababli emizikli davrda onalarning ovqatlanish odatlari, jismoniy faolligi va antropometrik ko'rsatkichlarini muntazam ravishda monitoring qilish maqsadga muvofiqdir."

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Butte N.F., King J.C. Energy requirements during pregnancy and lactation. Public Health Nutrition. 2005; 8(7A):1010–1027. <https://doi.org/10.1079/PHN2005793>
2. Dewey K.G. Energy and protein requirements during lactation. Annual Review of Nutrition. 1997; 17:19–36. <https://doi.org/10.1146/annurev.nutr.17.1.19>



3. Lovelady C.A. Balancing exercise and food intake with lactation to promote postpartum weight loss. *Proceedings of the Nutrition Society*. 2011; 70(2):181–184. <https://doi.org/10.1017/S0029665111000010>
4. Nehring I., Schmoll S., Beyerlein A., Hauner H., von Kries R. Gestational weight gain and long-term postpartum weight retention: a meta-analysis. *Am J Clin Nutr*. 2011; 94(5):1225–1231. <https://doi.org/10.3945/ajcn.111.015289>