

Болалар Соғлиғи ва Касалликлари

21

БОБ

БОЛАЛАР СОҒЛИҒИНИ САҚЛАШ УЧУН НИМА ҚИЛИШ
КЕРАК ?

ТҶЙИМЛИ ОВҚАТЛАР,

ТОЗАЛИК

ВАҚТИДА ЭМЛАШ



БОЛАЛАР СОҒЛИҒИНИ САҚЛОВЧИ ВА УЛАР ОРГАНИЗМИНИ КЎП
КАСАЛЛИКЛАРДАН ҲИМОЯ ҚИЛУВЧИ ЭНГ АСОСИЙ МАНА ШУ
УЧТА ВОСИТА “ОРГАНИЗМ ҚЎРИҚЧИЛАРИДИР”

10 ва 11 - бобларда тўйимли овқатлар, тозалик ва эмлашнинг аҳамияти ҳақида кўп ёзилган. Ота-оналар бу бобларни диққат билан ўқишлари ва булардан болаларининг соғлиғини сақлаш ва уларга ўргатишда фойдаланишлари керак. Асосий жойлар қуйида қисқача такрор берилган.

Тўйимли овқатлар

Болалар яхши ўсишлари ва касал бўлиб қолмасликлари учун иложи борида ҳар хил озукали моддаларга бой овқатлардан истеъмол қилишлари керак.

Турли ёшдаги болалар учун энг яхши овқатлар:

- биринчи 6 ойгача: **фақат кўкрак сути**, бошқа ҳеч нарса керак эмас.

Ҳаммабоп Тиббиёт Қўлланмаси 2013

- 6 ойдан 1 ёшгача: **она сути**, қайнатилган каша, эзилган ловия, тухум сариғи, гўшт, пиширилган мева ва сабзавотлар сингари овқатлар.
- 1 ёшдан кейин: бола **катталар сингари овқатланиши мумкин, лекин тез-тез**. Асосий овқат(гуруч, макка, буғдой, картошкалар)га 10-бобда айтилган „ёрдамчи овқатлар“дан қўшинг.
- Муҳими, бола кунда бир неча маҳал **етарли** овқатланиши керак.
- Барча ота-оналар овқатга ёлчимаслик белгиларини кузатиб боришлари ва болага иложи борича яхши овқат беришга ҳаракат қилишлари зарур.

Тозалик

Агар бола яшаб турган қишлоқ, уй ва боланинг ўзи тоза бўлса, унинг доим соғлом бўлишига кафолат бор. 12-бобда айтилган тозалик қоидаларига риоя қилинг. Болангизга уларга риоя қилишни ўргатинг ва тозаликнинг аҳамиятини тушунишга ёрдам беринг. Энг асосий қоидаларни яна бир бор эслатиб ўтамиз:

- Болаларни тез-тез чўмилтиринг ва уст-бошини алмаштириб туринг.
- Болага эрталаб ўрнидан турганида, бўшангандан сўнг ва овқатланишдан олдин қўлини ювишни ўргатинг.
- Болаларга ҳожатхонадан фойдаланишни ўргатинг.
- Гижжа бор жойларда болалар яланг оёқ юрмасин; улар шиппак ёки туфли кийиши керак.
- Болаларни тишини доим ювиб юришига ўргатинг; уларга қанд, ширинлик ёки газли ичимлик (фанта, кока кола) ларни кўп берманг.
- Тирноқларини калта қилиб олиб қўйинг.
- Касал, яралари, қўтир ёки темираткиси бор болани бошқа болалар билан бирга ухлашига ёки битта кийим, сочиқни ишлатишига йўл қўйманг.
- Боладаги қўтир, темиратки, қурт ва бошқа юқумли касалликларини тезда даволатинг.

Ҳаммабоп Тиббиёт Қўлланмаси 2013

- Боланинг ифлос нарсаларни оғзига солишига ва ит, мушуклар бетини ялашига йўл қўйманг.
- Қўй, мол, ит ва товукларни уйдан нарида боқинг.
- Ичиш учун фақат тоза, қайнатилган ёки филтрланган сув ишлатинг. Айниқса бу, ёш болалар учун аҳамиятлидир.
- Болаларни „болалар шишаси“дан овқатлантирманг, чунки уни тоза сақлаш қийин ва у кўпгина касалликларга сабабчи бўлиб қолиши мумкин. Болаларни пиёла ва қошиқча билан овқатлантиринг.

Эмлаш

Эмлаш болаларни кўкйўтал, бўғма (дифтерия), қоқшол, болалар фалажи, қизамиқ ва сил каби энг хавфли касалликлардан сақлайди.

273-бетда кўрсатилганидек бола ҳаётининг биринчи ойларида турли эмликлар олиши керак. Фалажга қарши томчилар, иложи бўлса, бола туғилиши билан ёки 2 ойлик бўлгунча берилиши керак, чунки 1 яшаргача бўлган болаларда фалаж (шол) касаллигига чалиниш хавфи кўпроқ.

Муҳим эслатма: Тўла ҳимоя учун АКДС (бўғма, кўкйўтал, қоқшол) ва шолга қарши эмдорилар, 3 ой давомида ҳар ойда ва бир йилдан сўнг яна бир марта берилиши керак.

Онанинг ҳомиладорлик чоғида, қоқшолга қарши эмлаш йўли билан чақалоқ қоқшолнинг олдини олиш мумкин. (350-бет).

ҚУЙИДАГИНИ БАЖАРИНГ



Болаларингизнинг ҳамма керакли эмдориларни олганига эътибор беринг.

БОЛАЛАРНИНГ ЎСИШИ ВА “САЛОМАТЛИК САРИ ЙЎЛ”

Соғлом бола бир маромда ўсади. Агар бола, тўйимли овқатларни етарлича истеъмол қилса ва жиддий касалликлари бўлмаса, унинг вазни ҳар ойда ортиб боради



Яхши ўсаётган бола соғломдир.

Бошқа болаларга нисбатан секинроқ вазни ортаётган, умуман вазни ортишдан тўхтаган ёки, аксинча, вазн йўқотаётган бола касалдир. У етарлича овқатланмаётган, жиддий касалланган бўлиши ёки унда шу иккала ҳолат ҳам бирга бўлиши мумкин.

Бошқа болаларга нисбатан секинроқ вазни ортаётган, умуман вазни ортишдан тўхтаган ёки, аксинча, вазн йўқотаётган бола касалдир. У етарлича овқатланмаётган, жиддий касалланган бўлиши ёки унда шу иккала ҳолат ҳам бирга бўлиши мумкин.

Боланинг соғлом эканлигини ва етарлича тўйимли овқат истеъмол қилаётганини текширишнинг энг яхши йўли уни ҳар ойда тортиб туриш ва вазнининг меъёрдагидек ортиб бораётганини текширишдир. Агар боланинг ойлик вазни “Бола соғлиғи жадвали”да белгилаб борилса, бир қарашдаёқ боланинг вазни меъёрдагидек ортаётган ёки ортаётганини кўриш мумкин.

Агар тўғри ишлатилса, бу жадвал она ва тиббиёт ходимларига бола қачон меъёрдагидек ўсмаётганини кўрсатади ва улар шунга қараб муолажа чораларини кўрадилар. Улар боланинг етарли овқатланаётганига эътибор бериши ёки унда бўлиши мумкин бўлган турли касалликларни текшириши ва даволашлари мумкин.

Кейинги бетда „САЛОМАТЛИК САРИ ЙЎЛ”ни кўрсатувчи “Бола соғлиғи жадвали” берилган. Бу жадвални қирқиб олиш ва нусха кўчириш мумкин. Кўпгина мамлакатларда болалар поликлиникалари ана шундай жадвалларни маҳаллий аҳоли тилида чиқариб туради.

Оналар учун 5 ёшгача бўлган ҳар бир болага “Бола соғлиғи жадвали” тутиш фойдалидир. Агар яқин орада соғломлаштириш маркази ёки „Болалар шифохонаси” бўлса, она болаларини ҳар ойда

вазнини ўлчаш учун, болалар жадвалларини олиб, поликлиникага чиқиши ва у ерда болаларнинг вазнини жадвалларда белгилаб қўйиши керак. Тиббиёт ходими жадвални ва унинг ишлатилишини тушунтириб бериши мумкин. Жадвални яхши сақлаш учун целлофан пакетга солиб юринг.

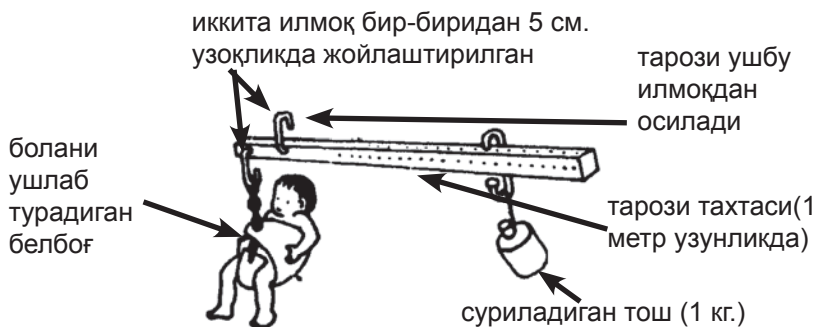
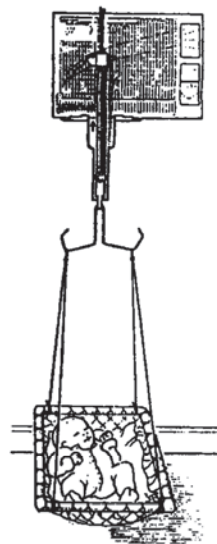
УЙДА ҚИЛИНГАН ҚЎЛБОЛА ТАХТАЛИ ТАРОЗИ

Сиз тарозини оддий қуруқ ёғочдан қилишингиз мумкин. Расмда кўрсатилгандек қилиб, барча илмоқларни жойлаштиринг ва тарозини илиб қўйинг. Килограммларни тахтада белгилаш учун 2 та 1 литрли пластик идишга сув қўйинг. Биринчи идишни бола илинадиган жойга, иккинчисини эса, нариги учига осинг ва иккаласини мувозанатга келтиринг. Тенг келган жойини тахтада 1 кг деб бегилаб қўйинг ва шу тартибда давом этинг. Чизғич ёрдамида белгилар орасидаги масофани ўлчаб 200,400,600 ва 800 г. ларни белгиланг.

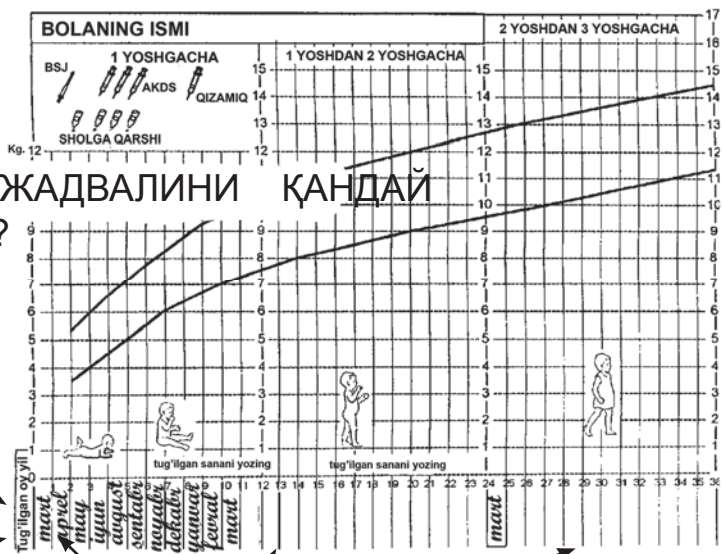
ОҒИРЛИКНИ ЎЗИ ЁЗАДИГАН ТАРОЗИ (ТАЛС ташкилотидан олса бўлади)

Бола соғлиғи жадвали тарознинг орқасида юради, шунда сиз боланинг оғирлигини тўғридан тўғри жадвалга киритишингиз мумкин.

Бу ва бошқа тарозларни иложи борича ерга (полга) яқинроқ баландликда осган маъқул. Чунки бола баландликдан қўрқиб кетиши мумкин.



Тахта тарози горизантал турса, вазн тўғри ўлчанаётган бўлади.



БОЛА СОҒЛИҒИ ЖАДВАЛИНИ ҚАНДАЙ ИШЛАТИШ КЕРАК?

БИРИНЧИДАН, жадвалнинг пасидаги кичкина катакчаларига туғилган йил ва ойни ёзинг.

Бола туғилган ойни ҳар йилнинг биринчиси қилиб ёзинг.

Бу қатор бола мартда туғилганини кўрсатяпти.

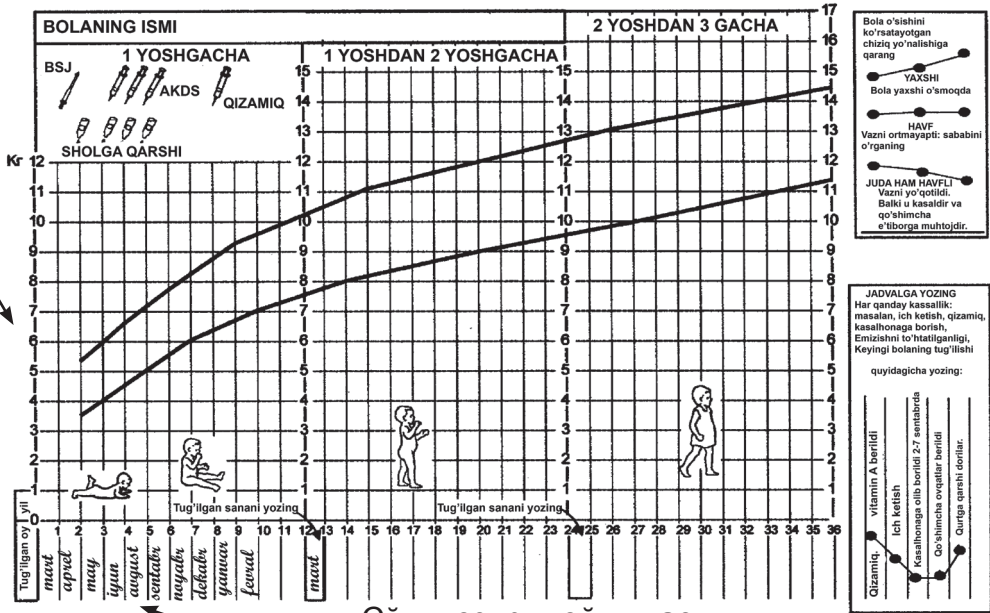
ИККИНЧИДАН, бола вазнини ўлчанг.

Айтайлик, бола апрелда туғилган. Ҳозир август ва бола оғирлиги 6 кг.



Ҳаммабоп Тиббиёт Қўлланмаси 2013

Килограммлар жадвалнинг бир томонида ёзилган. Бола вази рақамини топинг (жадвалда 6 кг).

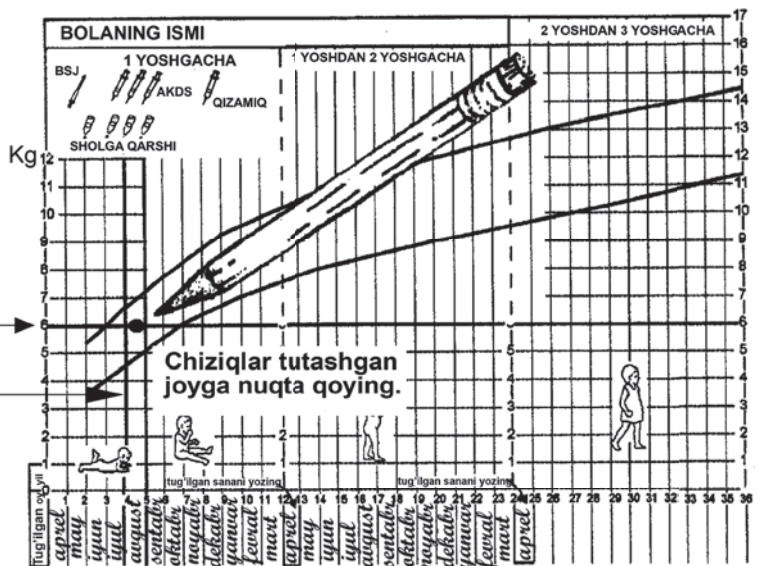


Сўнг ҳозирги ойни пастки қаторидан топинг (бу ҳолатда август бола туғилган йилнинг биринчисидир).

ТЎРТИНЧИДАН,

6 дан ва

Август ойидан бошланган чизиқларни текширинг (туташтиринг).



Агар сиз тўртбурчак қоғозни олиб жадвал устига қўйсангиз, нуқта қўйиладиган жойни топиш осонлашади.

1 Қоғознинг бир томонини бола вазни чизиғига қўйинг.

2. Қоғознинг иккинчи томонини боланинг ойлар чизиғига тўрилаб қўйинг.

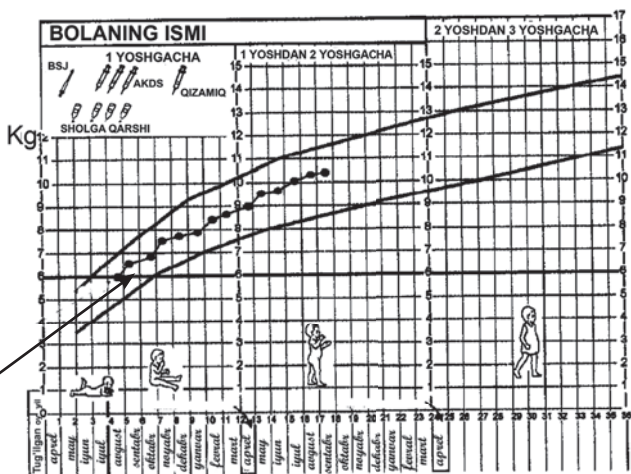
3. Қоғоз бурчаги олдига нуқта қўйинг.



Ҳар ойда боланинг оғирлигини ўлчанг ва жадвалда белгилаб беринг.

Агар бола соғлом бўлса, ҳар ойда янги нуқта олдингига нисбатан тепароқда бўлади.

Бола қанчалик яхши ўсаётганини кўрмоқчи бўлсангиз, нуқталарни чизиқ билан бирлаштиринг.



СОҒЛОМ, ЯХШИ
ОЗИҚЛАНГАН

БОЛАНИНГ Ёрдамсиз 10
ўсиш жадвали. кадам юради

Ҳеч қандай ёрдамсиз ўтиради



6 дан 8 ойгача

Соғлом, яхши озиқланган боланинг вазни бир маромда ортиб боради. Нуқталар одатда „САЛОМАТЛИК САРИ ЙЎЛ“ ичида бўлади.



12 дан 16 ойгача

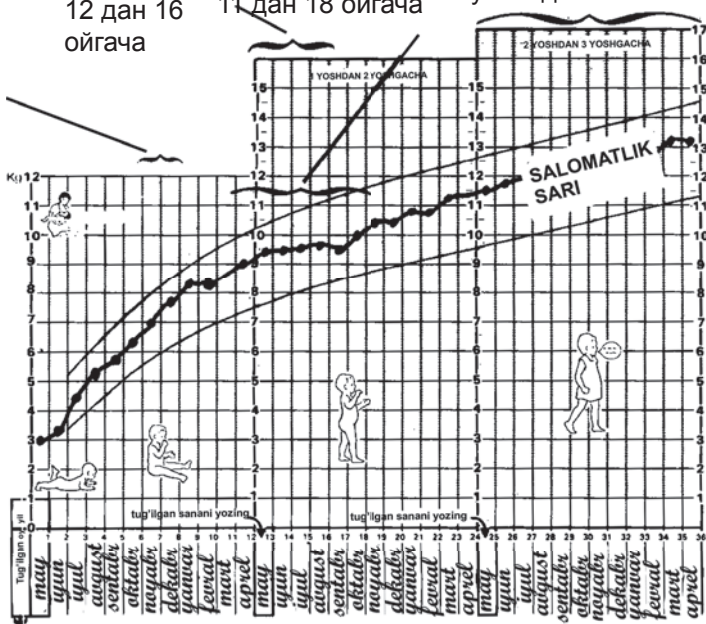
Дастлабки айрим якка сўзлар.



Қисқа сўз брикмалари

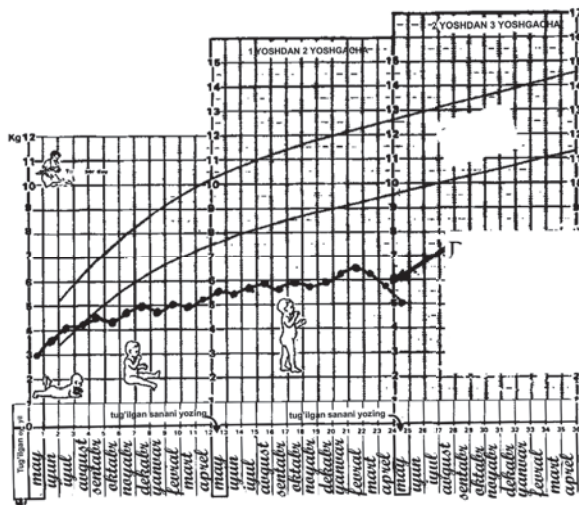


уч ёшда



Пастда берилган жадвал овқатга ёлчимайдиган, **касалманд боланики** бўлиши мумкин. Эътибор беринг, нуқтали чизик (вазни) „САЛОМАТЛИК САРИ ЙЎЛ“дан пастда жойлашган. Чизик ҳам бир текис эмас ва унча кўтарилмаган. Бу боланинг хавфли ҳолатда эканлигини кўрсатмоқда.

ВАЗНИ ЕТАРЛИ ДАРАЖАДА
БЎЛМАГАН ЁКИ ОВҚАТГА
ЁЛЧИМАГАН БОЛАНИНГ ОДДИЙ
ЖАДВАЛИ.

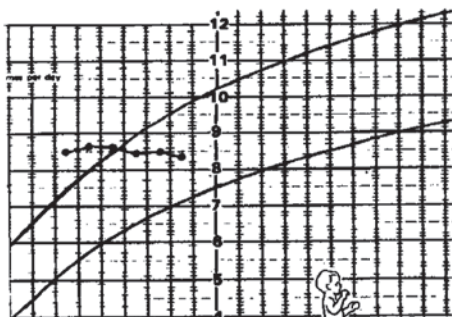


Агар бола жадвалининг кўриниши мана шу жадвалга ўхшаган бўлса, унда жиддий вазн етишмаслиги кузатилади. Балки, у етарлича овқатланмаётгандир ё сил, безгак каби касалликлар билан оғриётгандир. Эҳтимол, ҳар иккаласи ҳамдир. Унга **кўп қувват берадиган тўйимли овқатлардан тез-тез бериб туриш керак**. Шунингдек у ҳар эҳтимолга қарши текширилиши, ҳамда бола жадвалида унинг вазни бир меъёрда ортаётганини кўрсатадиган бўлгунча тез-тез тиббиёт ходимига кўрсатиб турилиши керак.

МУҲИМ: Нуқтали чизиқнинг йўналишига эътибор беринг.

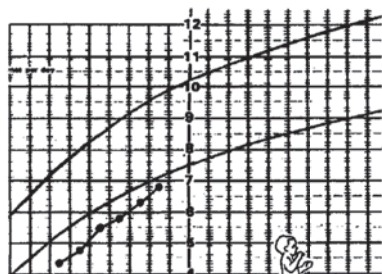
Чизиқнинг йўналиши, икки ёй чизиқ ичида ёки пастада бўлган нуқталарга нисбатан боланинг соғлиғи тўғрисида кўпроқ маълумот беради.

ХАВФЛИ! Бу бола вазни ортмаяпти.

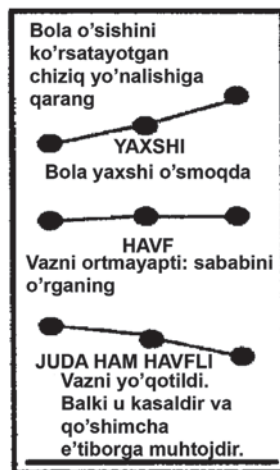


Нуқталар ёй чизиқлар ичида бўлишига қарамай, боланинг вазни бир неча ойдан бери ортмаган.

ЯХШИ! Бу боланинг вазни кўнгилдагидек.



Нукталар ёй чизиқларидан пастда бўлишига қарамай, тепага қараб кетаётган чизиқ йўналиши бола яхши ўсаётганини кўрсатяпти. Баъзи болалар табиатан бошқа болаларга нисбатан кичикроқ бўлади. Балки бу бола ота-онасининг бўйи ҳам ўртачадан кўра пастроқдир.



БОЛАНИНГ РИВОЖЛАНИШИНИ КЎРСАТУВЧИ “БОЛА СОҒЛИҒИ ЖАДВАЛИ”нинг оддий тури

Бу чақалоқ биринчи 6 ой давомида соғлом ва вазни бир меъёрда ортиб борган, чунки онаси уни эмизар эди.

Бола 6 ойлигида она яна ҳомиладор бўлиб қолди ва уни эмизмай қўйди. Болага буғдой ва гуручдан бироз кўпроқ бериб озиклантирилди. Унинг вазни ортмай қўйди.

10 ойлик бўлганида сурункали ич кетарга чалинди ва вазини йўқота бошлади. У жуда озғин ва касалванд бўлиб қолди.

Бола 13 ойлик бўлганда она болага етарли овқат бериш қанчалик муҳимлигини тушунди. Унинг вазни тез орта бошлади. Икки яшар бўлганида у яна “САЛОМАТЛИК САРИ ЙЎЛИ”га қайтди.

Ҳаммабоп Тиббиёт Қўлланмаси 2013

ЭМИЗИЛГАН
БОЛА

ЁМОН
ОЗИҚЛАНГАН

ИЧ КЕТИШГА
УЧАРАГАН

ЯХШИ
ОЗИҚЛАНГАН

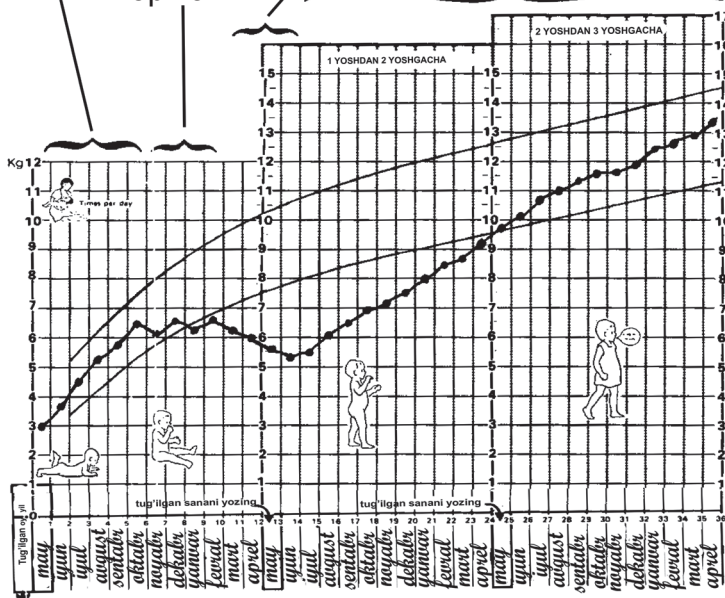


вазн ортиши

вазни кам
ортган

вазн
йўқотган

вазни
яхши
ортган



6 ойлигида
эмизиш
тўхтатилган

10 ойлигида
ич кетар
бошлаган

13 ойлигида тўйимли овқатлар
билан овқатлантириш
бошланган

Бола соғлиғи жадвали” жуда муҳим. Ундан тўғри фойдаланилса, у болаларга қачон кўпроқ тўйимли овқатлар бериб, кўпроқ эътибор қилиш кераклигини билиб олиш учун оналарга яқиндан ёрдам беради. Жадвал шунингдек, тиббиёт ходимларига болани ва унинг оиласи эҳтиёжларини тушунишга ёрдам беради. Ундан она қачон боласини яхши парваришлаётганини билиши мумкин.

КИЧИК, МУДДАТИДАН ОЛДИН ВА ВАЗНИ ОЗ БЎЛИБ ТУҒИЛГАН БОЛАЛАРГА ЭЪТИБОР

Жуда кичик (2,5 кг. дан енгил) туғилган болаларга махсус эътибор керак. Агар иложи бўлса, болани шифохонага олиб боринг. Шифохонада бундай болалар одатда инкубатор деб аталадиган илиқ, ҳимояловчи ва ҳарорати назоратда турадиган мосламада сақланади. Лекин, соғлом бўлган болаларни она доим бағрига босиш йўли билан ҳам ҳимоя қилиши ва иситиши мумкин:

- ◆ Болани яланғоч қилиб, йўргаги билан ёки усиз икки кўкрагингиз орасига олинг ва уст-бошлар тагига, терингиз устига қўйинг. (Кенг кўйлак, свитер кийиш ёки белингизни боғлаб олиш ёрдам беради.)
- ◆ Бола хоҳлаганча тез-тез эмиб турсин, камида ҳар 2 соатда бир мартадан.
- ◆ Белингизни кўтариб (ярим ўтирган ҳолда) ухланг. Бола тепага қараган бўлсин.
- ◆ Боланинг юзи ва остини ҳар куни ювиб туринг.
- ◆ **Бола доим илиқ тураётганига эътибор беринг.** Агар ҳаво совуқ бўлса, болага қўшимча уст-бош кийдириб бошини ўраб қўйинг.
- ◆ Сиз дам олаётган ёки чўмилаётганингизда отаси ёки бошқа оила аъзоси болани бағрига босиб турсин.
- ◆ Болани тиббиёт ходимининг олдига тез-тез олиб бориб туринг. У барча эмдориларини олаётганига эътибор беринг (273 -бет).
- ◆ Болага темир моддаси бўлган маҳсулотлардан, витаминлардан, айниқса, Д витаминидан (706-бет) бериб туринг.

БОШҚА БОБЛАРДА МУҲОҚАМА ҚИЛИНГАН МУАММОЛАРНИ БОЛАЛАР СОҒЛИҒИ НУҚТАИ НАЗАРИДАН ҚАЙТА КЎРИБ ЧИҚИШ

Китобнинг бошқа бобларида айтиб ўтилган кўплаб касалликлар болаларда ҳам топилади. Қуйида тез-тез учраб турадиган касалликлар қисқача қилиб берилган. Ҳар бир муаммо ҳақида кўпроқ маълумот олмоқчи бўлсангиз, кўрсатилган бетларга қаранг.

Янги туғилган чақалоқларнинг муаммолари ва уларга бериладиган махсус эътибор ҳақида маълумот олиш учун 491- дан 500-бетгача ва 546-бетларга қаранг.

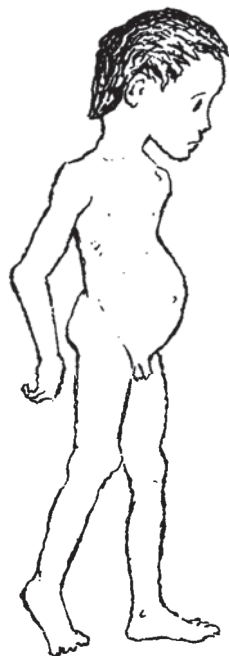
Эсингизда тутинг. Болаларда касалликлар, одатда, жуда тез жиддий тус олади. Катта одамни бир неча кун ёки ҳафтада ҳаётдан олиб кетадиган, унга анчагина зарар етказадиган касаллик, болани бир неча соатда нобуд қилиб қўйиши мумкин. Шунинг учун касалликнинг **дастлабки белгиларини билиб олиш ва уларга вақтида эътибор бериш зарур.**

Овқатга Ёлчимаган Болалар

Баъзи болалар етарлича овқатланмаслиги туфайли зарур озиқ моддаларга ёлчимай қоладилар. Улар асосан, мастава, нон кабиларни кўп истеъмол қиладилар ва бола организмга керакли бўлган қувватни олмай туриб тўйиб қолади. Шунингдек, баъзи болалар овқатида А Витамини (705-бет), йод (682-бет) каби маълум моддалар етишмаслиги мумкин. Болаларга керакли овқатлар тўғрисида кўпроқ маълумот олиш учун 11-бобни, айниқса, 236-дан 240-бетгача ўқинг.

УНЧА ЖИДДИЙ ЭМАС

ЖИДДИЙ



кичкина

вазни етарли
эмас

қорни катта

қўллари ва
оёқлари
озғин

кўриниши маъюс

вазни етарли
эмас

шишиш
натижасида
(унинг вазни,
бир қанча вақт
ортиши мумкин)

қорамтир доғлар
тушиб, териси
пўст ташлаб
туради ёки
яралар пайдо
бўлиб, оёқлари
шишади



Овқатга ёлчимаслик болаларда қуйидаги кўпгина муаммоларга сабабчи бўлиши мумкин:

Енгил ҳолларда:

- секинроқ ўсиш
- қорин шишиш
- озғинлик
- иштаҳа йўқлиги
- қувват йўқлиги
- ранг кетиши (камқонлик)
- кесак ейишга мойиллик

Хавфлироқ ҳолларда:

- умуман вазн ортмаслиги ёки
- секин ортиши
- оёқлар (баъзан юзнинг ҳам)
- шишиши
- тўқ кўкимтир доғлар,
„кўкаришлар”,
- ёки яралар пайдо бўлиши

- (кам қонлик)
- оғиз-лаблар бичилиши
- тез-тез шамоллаш ва бошқа
- инфекциялар
- шабкўрлик
- соч тўкилиши ёки соч сийраклиги
- оғиз ичидаги яралар
- нормал ақлнинг ривожланмаслиги
- „кўзларнинг қуриши“ (ксерофталмия)
- кўрлик (415- бет)

Умуман овқатга ёлчимасликнинг оғир кўринишлари ва турлари. Улар келтириб чиқарадиган муаммолар ва буларнинг олдини олиш ҳақида 224- ва 227 - бетларда айтиб ўтилган.

Овқатга ёлчимасликнинг биринчи белгилари ич кетар ёки қизамиқ каби оғир касалликлардан сўнг билинади. Касал бўлган ва тузалаётган болалар соғлом болага нисбатан яхши сифатли овқатга кўпроқ муҳтождирлар.

Овқатга ёлчимасликнинг олдини олиш ва даволаш учун болаларингизга ТЕЗ-ТЕЗ, ЕТАРЛИ ОВҚАТ БЕРИНГ. Бола истеъмол қиладиган асосий овқатга ёғ каби юқори қувват берадиган озуқалардан қўшинг. Шунингдек, ловия, мош, мева, сабзавот ва иложи бўлса сут, тухум, балиқ, гўшт каби “тана тикловчи” ва “ҳимояловчи” овқатлардан қўшишга ҳаракат қилинг.

Ичбуруг Ёки Қон Аралаш Ич Кетиш

(тўлароқ маълумот учун 285-дан 295-бетгача қаранг)

Ич кетар билан оғриётган болалар учун энг катта хавф, бу **сувсизланишдир**. Агар бола қайт қилаётган бўлса, бу яна ҳам хавфлироқ. Беморга **“Сув тикловчи ичимлик”**дан беринг (283-бет). Агар бола эмадиган бўлса, **эмизишни давом эттиринг** ва қўшимча **“Сув тикловчи ичимлик”**дан ҳам беринг.

Ич кетарга чалинган болалар учун иккинчи хавф - бу овқатга ёлчимай қолиш. Бола **тўйимли овқатдан қанча еса, шунча беринг.**



Иситма (167-бетга қаранг).

Кичкина болаларда юқори (39° С дан ортиқ) ҳарорат бўлганида талваса бошланиши мумкин. Ҳароратнинг 40°С дан ортиб кетиши, баъзан миянинг ишдан чиқишига олиб келиши мумкин. Ҳароратни пасайтириш учун **боланинг кийимини ечинг**. Агар у безовталаниб, йиғлаётган бўлса, унга тўғри миқдордаги **Парацетамол** (Ацетоминофен) ёки Аспирин (651-бетга қаранг) ва кўпроқ суюқлик беринг. Агар у жуда иссиқлаган ва қалтираётган бўлса, **баданини совуқроқ (жуда совуқ эмас) сув билан ҳўлланг ва елпинг**.



Талвасага Тушиш (титраш) (331-бетга қаранг).

Бунинг сабаблари юқори ҳарорат, сувсизланиш, эпилепсия(тутқаноқ) ва менингит каби касалликлар бўлиши мумкин. Агар ҳарорат юқори бўлса уни тезда туширинг (167-бет). Сувсизланиш (281-бет) ва менингит (351-бет) каби касалликларнинг белгилари бор-йўқлигини текширинг. Агар бола ҳеч қандай иситмасиз бирданига талвасага тушиб қоладиган; аммо бошқа вақтларда одатдагидек яхши юрадиган бўлса, бу эпилепсия (тутқаноқ, қуянчиқ) бўлиши мумкин (331- бет). Дастлаб жафдан бошланиб, сўнг бутун тананинг титраб қотиши қоқшол бўлиши мумкин. (347-бет).



Менингит (351-бет)

Ушбу хавфли касаллик қизамиқ, тепки ва бошқа жиддий касалликларнинг асорати натижасида келиб чиқиши мумкин. Сил касаллиги билан оғриётган оналарнинг болалари сил менингити билан оғриб қолишлари мумкин.

Жуда касал ҳолатдаги бола бошини орқага бўйни қотиб қолганлиги сабабли бошини олдига эгиб бўлмаса, шунингдек танаси ғалати ҳаракатлар (титрашлар) қилса, бундай ҳолларда менингит бўлиши мумкин.



Камқонлик (242-бет).

Болалардаги умумий белгилари:

- ранги ўчиши, айниқса, кўзнинг ичлари, милклари ва тирноқлар таглари рангининг ўчиши.
- боланинг нимжон, тез чарчаيدиган бўлиб қолиш
- кесак ейишни ёқтириши

Умумий сабаблари:

- темир моддасини оз истеъмол қилиш (242-бет).
- сурункали ичак инфекциялари (269-бет).
- куртлар, айниқса анкилостома каби (265-бет).



Олдини олиш ва Даволаш:

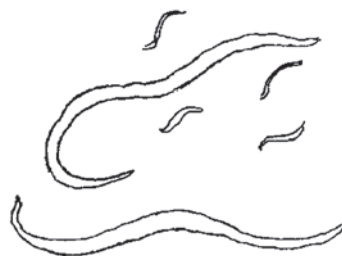
- ◆ Гўшт, ўрдак тухуми каби темир моддасига бой овқатлардан истеъмол қилинг. Шунингдек, ловия, нўхат, мош, ўрик қоқи, қизил ловия, ер ёнғоқ ва тўқ яшил баргли ўсимликлар таркибида ҳам бироз темир бор.
- ◆ Анемия сабабларини йўқотинг, гижжалар кўп бўлган жойларда яланг оёқ юрманг.
- ◆ Қора чой ичманг.
- ◆ Агар сиз, гижжалар борлигини тахмин қилаётган бўлсангиз, тиббиёт ходими бола ахлатини микроскоп остида текшириб бериши мумкин. Агар унда гижжа тухумлари бўлса, болани гижжага қарши даволанг. (717-720-бетлар).
- ◆ Витамин С (Ц) га бой бўладиган, булғор қалампири, тут, қовун, тарвуз, қулупнай, помидор, ўрик каби овқатлар қонга темир моддасини сингишини кўпайтиради. Улардан истеъмол қилинг.
- ◆ Агар керак бўлса, ичгани таркибида темир моддаси бўладиган таблеткалардан беринг (темир сульфат, 702-703-бетлар).

ЭҲТИЁТ БЎЛИНГ: Чақалоқ ёки ёш болага таркибида темир моддаси бор таблеткаларни бутун ҳолича берманг. Уларни эзиб овқатга қўшиб беринг.

Қурт(гижжа)лар Ёки Бошқа Ичак Паразитлари (262-бетга қаранг).

Агар оилада битта боланинг қуртлари бўлса, бутун оила даволаниши керак. Қуртларни келтириб чиқарадиган инфекцияларнинг олдини олиш учун бола:

- ◆ Тозалик қоидаларига риоя қилиши (253-бет);
- ◆ Бўшалиш учун фақат ҳожатхона (туалет)га бориши ва ҳеч қачон бошқа жойда бўшанмаслиги;
- ◆ Ҳеч қачон яланг оёқ юрмаслиги;
- ◆ Ҳеч қачон чала пиширилган гўшт, балиқ эмаслиги;
- ◆ Фақат қайнатилган ёки тоза сув ичиши керак;
- ◆ 2 ёш ёки бундан катта болаларни Мебендазол таблеткалари билан даволанг.



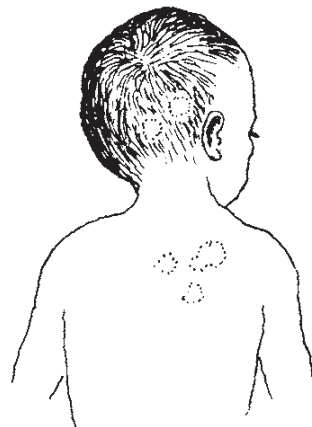
Тери Муаммолари (15-бобга қаранг).

Болаларда қуйидагилар кўп учрайди:

- ◆ инфекция тушган яралар ва импетиго(сачратқи) (383-384 бетлар).
- ◆ темиратки ва замбуруғ натижасида келиб чиқадиган бошқа касалликлар. (387-бет).

Тери касалликларининг олдини олиш учун тозаллик қоидаларига риоя қилинг (253-бет).

- ◆ Болаларни тез-тез чўмилтиринг ва битни йўқотинг.
- ◆ Бурга, бит ва каналарнинг пайдо бўлишига йўл қўйманг.
- ◆ Темиратки ёки инфекция тушган яралари, бити бор болаларни бошқа болалар билан ўйнаши ва ухлашига йўл қўйманг. Уларни вақтида даволанг.



Ўткир Юқумли Конъюктивит (кўз шиллиқ пардасининг яллиғланиши). (411-бетга қаранг).

Кўз қовоқларини бир кунда бир неча марта тоза ҳўлланган латта билан артиб туринг. Антибиотикли мазъни (680-бет) кўз ичига 4 маҳал қўйинг. Конъюктивити бор болани бошқа болалар билан ўйнаши ва ухлашига йўл қўйманг. Агар у бир неча кунда тузалиб кетмаса, тиббиёт ходимига учранг.



Шамоллаш ва „Грипп“ (302-бетга қаранг).

Бурун оқиши, бироз ҳарорат кўтарилиши, йўтал, томоқ оғриғи ва баъзан ич кетиш билан кечадиган шамоллаш, болаларда тез-тез учрайдиган, аммо жиддий бўлмаган касалликлардандир.

Кўп суюқлик бериш билан даволанг. Агар керак бўлса, оғриқ ёки ҳароратни пасайтириш учун парацетамол ёки аспирин берганингиз маъқул (651- бет). Ётишни хоҳловчи болаларга ётишга рухсат беринг. Яхши овқат ва мевалар болаларнинг тез тузалиши ва тумов шамоллашнинг олдини олишга ёрдам беради.



Пенициллин, Тетрациклин ва бошқа антибиотиклар оддий тумов ёки „гриппга қарши ҳеч қандай таъсир қилмайди. Одам тумов бўлганида укол қилиш керак эмас.

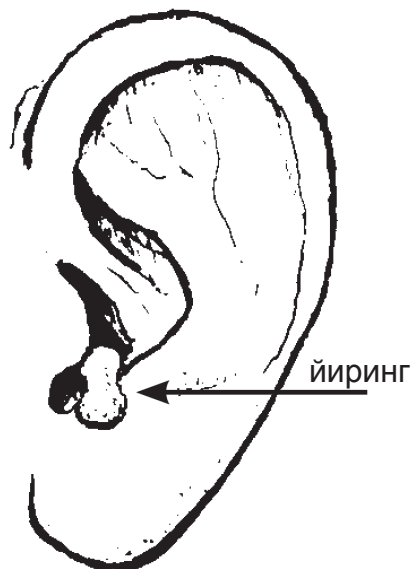
Агар боланинг шамоллаши зўрайиб, ҳарорати кўтарилса, қисқа, тез-тез, яъни ҳансираб нафас олса, у **зотилжам**(пневмония) бўлиб қолган бўлиши мумкин ва бунда антибиотиклар берилиши керак. Шунингдек, қуйида кўрсатиб ўтилган қулоқ инфекциялари ва ангина (кейинги бет) белгилари бор-йўқлигини ҳам текшириб кўринг.

БОШҚА БОБЛАРДА ТИЛГА ОЛИНМАГАН, АММО БОЛАЛАР СОҒЛИҒИ БИЛАН БОҒЛИҚ МУАММОЛАР

ҚУЛОҚ ОҒРИҒИ ВА ҚУЛОҚ ИНФЕКЦИЯЛАРИ

Қулоқ инфекциялари ёш болаларда кўпроқ учрайди. Кўпинча, инфекция шамоллашдан бир неча кун кейин бурун битиши ёки шилимшиққа тўлиб қолишидан сўнг бошланади. Ҳарорат кўтарилади ва бола кўпинча йиғлайди ёки бошининг бир томонини ишқалайверади.

Баъзан қулоғида йиринг кўринади. Кичкина болаларда, қулоқ инфекцияси қайт қилиш ёки ич ўтишига сабаб бўлиши мумкин. Шундай қилиб, агар боланинг ичи кетса ва ҳарорати юқори бўлса, унинг қулоқларини ҳам текшириб кўринг.



Даволаш:

◆ Қулоқ инфекциялари жуда оғриқли бўлиши мумкин. Уни вақтида даволаш жуда муҳим. Агар боланинг умумий соғлиғи яхши бўлса, кўпинча касал ўзи тузалиб кетади. Ампициллин ёки Амоксициллин (634-бет), Т-исептол таблеткалари каби антибиотиклар беринг. Оғриққа қарши Парацетамол (651-бет) беринг. Аспирин ҳам ишлатилиши мумкин, аммо унинг салбий таъсир кўрсатиш эҳтимоли бор. (649-бет).

◆ Агар боланинг умумий соғлиғи яхши бўлмай, қулоқ бир неча кун ичида тузалиб кетмаса ёки қулоқ йирингласа ёки қонаса, котримоксазол ёки Амоксициллин беринг. **Олти ой ва ундан кичик ва қулоғида инфекция бор болага албатта антибиотик берилиши керак.**

◆ Қулоқ йирингини пахта билан жуда эҳтиёт бўлиб, оҳиста тозаланг, лекин қулоққа пахтали тампон, чўп, барг ёки бошқа бирор нарса тиқиб кўрманг.

◆ Қулоқларидан йиринг оқаётган болалар, одатдагича чўмилтирилиши керак, аммо тузалганларидан сўнг ҳам камида 2 ҳафта давомида сувда сузишлари ва шўнғишлари мумкин эмас.

Олдини олиш:

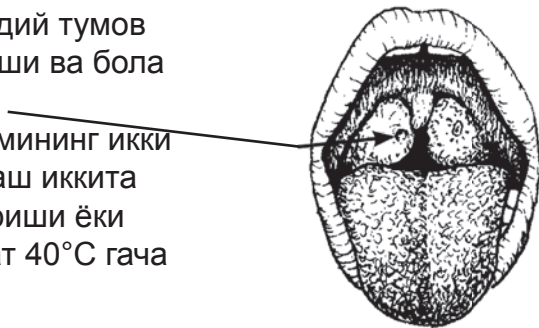
- ◆ Болалар шамоллаганда бурунлари оқади. Уларнинг бурунларини **қоқмасдан** артишга ўргатинг.
- ◆ Чақалоқларни сўрғичли шиша орқали овқатланторманг. Овқатлантираётганингизда болани чалқанча ётқизманг, чунки сут унинг бурнига кириб кетиши ва қулоқ касаллигига олиб келиши мумкин.
- ◆ Бола бурни тўлиб қолганида, намакоб томизинг ва шилимшиқни 303-бетда кўрсатилгандек сўрдириб олиб ташланг.

Қулоқ каналидаги инфекция:

Қулоқ канали, яъни ташқи эшитув йўлида инфекциянинг бор-йўқлигини билиш учун секингина қулоқни тортиб кўринг. Антибиотик томчиларини ёки бир қошиқ оқ уксус 10 қошиқ сув 10 қошиқ спирт билан аралаштириб қулоққа томизинг 3-4 маҳал 3-4 томчидан томизинг. Агар бундан оғриқ сезилса, демак, канал инфекцияланган. 3-4 кун давомида яхши натижага эришмасангиз мутахассис шифокорга мурожаат қилинг.

ТОМОҚ ОҒРИҒИ ВА БОДОМЧА БЕЗЛАРНИНГ ИНФЕКЦИЯЛАНИШИ

Бу муаммолар кўпинча оддий тумов билан бошланади. Томоқ қизариши ва бола ютинганда оғриши мумкин. Бодомча безлар (томоқ орқа қисмининг икки тарафида жойлашган безга ўхшаш иккита лимфа тугуни) катталashiши, оғриши ёки йиринг бойлаши мумкин. Ҳарорат 40°С гача кўтарилиши мумкин.



Даволаш.

- Намакоб сув билан томоғингизни чайқанг (ғарғара қилинг) (250 мл. сувга 1 чой қошиқ туз).
- Оғриққа қарши парацетамол ёки аспирин ичинг.
- Агар оғриқ ва иситма бирданига кўтарилса ёки 3 кундан кўп давом этса, қуйидаги маълумотлар фойдали бўлиши мумкин.

Томоқ оғриғи ва ревматик иситманинғ хавфи:

Оддий тумов ёки грипп (бурун оқиши, чучкириш) билан келадиган томоқ оғриғини даволашда, одатда антибиотиклар

ишлатилмайди ва улар яхши таъсир қилмайди. Томоқни чайқаш ва парацетамол (ёки аспирин) ичиш билан даволанинг.

Аммо, томоқ оғриғининг бир тури, яъни **ангина** Пенициллин билан даволаниши керак. У одатда болалар ва ёшларда учрайди. Аксари бирданига, қаттиқ томоқ оғриғи ва юқори ҳарорат билан (кўпинча йўталсиз ёки шамоллаш белгиларисиз) бошланади. Оғиз орқаси ва бодомча безлар жуда қизариб кетади ва жағ ости ёки бўйин лимфа безлари шишиб чиқиши ёки оғриши мумкин. Одатда бунда бурун оқиши, йўтал каби тумов белгилари бўлмайди.

10 кун давомида Пенициллин таблеткасидан беринг (629-бет). Агар Пенициллин вақтида берилган бўлса ва 10 кун давом эттирилса, томоқ оғриғининг ревматик иситмага ўтиш хавфи камроқдир. Ангинаси бор бола, касалини бошқаларга юқтирмаслик учун бошқа одамлардан узоқроқда овқатланиши керак.

РЕВМАТИК ИСИТМА

Бу болалар ва ёшлар касаллиги ҳисобланади. У одатда, одам ангина бўлганидан сўнг 1 ҳафтадан 3 ҳафтагача бўлган вақт давомида бошланади (юқоридаги маълумотга қаранг). Ангина тўғри даволанмаган.

Асосий белгилари (одатда буларнинг баъзилари намоён бўлади):

- иситма
- бўғимларда оғриқ, айниқса, билак ва тўпиклар, кейинчалик эса, тизза ва тирсак бўғимларида оғриқ туриши. Бўғимлар шишади ва кўпинча қизиб, қизариб кетади.
- тери остида эгри қизил чизиклар ёки шишлар пайдо бўлади.
- жиддийроқ ҳолларда қувватсизлик, ҳансираш ва ҳатто юрак оғриғи бўлади.



Даволаш:

- ◆ Агар ревматик иситма борлигини тахмин қилсангиз тиббиёт ходимиغا мурожаат қилинг. Юракнинг шикастланиш хавфи бор.
- ◆ Катта миқдорларда аспириин қабул қилинг (649-бет). 12 яшар бола 500 мг. лик таблеткаларни 1-2 тадан кунига 6 маҳал ичиши мумкин. Қоринни оғритмаслик учун уларни сут ёки овқат билан ичинг. Агар қулоқларингиз шанғиллай бошласа, дорини камроқ ичинг.
- ◆ Пенициллин беринг(629-бет).

Олдини олиш:

- ◆ Агар сизда ангина бўлса, ревматик иситманинг олдини олиш учун Пенициллин билан 10 кун давомида даволанинг. Уни тўла 10 кун давомида қабул қилиш жуда муҳим.
- ◆ Бир марта ревматик иситма бўлган бола, унинг қайталаниши ва юрак шикастланишининг олдини олиш учун томоқ оғриғининг биринчи белгиларидаёқ 10 кун давомида Пенициллин қабул қилиши керак. Агар юракнинг шикастланишига хос белгилар пайдо бўлса, у одам балки қолган бутун умри давомида Пенициллинни маълум вақт давомида ёки Бензилпенициллин-Бензатиннинг (632-бет) ойлик уколларини олиб туриши керак бўлади. Малакали тиббиёт ходимининг маслаҳатларига риоя қилинг.

БОЛАЛАРНИНГ ЮҚУМЛИ КАСАЛЛИКЛАРИ

СУВЧЕЧАК

Бу енгил вирусли инфекция бўлиб, касалланган боладан бошқа болага юққанидан сўнг 2 ҳафтадан 3 ҳафтагача бўлган давр ичида маълум бўлади.

Белгилари:

доғлар, сувли пўрсилдоқлар ва қорақўтирлар.



Аввал кичкина, қизил, қичишадиган доғлар пайдо бўлади. Улар кичкина ёриладиган пуфакчаларга ва охири қора қўтирларга айланади. Одатда, улар дастлаб баданда пайдо бўла бошлайди ва сўнг юз, қўл ва оёқларга ҳам тошади. Бир вақтнинг ўзида доғлар, пуфакчалар ва қора қасмоқли яралар бўлиши мумкин. Иситма одатда енгил кечади.

Даволаш:

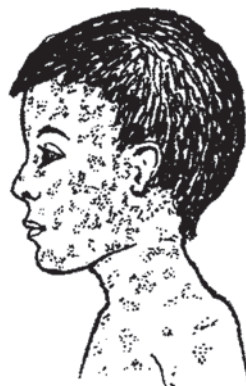
Инфекция одатда бир ҳафтада ўтиб кетади. Болани ҳар куни илиқ сувда совунлаб чўмилтиринг. Қичишишни пасайтириш учун сули (овсянка) бўтқаси сувига намланган латтани ишлатинг. Тирноқларини жуда калта қилиб олинг. Агар яралар инфекцияланса, уларни тоза сақланг. Иссиқ ва ҳўл компресслар қилинг, кейин яралар устига антибиотик мазьлар, зелёнка ёки йод суртинг. Бола баданини қашланишдан сақлашга ҳаракат қилинг. Касалланган бола сувчечак касаллиги билан оғримаган ҳомиладор аёллардан узоқроқда бўлиши ва касалда яралар тўла тузалиб кетгунча мактабга бормаслиги керак.

ҚИЗАМИҚ

Бу ўткир вирусли инфекция **яхши озиқланмаган ёки сил билан касалланган болалар учун, айниқса, хавфли.**

Касаллик юққандан сўнг 10 кун ўтиб, шамоллашдаги каби иситма, бурун оқиши, кўзларнинг оғриб қизариб кетиши ва йўтал билан бошланади

Боланинг аҳволи борган сари ёмонлашиб бораверади. Унинг оғзи жуда қаттиқ оғрийди ва ичи суриб туриши ҳам мумкин.



2 ёки 3 кундан сўнг оғизда туз дончаларига ўхшаш кичкина доғлар пайдо бўлади. Бир ёки 2 кундан сўнг тошмалар пайдо бўлади аввал қулоқлар орқаси ва бўйинга, сўнг юз ва танага ва охири қўл ва оёқларга "қизамиқ гули" тошади. Тошма тошиб бўлганидан сўнг бола одатда тузала бошлайди. Тошма 5 кун туради. Тери остига қон қуйилиши натижасида қора тошмалар пайдо бўлади (қора қизамиқ). Бу — касалликнинг анча оғирлигидан далолат беради. Тиббий ёрдам олинг.

Даволаш:

- ◆ Бола ётиши, унга кўп ичимлик ва тўйимли овқатлар берилиши керак. Агар у қуюқ овқатни ютишга қийналса, унга шўрва сингари суюқ овқатлар беринг. Агар чақалоқ эмишга қийналса, сутни қошиқ билан беринг (236-бет).
- ◆ Иложи бўлса, кўз шикастланишининг олдини олиш учун А Витамини беринг (421-бет).
- ◆ Иситма ва оғриққа қарши парацетамол беринг (ёки аспирин).
- ◆ Агар қулоқ оғриғи бўлса, антибиотик беринг (629-бет).
- ◆ Агар зотилжам (ўпка шамоллаши), менингит белгилари ёки қулоқ, қорин соҳасида қаттиқ оғриқ пайдо бўлса, тиббий ёрдам олинг.
- ◆ Агар боланинг ичи кетаётган бўлса, унга “Сувни тикловчи ичимлик” беринг (283-бет).

Қизамиқнинг олдини олиш:

Қизамиқ жуда юқумли касаллик, унга чалинган болалар, бошқа болалар, ҳатто ака-ука, опа-сингилларидан ҳам узоқроқда бўлиши керак. Айниқса, бир қадар ориқ, сил ва бошқа сурункали касалликлар билан оғрувчи болаларни эҳтиёт қилинг. Бошқа оила болалари қизамиғи бор хонадонга кирмасликлари керак. Қизамиққа чалинган хонадон болалари ўзлари ҳали қизамиқ бўлмаган бўлсалар-да, 10 кун давомида мактабга, магазинга ёки бошқа жамоатчилик жойларига бормасликлари керак.

**Қизамиқ болаларингизни ҳаётдан олиб кетмаслиги учун,
уларнинг яхши овқатланаётганлигига эътибор беринг.
Болаларингизни қизамиққа қарши 8-14 ойлигида эмлатинг.**

ҚИЗИЛЧА

Қизилча одатда қизамиқдек оғир эмас. 3 ёки 4 кун давом этади. Тошмалар унча кўп бўлмайди. Кўпинча бош орқасидаги ва бўйин лимфа тугунлари шишиб, оғрийди.

Бола ётиши ва керак бўлса, парацетамол ёки аспирин ичиши керак.

Ҳомиладорликнинг биринчи 3 ойида қизилча билан оғриб қолган аёллар нуқсонли бола туғиши мумкин. Шунинг учун, қизилча бўлган ёки бўлмаганини билмаган **ҳомиладор аёллар, қизамиқнинг бу турига чалинган болалардан узоқроқда юриши керак**, лекин бу гап илгари қизамиқ билан оғриб ўтган хотин-қизларга тааллуқли эмас, чунки улар, бу касаллик билан бир марта оғриб тuzалганларидан сўнг, бу касаллик билан бошқа оғримайдилар. Ушбу касалликка қарши эм дорилари мавжуд, аммо уларни топиш кўпинча қийин бўлади.

ТЕПКИ

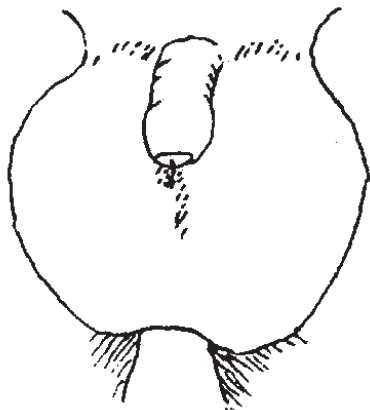
Касалликнинг биринчи белгилари касаллик бемор одамдан юққандан сўнг 2 ёки 3 ҳафта кейин пайдо бўлади. Тепки иситма чиқиши ва оғизни очганда ёки овқат еяётганда оғиз оғриши билан бошланади. 2 кун ичида, жағ бурчагида, қулоқдан пастроқда юмшоқ шиш пайдо бўлади. У кўпинча аввал бир тарафда сўнг иккинчи тарафда пайдо бўлади.



Даволаш:

Шиш 10 кун ичида ҳеч қандай дориларсиз ўзидан ўзи йўқолиб кетади. Оғриқ ва иситмага қарши парацетамол ёки аспирин ичилиши мумкин. Болага юмшоқ ва тўйимли овқат беринг ва оғзини тоза тутинг.

Асоратлар:



11 ёшдан юқори болалар ҳамда катта одамларда биринчи ҳафтадан сўнг қорин оғриши ёки эркакларда мояк(тухум) шишиб, оғриқ туриши мумкин. Бундай шиши бор одамлар ҳаракат қилмасликлари ва оғриқ, шишни пасайтириш учун музли халтачалар ёки ҳўлланган совуқ сочиқ кўйишлари керак.

Агар менингит белгилари пайдо бўлса, тиббий ёрдамга муружаат қилинг (351-бет).

КЎКЙЎТАЛ

Бемордан юқтирилгандан сўнг бир ёки икки ҳафтадан сўнг бошланади. У тумов вақтидагидек, иситма, бурун оқиши ва йўтал билан бошланади.

Икки ҳафтадан сўнг кўкйўтал авжига чиқади. Бола яхши нафас ололмай, тез-тез йўталади, йўталаётганда ёпишқоқ шилимшиқ чиқаргунга қадар йўталади, шундан сўнг шовқин билан ўпкага ҳаво киради. Бола йўталаётганда тирноқлари ва лаблари ҳаво етишмаслигидан кўкариб кетиши мумкин. Ўпкага шовқин билан ҳаво киргандан сўнг бола қайт қилиши мумкин. Йўтал хуружлари орасида бола соғломга ўхшайди.



Ҳаммабоп Тиббиёт Қўлланмаси 2013

Кўкйўтал одатда 3 ой ёки кўпроқ давом этади. Кўкйўтал, айниқса, 1 ёшга тўлмаган **болалар учун хавфлидир**, шунинг учун болаларингизни эртароқ эмлатинг. Ёш болалар йўталгандан сўнг нафас олганда бундай шовқин бўлмайди, шу сабабдан, уларнинг кўкйўтал ёки ундай эмасликларини билиш қийин. Агар болани йўтал хуружлари безовта қиладиган, унинг кўзлари шишган ва яшаш жойингизда кўкйўтал билан оғриган бемор бўлса, уни **дарров** кўкйўталга қарши даволанг.

Даволаш:

- ◆ Антибиотиклар фақатгина кўкйўталнинг бошланишида, йўтал хуружлари бошлангунга қадар ёрдам беради. Эритромицин ёки Т-исептол ишлатинг (636-639-бетлар). Левомецетин ҳам фойдали, аммо у хавфлироқ. Чақалоқлар дозасини билиш учун 639-бетга қаранг. 6 ойлик бўлмаган болаларни касалликнинг биринчи белгиларидаёқ даволаш жуда муҳим.
- ◆ Кўкйўталнинг оғирроқ ҳолларида, айниқса, йўтал бола ухлашига халақит берса ёки титроқ сабабчиси бўлса, кортикостероидлар ёрдам бериши мумкин.
- ◆ Агар бола йўталдан сўнг нафас ололмай қолса, уни ўзингизга қаратиб, ёпишқоқ шилимшиқни бармоғингиз билан оғзидан олиб ташланг. Сўнг шапалоғингиз билан орқасига уриб кўйинг.
- ◆ Бола озиб, қувватсизланиб қолмаслиги учун, унинг яхши тўйимли овқат истеъмол қилаётганига эътибор беринг. Қайт қилганидан сўнг, унга мажбуран озгина овқат ва ичимлик беринг.

Асоратлари:

Йўтал натижасида кўз ичига қон қуйилиши натижасида кўз оқининг қизариб қолиши. Ҳеч қандай даволашнинг кераги йўқ (420-бет). Агар бола талвасага тушса ёки унда зотилжам(пневмония) белгилари пайдо бўлса, тиббий ёрдам олинг.

**Барча болаларни кўкйўталдан сақланг.
Улар 2 ойлигида биринчи маротаба
эмланганлигига эътибор беринг.**

БЎҒМА (ДИФТЕРИЯ)

Бу ҳам худди шамоллашдагидек иситма, бош оғриғи ва томоқ оғриғи билан бошланади. Томоқнинг орқа қисмида ва баъзан бурун ва лабларда парда пайдо бўлиши мумкин. Боланинг бўйни шишиб кетиши ҳам мумкин. Оғзидан бадбўй ҳид келади.



Агар болангизда бўғма бор деб тахмин қилсангиз:

- ◆ Уни бошқа одамлардан узоқроқда, алоҳида қилиб ётқизиб қўйинг.
- ◆ Бўғмага қарши махсус антитоксин мавжуд, тиббий ёрдамга мурожаат қилинг.
- ◆ Бензилпенициллин-Новокаин беринг. (632-бет)
- ◆ Томоғини чайқагани бироз тузли илиқ сув беринг.
- ◆ Бемор тез-тез ёки доимий равишда иссиқ сувнинг буғидан нафас олсин (312-бет).
- ◆ Агар бола бўғилиб, кўкара бошласа, томоғидаги карашни бармоғингизга ўралган латта билан кўчиришга ҳаракат қилинг.

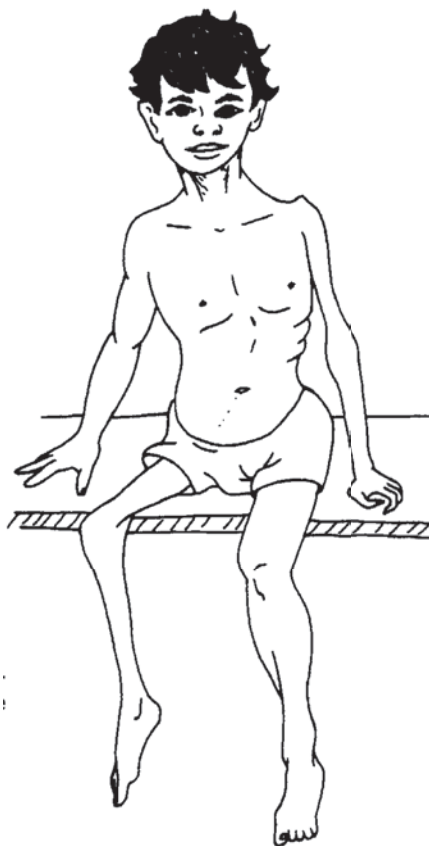
Бўғма хавфли касаллик бўлиб, болага АҚДС эмлаш йўли билан осонгина унинг олдини олиш мумкин. **Болаларингиз эмланганига эътибор беринг.**

БОЛАЛАР ШОЛ КАСАЛЛИГИ (ПОЛИОМИЕЛИТ)

Полиомиелит аксари 2 ёшга тўлмаган болаларда учрайди. Унинг қўзғатувчиси оддий шамоллаш вирусига ўхшаш. Одатда иситма, қайт қилиш, ич кетиш ва мускуллар оғриғига сабаб бўлади. Болалар бир неча кунда тўла соғайиб кетадилар, лекин тананинг бирор қисми кучсизланиб ёки фалажланиб қолиши мумкин. Кўпинча бундай ҳодиса, бир ёки иккала оёқда кузатилади. Вақт ўтган сари кучсизланган қўл-оёқ жуда озиб кетади ва бошқасига нисбатан секинроқ ўсади.

Даволаш:

Касаллик бир бошланса, ҳеч қандай дори - дармон шолни тузата олмайди. (Шунга қарамай, баъзан йўқотилган кучнинг бир қисми ёки ҳаммаси секин - аста қайтиши мумкин.) Антибиотиклар ёрдам бермайди. Касалликнинг бошида, оғриқни пасайтириш учун парацетамол ёки аспириин беринг ва оғриётган мускулларга иссиқ, компресс қўйинг. Болани қулай қилиб жойлаштиринг ва қарама-қарши пайларнинг тортишиб қолмаганлигига эътибор беринг. Аста-секин унинг қўл ва оёқларини тўғрилаб қўйинг, бола иложи борича тўғри ётсин. Агар оғриқни тўхтатиш учун керак бўлса, боланинг тиззаси тагига болишча қўйинг, аммо иложи борича унинг оёқлари тўғри ҳолатда бўлгани маъқул.

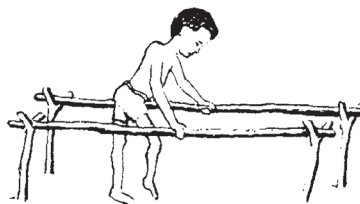


Олдини олиш:

- ◆ Полиомиелитга қарши эмлаш энг яхши ҳимоядир.
- ◆ Болада шамоллаш, иситма ва полиомиелитга хос бошқа белгилар бўлса, ҳеч қандай укол қилманг. Ўрта-оғир фалажсиз ўтадиган полиомиелит, укол қилиш натижасида оғир фалаж билан кечадиган полиомиелитга айлантириши мумкин. **Жуда зарур бўлиб қолмагунча болаларга ҳеч қачон укол қилманг.**

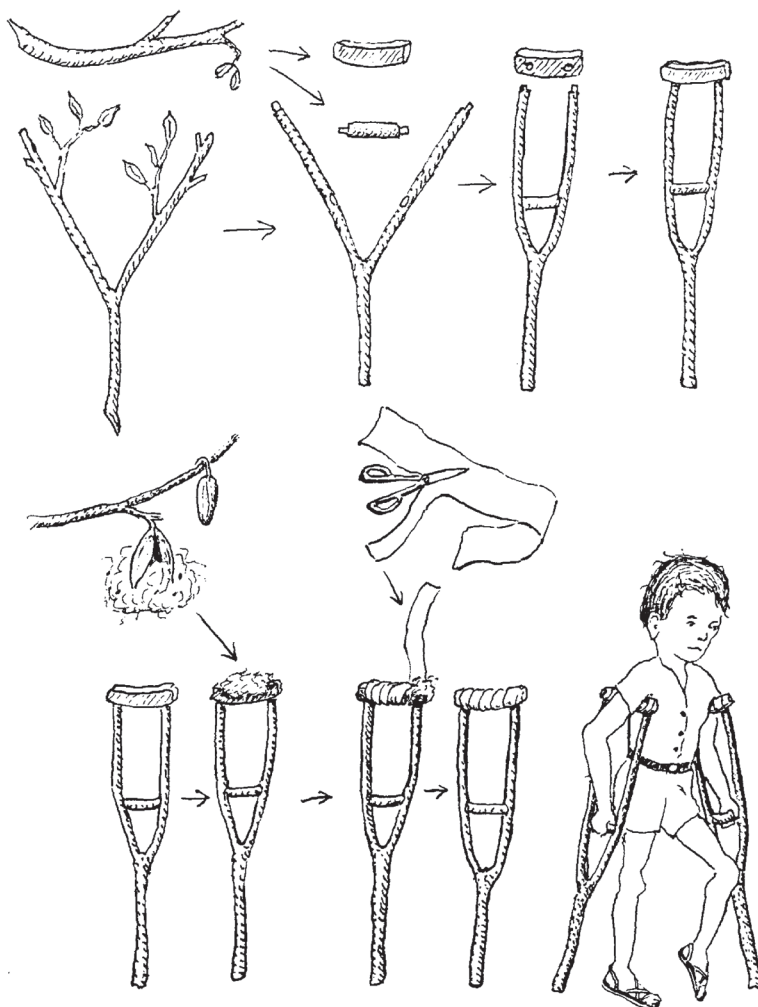
Болаларнинг „полиомиелитга қарши томчи“ билан 2, 3, ва 4 ойликларида эмланганига эътибор беринг.

Полиомиелит сабабли фалаж бўлиб қолган бола тўйимли овқатлар ейиши ва қолган мускулларини қувватга киргизиш учун машқлар қилиши керак.



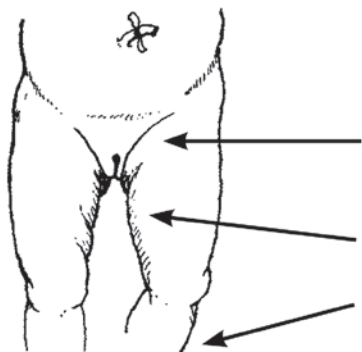
Болага ўзи юра олгунга қадар юришга ёрдам беринг. Унга таяниш учун кўрсатилгандек 2та хода ва кейинчалик қўлтиқ таёқлар қилиб беринг. Ҳасса, таёқлар боланинг юришига ёрдам беради ва уни мажруҳ бўлиб қолишдан сақлайди.

ОДДИЙ ҚЎЛТИҚ ТАЁҚНИ ҚАНДАЙ ЯСАШ МУМКИН ?



ТУҒМА КАСАЛЛИК ЁКИ КАМЧИЛИКЛАР ҚУЙМИЧ ЧИҚИҒИ (ЧАНОҚ-СОН БЎҒИМИНИНГ ЧИҚИБ КЕТИШИ)

Баъзи болалар куймичи чиққан ҳолда туғилади—сон суяги чаноқ суягига қўшилган бўғимдан силжиб қолади. Вақтида берилган эътибор оғриқ ва оқсоқланишдан сақлаб қолади. Шу муносабат билан, оёқнинг чаноқдан чиқиб қолган ёки қолмаганлигини билиш учун болалар тахминан 10 кунли бўлганидан сўнг текширилиши керак.



1. Иккала оёқни солиштиринг. Агар чаноқ чиққан бўлса, чиққан тараф куйидагиларни кўрсатади:

Сон чиққан жойни қисман ёпиб туради.

Тери бурмалари ҳам озроқ бўлади.

Оёқ қисқароқдек кўринади ёки у ғалати, қийшиқ бурчак остида бурилган бўлади.

2. Иккала оёқни тиззалари бир-бирига яқинлаштирилган ҳолда ушланг!



ва уларни куйидагидек қилиб икки тарафга ёзинг.



Агар бунда бир оёқ эртароқ тўхтаб қолиб, ирғиса ёки қирсилласа, бу чаноқ чиққанидан далолат.

Даволаш:

Боланинг тиззаларини баланд ва керилган ҳолда ушлашга ҳаракат қилинг.

Йўргакларни қалин тахлаб, қуйидагидек қилиб ишлатиш



ёки (бола ухлаётганда) унинг оёқларини кўрсатилгандек қилиб илгаклаб қўйиш,



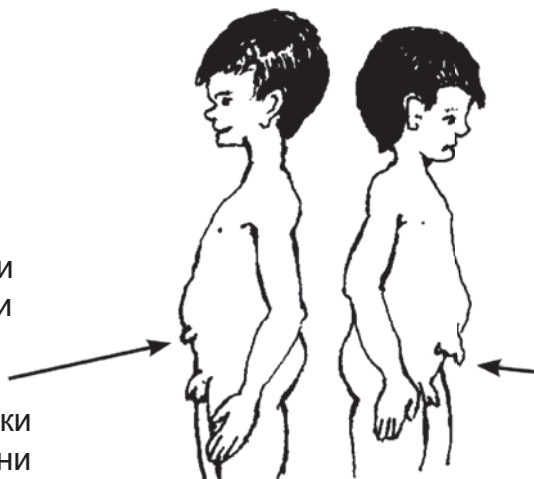
Ёки шундай қилиш йўли билан бунга эришса бўлади.



Лекин фурсатни бой бермай, болалар ортопедига учранг ва унинг йўл-йўриқларига амал қилинг.

КИНДИК ЧУРРАСИ (КИНДИКНИНГ ТАШҚАРИГА ЧИҚИБ ҚОЛИШИ)

Киндик қуйидагидек чиқиб турса, бунинг хавфли жойи йўқ. Ҳеч қандай дори ёки давонинг кераги йўқ. Киндикни қаттиқ қилиб боғлаб қўйиш ёки „қоринбелбоғи“ни тақиб юриш ёрдам бермайди.



Бундай киндик чурраси хавфли эмас ва кейинчалик ўз-ўзидан йўқолиб кетади. Агар бола 5 яшар бўлганидан сўнг ҳам у йўқолиб кетмаса, операция қилиш керак бўлади. Шифокор билан маслаҳатлашинг.

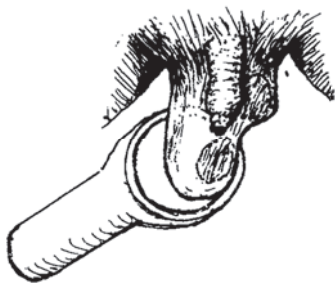
ГИДРОЦЕЛЕ ЁКИ ЧУРРА НАТИЖАСИДА ШИШИБ КЕТГАН МОЯКЛАР

Агар бола ёрғоғи (ёки моякни ушлаб турувчи халтаси)нинг бир тарафи шишган бўлса, бу одатда мояк халтаси суюқлик билан тўлиб қолгани (гидроцеле) ёки ичак қовузлогининг у ерга кириб қолгани (чурра) натижасида келиб чиққан бўлади.

Сабабини топиш учун шишган жойни ёруғликка тутиб кўринг.



Агар ёруғлик ундан осонлик билан ўтса, бу гидротселе бўлиши мумкин.



Бу кўпинча даволашсиз ўзи йўқолиб кетади. Агар у бир йилдан ортиқ турса, шифокор билан маслаҳатлашинг.

Агар ёруғлик ўтмаса ва бола йўталган ёки йиғлаган вақтида шиш катталашса, бу чуррадир.



Чурра операция қилиниши керак (330-бет).

Баъзан чурра ёрғоқнинг ўзида эмас, балки тепароқда, бир тарафда пайдо бўлиши мумкин



Сиз шишган лимфа тугундан чуррани фарқлашингиз мумкин (441-бет), чунки чурра бола йиғлаганда, тўғри қилиб кўтарилганда шишиб чиқади ва тинч ётганда йўқолиб кетади.

АҚЛИ ЗАИФ, ҚАР ЁКИ НОГИРОН БОЛАЛАР

Баъзан ота-оналарнинг фарзандлари ақлан қолоқ (заиф), қулоғи қар ёки туғма иллатли, яъни танасининг бирор қисмида *нуқсон* бор бўлиб туғилади. Бунинг сабабини аниқ билиб бўлмайди. Ҳеч ким айбланмаслиги керак. У баъзан шунчаки бир тасодиф билан рўй беради.

Шу каби тасодифларни орттирадиган баъзи омиллар бор. **Агар ота-оналар қуйидагилардан эҳтиёт бўлсалар, болаларнинг нуқсонлар билан туғилиш хавфининг олдини олган бўлади.**

1. Ҳомиладорлик даврида **тўйимли овқатларнинг кам истеъмол қилиниши** туғма ақлий заифлик ёки бошқа камчиликлар сабабчиси бўлиши мумкин.

Соғлом болали бўлиш учун ҳомиладор аёллар тўйимли овқатларни етарлича ейиши керак (222-бет).

2. Ҳомиладорлик даврида **йоднинг етарли истеъмол қилинмаслиги** болада кретинизм (руҳий заифлик) сабабчиси бўлиши мумкин. Боланинг бети шишган ва истараси хунукроқ бўлади. У туғилганидан сўнг узоқ вақтгача териси ва кўзлари сарғайиб туриши мумкин. Унинг тили ташқарига осилиб туради ва пешонаси тукли бўлиши мумкин. Ўзи жуда заиф, оз ейди, кам йиғлайди ва кўп ухлайди. Бундай бола ақли заиф, гоҳо қулоғи қар бўлади ва одатда киндик чурраси билан туғилади. У гапиришни ва юришни бошқа нормал болаларга нисбатан кейинроқ бошлайди.

Кретинизмнинг олдини олиш учун ҳомиладор аёл оддий туз ўрнига йодланган туз истеъмол қилиши керак (249- бет).

Агар болангизда кретинизм борлигига шубҳа қилсангиз, дарров шифокор олдига боринг. Махсус дори (тиреоидин)ни бола қанчалик тез ичишни бошласа, шунчалик нормал ривожланади.



КРЕТИНИЗМ

3. Ҳомиладорлик даврида **чекиш ёки спиртли ичимликларни ичиш**, боланинг кичкина бўлиб ёки бошқа камчиликлар билан туғилишига сабабчи бўлади (276-278-бетлар). **Ичманг ва чекманг, айниқса ҳомиладорлик даврида.**

4. **35 ёшдан сўнг** онанинг ногирон бола кўриш хавфи ортади. Кретинизмга ўхшаш. Даун хасталиги каби касалликлар ёши катта аёлларнинг болаларида учрайди.

Шунинг учун оилани шундай шаклантирингки, 35 ёшдан сўнг бошқа бола кўрмайдиган бўлинг (19 - бобга қаранг).

5. **Кўплаб дорилар** ҳомиладор аёл қорнидаги боланинг ривожига ёмон таъсир кўрсатади. **Ҳомиладорлик даврида иложи борича озроқ ва хавфсизроқ дориларни қабул қилишга ҳаракат қилинг.**

6. **Катта заводлар ёки индустриал (пром) зоналарга** яқин жойларда яшаш захарли моддаларнинг таъсирида боланинг нуқсонлар билан туғилишига сабаб бўлиши мумкин.

Агар ота-она бир-бирига қариндош (масалан холавачча, амакиваччалар) бўлса, бунда болалар ногирон ёки ақли заиф туғилиш хавфи каттароқ. Қариндошлар ўртасидаги никоҳда, **ғилайлик, қўл ва оёқлар бармоқларининг қўшилиб кетгани, маймоқлик, лаб ва оғиз тиртиқлиги кўпроқ учрайди.**

Шунга ўхшаш ва бошқа муаммоларнинг келиб чиқиш хавфини камайтириш учун яқин қариндошларингиз билан турмуш қурманг. Агар битта ногирон фарзандингиз бўлса, бошқа бола кўрмасликка қарор қилинг (Оилани режалаштириш, 19-бобга қаранг) чунки туғма нуқсонли бола кўриш эҳтимоли такрорланиши мумкин.

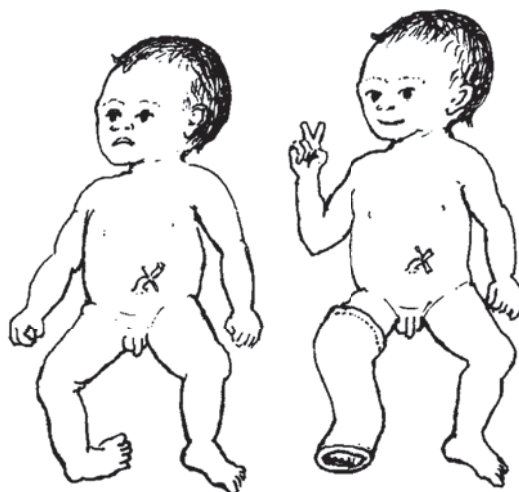
Агар болангиз иллат билан туғилган бўлса, уни болалар шифохонасига олиб боринг. Кўпинча бирор чораси топилади.

◆ Ғилайлик, 417-бетга қаранг.

◆ Агар бармоқнинг суяксиз ортиғи, кичкина қўшимчаси бўлса, уни қўшилган жойидан қаттиқ қилиб ип билан боғлаб қўйинг. У қуриб тушиб кетади. Агар у каттароқ ва суякли бўлса уни қолдиринг ёки жарроҳлик йўли билан олиб ташланг.



◆ Янги туғилган чақалоқнинг оёқлари ичкарига қайрилган ёки нотўғри шаклда бўлса, уларни тўғрилаб қўйишга ҳаракат қилинг. Агар буни уддалай олсангиз, ушбу амални бир кунда бир неча марта такрорланг. Оёқлар (ёки оёқ) секин-аста асли ҳолига келади. Агар сиз боланинг оёғини эга олмасангиз, уни тезда соғломлаштириш марказига олиб боринг. У ерда оёқ тўғри ҳолатда боғланиб ёки гипсланиб қўйилиши мумкин. Яхши натижаларга эришиш учун буни бола туғилгандан сўнг биринчи 2 кун ичида қилиш керак.



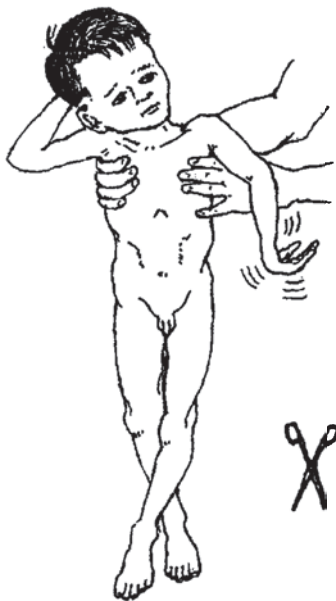
◆ Агар боланинг лаби ёки оғзининг тепа қисми (танглайи) бўлинган бўлса, у эмишга қийналиши мумкин ва уни қошиқ билан ёки томчилаб озиқлантириш керак. Жарроҳлик йўл билан унинг лаби ва танглайи бир қадар аслига келтирилиши мумкин. Жарроҳлик йўл билан лабни тўғрилашиши бола одатда 4 ойлигидан 6 ойли бўлгунга қадар қилинган яхши, танглай операцияси учун эса боланинг 18 ойлик бўлгани маъқул.

7. Туғруқ маҳали ва ундан олдинги қийинчиликлар бола миясининг шикастланишига сабаб бўлади, болада спазм ёки тиришиш ҳодисалари бўлади. Агар бола туғилиб нафас олишга қийналса ёки доя, яъни акушерка бола туғилишидан олдин Окситоцинни (туғруқни тезлаштирадиган ёки онага „куч берадиган“ дори, 486-бет) ишлатган бўлса, шикастланиш хавфи ортади.



Доя танлашда эҳтиёткор бўлинг. Окситоцин бола туғилиб бўлмагунча ва жуда ҳам зарур бўлиб қолмагунча доя томонидан унинг ишлатишига йўл қўйманг

СПАСТИК БОЛА (ЦЕРЕБРАЛ, ЯЪНИ МИЯГА АЛОҚАДОР ФАЛАЖ)



Спастик боланинг мускуллари таранг ва эгилмас бўлиб, бола уларни зўрға бошқаради. Бола бети, бўйни ёки танаси бир томонга бурилган ва силкиниб юрадиган бўлиши мумкин. Кўпинча оёқ мускуллари таранг тортиб, оёқларнинг қайчи сингари чалишиб қолишига сабаб бўлади.

Бола туғилганда одатдагидек ёки бир қадар нимжонроқ кўриниши мумкин. Катта бўлган сари эгилмаслик хусусиятлари намоён бўла бошлайди. У ақлан заиф ёки ақли расо бўлиши ҳам мумкин.

Мия фалажи бола туғилишида (бола етарлича тез орада нафас олмаса) миянинг шикастланиши ёки болаликдаги менингит туфайли келиб чиқиши мумкин.

Болани спастик қиладиган мия шикастини даволовчи дори йўқ, лекин болага алоҳида эътибор керак. Оёқ ёки оёқ таги мускуллар таранглашувининг олдини олиш учун уларни кунига бир неча маҳал **секин - аста** ҳаракатлантиринг ва букиб-ёзиб туринг.

Болаларни юмалашга, ўтиришга, туришга ва иложи бўлса юришга ўргатинг (565-бетдаги каби). Боланинг ақлий ва жисмоний имкониятларини ривожлантиришга эътибор беринг. У гапиришга қийналса ҳам мияси яхши бўлиши ва кўплаб нарсаларни, агар фурсат берилса, ўрганиши мумкин. **Болани ўз-ўзига ёрдам беришга ургатинг.**

АЁЛ ЎЗ БОЛАСИНИНГ АҚЛИЙ ЗАИФ ЁКИ ТУҒМА ИЛЛАТЛАРДАН ХАЛОС БЎЛИШИ УЧУН ҚЎЙИДАГИЛАРНИ ҚИЛИШИ КЕРАК:

1. Ўзининг холавачча, амакивачча ёки яқин қариндошига турмушга чиқиши керак эмас.

2. Ҳомиладорлик даврида иложи борича яхшироқ овқатланиши керак: кўпроқ ловия, мош, мева, сабзавотлар, гўшт, тухум ва сут маҳсулотларини истеъмол қилиши лозим.
3. Оддий туз ўрнига йодланган туз ишлатиши керак, айниқса, ҳомиладорлик даврида.
4. Чекмаслиги ва ичмаслиги керак(276-278-бет).
5. Ҳомиладорлик вақтида иложи борича дори қабул қилмаслиги керак (Зарур бўлиб қолса, фақат хавфсизларини ишлатиши мумкин).
6. Кўп кимёвий моддалар ишлатадиган заводларда ишламанг ва уйда ҳам кучли кимёвий тозалаш воситаларидан фойдаланманг.
7. Ҳомиладор аёл қизилча касаллиги бор одамлардан узоқроқда юриши зарур.
8. Дояни танлашда эҳтиёт бўлиш керак ва унинг бола туғилишидан олдин Окситоцин ишлатишига йўл қўймаслиги керак (486-бет).
9. Агар бир хил туғма иллатли болалари биттадан кўп бўлса, бошқа бола кўрмаслиги керак (511-бет, Оилани шакллантиришга қаранг).
10. Ёши 35 дан ўтганидан кейин бола кўрмасликка қарор қилиш керак.

Ҳаётининг Биринчи Ойларидаги Ақли Заифлиги.

Баъзи соғлом туғилган болалар яхши ўсмайди. Улар тўйимли овқатга яхши ёлчимаслиги сабабли ақлан ва жисман секин ривожланади. Ҳаётининг биринчи ойларида бошқа вақтга нисбатан бола мияси энг тез ривожланадиган давр. Шунинг учун янги туғилган чақалоқнинг яхши озиқланиши жуда муҳим. Кўкрак сути бола учун энг зўр ва лазиз овқатдир (Болалар учун энг яхши овқат, 502-бетга қаранг).

БОЛАЛАРГА ДУНЁНИ АНГЛАШИГА ЁРДАМ БЕРИШ

Бола ўсган сари аста-секин ўргатилган нарсаларни кўпроқ идрок эта бошлайди. Мактабда олган илми ва ўрганган ҳунарлари унга кейинчалик кўп нарсаларни тушунишга ва ўрганишга ёрдам беради. Боланинг кўп нарсаларни ўрганиб, билим ва кўникма орттиришида мактаб муҳим рол ўйнайди.

Лекин, бола кўпроқ уй , ўрмон ёки далада атроф-муҳитни яхшироқ билиб олади. У кўриш, эшитиш ва бошқалар қилаётган нарсаларни ўзича қилиб кўриш, тақлид қилиш йўли билан ўрганади. Болалар кўпроқ одамлар айтганларидан кўра уларнинг ҳаракатларидан ўрганадилар. **Эзгулик, жавобгарлик ва баҳам кўриш каби муҳим хислатларни болага фақат яхши намуна бўлиш йўли билан ўргатиш мумкин.**

Бола бошдан кечириш, мустақил ишлаш йўли билан кўп нарсаларни ўрганади. У, гарчи хатолар қилса ҳам турли нарсаларни ўзи қилишни ўрганиши керак. Бола жуда ёшлигида уни хавф-хатардан сақланг, лекин уни ўсган сари ўзини ғамини ўзи ейишига ўргатинг. Унга бироз маъсулият беринг. Унинг қарори сизникидан фарқ қилса ҳам шу қарорини ҳурмат қилинг.



Бола ёшлигида фақат ўзини ўйлайди. Кейинчалик у бошқаларга ёрдамлашиши ва бошқалар учун бирор нарса қилиб беришдан кўп мамнун бўлиб, завқ олишни ўрганади. Болалар ёрдамини яхши қарши олинг ва улар қанчалик аҳамиятли эканлигини билдиринг.

Болалар кўп савол берадилар. Агар ота-оналар, ўқитувчилар болаларнинг саволларига жавоб бериш учун вақт топсалар, тушунарли ва меҳрибонлик билан жавоб берсалар ва билмаган ҳолларида буни билмадим, деб очик айтсалар, бола саволлар беришдан тўхтамайди ва ўсиб-унган сари атрофи ёки қишлоғини ўрганишнинг яхшироқ йўлларини излай бошлайди.

КЕЧАСИ СИЙИБ ҚҶЙИШ

Кўп болаларда уйқуда сийиб қўйиш ҳодисаси учрайди. Агар сизнинг болангиз кечаси сийиб қўядиган бўлса-ю, лекин кун давомида тез-тез сиядиган ёки сияётган пайтда оғриқ сезадиган ёки иситма чиқаётган бўлмаса, унда сийдик йўллари инфекцияси билан боғлиқ муаммолар бўлмаса керак. Шифокор ҳар эҳтимолга қарши сийдик анализини қилиб кўриши керак.

Кечаси сийиб қўйиш аксари болаларнинг кечаси қаттиқ ухлаб қолганига боғлиқ бўлади. Улар сийиши зарур бўлган вақтда уйғона олмайдилар, бунинг натижасида ётган жойларига сийиб қўядилар. Бошқаларда эса қовуқ сийдикни етарлича сақлаб тура олмайдиган бўлади, шунга кўра улар кечаси сиймасдан ухлай олмайди.

Фойдали маслаҳатлар:

- Ухлашидан 3-3,5 соат олдин суюқликларни 1-2 пиёлага камайтириш, сўнг ҳеч қандай суюқлик ичмаслик. Бола қора чой ичмаслиги керак, чунки у сийишни кучайтиради.
- Агар кўк чойга ўрганган бўлсангиз, уни ўрнига қайноқ сув ичишга ҳаракат қилинг ва бунинг фойдаси бор ёки йўқлигини кузатинг.
- Уйқуга ётишдан олдин бола, албатта, сийиши керак. Унга яхшилаб сийиб олиши кераклигини айтинг. Бола қовуқдаги ҳамма сийдикни чиқариб юбориши керак.
- Бола сияман деб ташқарига чиқиб юрмаслиги учун каравотининг ёнига бирорта идиш қўйинг.
- Болаларга ўрнига сийиб қўймасдан уйғонган кунлари бирор мукофот бериш ҳам ёрдам беради. Шоколад ёки бирор қимматбаҳо нарса бериш керак эмас. Оддий жадвал чизилган қоғозга бола сиймасдан уйғонган ҳар бир кунни кулиб турган чеҳра кўринишида белгилаб бориш етарли бўлиши мумкин. Болага: “Агар икки ҳафта ҳеч сиймасдан уйғонсанг, сенга ажойиб совғам бор”, - деб айтинг.

Ҳаммабоп Тиббиёт Қўлланмаси 2013

- Болангизни кечаси сийгиси келса, у ҳожатхонага бориши кераклигини эслатинг.
- Яна бир фойдали усул шуки, болани кун бўйи узоқроқ сиймасдан сабр қилиб юришга ўргатинг. Бу қовуқ чўзилиб, сийдикни кўпроқ сақлай олишига ёрдам беради.
- Бола қовуғини яхшироқ бошқара оладиган бўлиши учун миясини ривожлантиришга эътибор беринг. Ҳар бир бола ҳар хил. Баъзиларда бу муаммони йўқотиш узоқроқ вақт талаб қилади.