

Onalar va Doyalar uchun Ma'lumotlar

19
BOB

HAYZ DAVRI (AYOLLARNING OY SARI QON KO'RISHI)

Ko'p qizlar birinchi „hayzi“ni 11-16yoshida ko'radi. Bu ularning homilador bo'lishga tayyorligini bildiradi.

Hayzning sikli taxminan 28 kun bo'lib, u 3-6 kun davom etadi. Le-kin turli ayollarda hayz turlicha kechadi.

Tartibsiz, og'riqli hayzlar ko'p qizlarda uchraydi. Bu odatda hech qanday xastalikdan dalolat bermaydi.

Agar sizning hayzingiz og'riqli kechsa:

Ko'rpa-to'shak qilishning keragi yo'q. Tinch yotish aksincha og'riqni zo'raytirishi mumkin



Ko'pincha sayr qilish va yengil ishlar bilan band bo'lish yoki mashqlar yordam beradi



yoki belingizga issiq ro'mol bog'lang yoki issiq suvli butilkani quvug'ingizga qo'ying



Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

Agar bu juda og'riqli yoki ko'p qon ketish bilan kechayotgan bo'lsa, Aspirin (649-bet) yoki Ibuprofen (651-bet) ichishingiz, yotishingiz va qorningizga issiq kompresslar qo'yishingiz mumkin. Hayz davrida, boshqa paytlardagidek, ayol tozalikka e'tibor berishi, yetarli uxlashi va yaxshi ovqatlardan iste'mol qilishi kerak. U odatda iste'mol qilib yurgan hamma ovqatlarni yeyishi va odatdagi ishlarini davom ettirishi mumkin. Hayz davrida jinsiy aloqada bo'lish unga zarar yetkazmaydi. (Lekin sherigida SPID(OITS) bo'lsa, ayolga kasallik yuqishi xavfi bor.)

Hayzga aloqador muammolar:

- Hayzning birmuncha tartibsizroq kelib turishi ba'zi ayollar uchun normal hodisadir, qolganlari uchun esa bu surunkali kasalliklar, kam qonlik, ovqatga yolchimaslik, bachadon o'smasi yoki infeksiyasi, qalqonsimon bez kasalliklari (bo'qoq) belgisi bo'lishi mumkin.

- Agar hayz vaqtida kelmasa bu homiladorlik belgisi bo'lishi mumkin. Lekin hayz davri yaqinda boshlangan qizlar va 40dan oshgan ayollarda hayz kelmasligi yoki tartibsizligi odatdagi holdir. Xavotir yoki ruhiy tushkunlik ham hayz kelmasligiga olib kelishi mumkin.

- Agar hayz kutilgandan kech va ko'p kelsa va uzoq davom etsa, bunda homila tushish extimoli bor (455-bet).

- **Agar hayz davri 6 kundan ortiq davom etsa, odatdan tashqari kup qon ketishiga olib kelsa yoki bir oyda bir martadan ortiq kelsa, bunday hollarda shifokorga murojaat qiling.**

MENOPAUAZA - HAYZ KO'RISHNING TO'XTASHI

Menopauza — ayol hayotining hayz kelmay qo'yadigan davri. Menopauzadan so'ng ayol boshqa bolali bo'la olmaydi. Odatda „hayotdagi bunday o'zgarishlar“ ayollarning 40 yoshdan 50 yoshgacha bo'lgan davrida yuz beradi. Hayz batamom to'xtashdan avval bir necha oygacha tartibsiz bo'lib kelib turadi.

Menopauzadan so'ng yoki uning davrida ham jinsiy aloqada bo'lish mumkin. Lekin bu davrda ham ayol homilador bo'lib qolishi mumkin. Agar u homilador bo'lib qolishni istamasa, hayz to'xtagandan so'ng ham u 12 oy davomida homiladorlikdan saqlovchi dorilardan foydalanishi kerak.

Menopauza boshlanganda ayol kishi o'zini homilador bo'lib qolganman, deb gumon qilishi mumkin. Va hayz 3-4 oydan so'ng qayta kelganida esa, ayol buni bola tushishi deb o'ylashi mumkin. Agar yoshi 40 yoki 50 dan oshgan ayolning hayzi bir necha oydan so'ng qayta kelsa, bu menopauza bo'lishi mumkinligini unga tushuntiring.

Menopauza davomida bezovtalik, asabiylashish, „qizib ketish“ (birdan u juda isib ketadi), butun tana bo'yicha yuradigan og'riqlar, xomushlik kabi turli noqulayliklar sezilishi mumkin. Menopauza tugagandan so'ng ko'p ayollar o'zini yana yaxshi his qila boshlaydilar.

Hayz davrida qoni ko'p keladigan yoki menopauza davrida qorin og'rig'ini sezuvchi yoki oylab, yillab ko'rilmagan hayzdan so'ng hayzi yana kelgan ayollar shifokorga uchrashi kerak. Rak yoki boshqa jiddiy muammolar (506-bet) yo'qligiga amin bo'lish uchun ayol kishi tekshirib ko'riladi. Menopauzadan so'ng ayol suyaklari nozikroq va sinishga moyilroq bo'lib qolishi mumkin. Buning oldini olish uchun u tarkibida kalsiy (233-bet) bor ovqatlardan ko'proq iste'mol qilishi kerak.



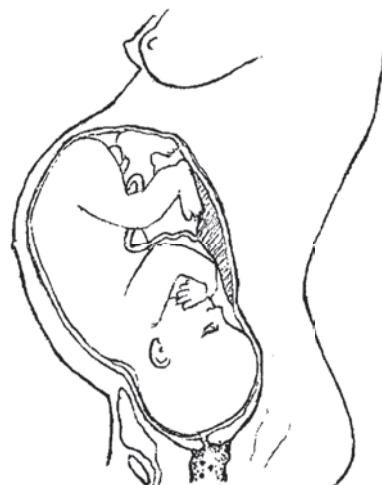
Ayol boshqa bolali bo'la olmasligini bilgani uchun u nabiralari bilan ko'proq vaqt o'tkazishi yoki jamoa ishlarida ancha faol qatnashishi mumkin. Ba'zi ayollar shu yoshga yetganlarida doya yoki tibbiyot xodimasi bo'lib qoladilar.

HOMILADORLIK

Homiladorlik belgilari:

Bu belgilarning hammasi normal hol:

- Ayolning hayzi to'xtaydi(ko'pincha bu birinchi belgi).
- „Toksikoz“ (ko'ngil aynish yoki qayt qilish, ayniqsa, ertalab). Bu homiladorlikning 2- 3 oylarida juda kuchli bo'lishi mumkin.
- Ko'proq siyish.
- Qorin kattalashadi.
- Sut bezlari kattalashadi yoki sezu- vchan bo'lib qoladi.
- „Homiladorlik dog'lari“ (yuz, ko'krak, qorindagi qoramtir joylar).
- Nihoyat, bola taxminan 5 oyligida bachadon ichida qimirlay boshlaydi.



Mana bu, 9 oyluk bolaning ona qornidagi normal holatidir.

XOMILADORLIK DAVRINI QANDAY QILIB SOG'LOM KECHIRISH MUMKIN

- ◆ Ayniqsa, agar siz ozg'in bo'lsangiz, muntazam ravishda vazningiz ortib boradigan darajada **yetarli ovqat yeyish** muhimdir. Shuningdek, **to'yib ovqatlanish** kerak. Organizmga oqsil, vitamin, minerallar va ayniqsa **temir** moddasiga boy ovqatlar zarur (11-bob).
- ◆ Bolaning tirik bo'lishi va aqli zaif bo'lib tug'ilish imkoniyatini kamaytirish uchun **yodlangan tuz ishlatish**. (Lekin oyoqning shishi va boshqa muammolarning oldini olish uchun ko'p tuz ishlatmang.) Agar yodlangan tuz bo'lmasa, Yod tabletkalaridan (Antistrumin, Yodid 100) 1 mg. **haftasiga 2 mahaldan** iching.
- ◆ Tozalikka rioya qiling. Har kuni cho'miling va tishlaringizni yuing.
- ◆ Homiladorlikning oxirgi oyida, homilani qoplab turadigan parda teshilmasligi va infeksiyalanmasligi uchun, qinni yuvish va **jinsiy aloqa qilishdan voz kechib turganingiz ma'qul**.
- ◆ **Agar iloji bo'lsa dori ichmang**. Ba'zi dorilar rivojlanayotgan bolaga yomon ta'sir qilishi mumkin. Siz faqat shifokor aytgan dorilardan iching. (Agar tibbiyot xodimi sizga dori yozib bermoqchi bo'lsa, siz homilador bo'lsangiz, bu haqida unga ayting.) Agar sizga zarur bo'lsa, vaqti vaqti bilan Atsetaminofen yoki antatsidlar ichishingiz mumkin. **Vitamin va temir moddali tabletkalar to'g'ri miqdorda beriladigan bo'lsa, ular ko'pin-**

cha foyda qiladi va sizga zarar yetkazmaydi.

◆ **Homiladorlik davrida chekmang va ichmang.** Onaga bu yomon ta'sir qiladi va rivojlanayotgan bolaga zarar yetkazishi mumkin.

◆ Qizamig'i bor bolalardan, ayniqsa, **Qizilcha** (560-bet, Qizilcha)dan ehtiyot bo'ling.

◆ Ishlashni davom ettiring va **badan tarbiya qilishni odat qiling**, lekin juda charchab qolishdan ehtiyot bo'ling.

Zaharli va kimyoviy narsalardan ham ehtiyot bo'ling. Ular rivojlanayotgan bolaga zarar yetkazishi mumkin. Pestitsid, Gerbitsid kabi zaharli moddalar bor joyda yoki kimyoviy zavod oldida ishlamang. Ovqatni kimyoviy idishlarda saqlamang. Kimyoviy tutun yoki kukunlardan nafas olmaslikka harakat qiling.

XOMILADORLIK DAVRIDA UCHRAYDIGAN MUAMMOLAR

1. **Ko'ngil aynishi yoki qayt qilish (erta toksikoz):** Odatda, bu ertalab avjiga chiqadi va homiladorlikning 2- 3- oyida uchraydi. Quruq pechenye yoki qattiq non kabi narsalarni uxlashdan oldin va ertalab yeyish ba'zan foyda qiladi. Birdan ko'p taom yemang. Uning o'rniga kuniga bir-necha marta oz-ozdan ovqatlaning. Yog'li ovqatlardan o'zingizni torting. Imbir (zanjabil) o'simligidan qilingan choy ham yordam berishi mumkin. Og'ir hollarda yotishdan avval va ertalab turishingiz bilan antigistamin (677-bet) iching.

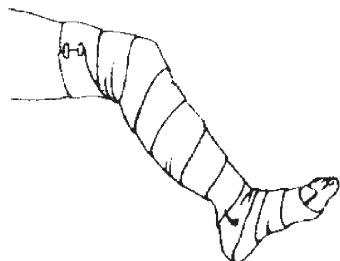
2. **Zarda bo'lish**(oshqozon, tomoq **yoki** ko'krak sohasidagi **og'riqlar**). (hazm qila olmaslik, zarda bo'lish, 317-318-betlar): Ovqat vaqtida ovqatni kam-kamdan yeng va ko'p suv iching. Antatsidlar yordam berishi mumkin (708-bet). Shuningdek, qandni so'rish ham yordam berishi mumkin. Ko'krak va boshingizni bolishlar yoki ko'rpachalar bilan balandroq qilib uxlashga harakat qilib ko'ring.

3. **Oyoqlar shishishi:** Kunning ma'lum vaqtlarida oyoqlaringizni balandga ko'tarib dam olishga harakat qiling (328-bet). Tuzni kam iste'mol qiling va tuz mahsulotlardan o'zingizni tiying. Makkajo'xori popugidan qilingan choy yordam berishi mumkin (80-bet). Agar oyoqlar ortiqcha shishgan, qo'l, yuz ham shishgan bo'lsa tibbiy yordamga murojaat qiling. Shishlar odatda homiladorlikning oxirgi davrida bachadondagi bolaning og'irlashuvidan kelib chiqadi. Ushbu jarayon ovqatga yolchimagan, kamqon ayollarda og'irroq kechadi. Shuning uchun **to'yimli moddalarga**

boy ovqatlardan ko'proq iste'mol qiling.

4. Bel pastki qismining og'rihi: Bu homiladorlikdagi oddiy holdir. Bunday hollarda mashq qilish va belni to'g'ri tutib o'tirish va turish yordam berishi mumkin(325-bet).

5. Kam qonlik va to'yinmaslik: Qishloqda yashovchi ko'pgina ayollarda homilador bo'lishdan avval ham kamqonlik bo'ladi, homiladorlik davrida u yana ham kuchayadi. Sog'lom bola tug'ilishi uchun, ayol yaxshi ovqatlanishi kerak. Agar uning rangi o'chgan va quvvatsiz bo'lsa, kamqonlik yoki ovqatga yolchimaslikning boshqa belgilari paydo bo'lsa, u loviya, yer yong'oq, tovuq, sut, pishloq, tuxum, go'sht, baliq, to'q yashil bargli sabzavotlar kabi oqsil va temirga boy ovqatlardan iste'mol qilishi kerak. Shuningdek, u temir moddali tabletkalarni ham ichishi kerak (702-704 betlar). Bu uning qonini ko'paytiradi va tug'ishdan keyingi og'ir qon ketishning oldini oladi. Agar iloji bo'lsa temirli tabletkalar tarkibida Folat kislotasi va Vitamin S (L) bo'lsa yana yaxshi. (S (L) vitamini temir moddasining qoningizga yaxshiroq singishiga yordam beradi.) Qora choy ichmaslikka harakat qiling. Uning o'rniga qaynatilgan suv yoki suyuq qilib damlangan ko'k choy iching.



6. Venalarning shishib chiqishi (venalar varikozi): Bu homiladorlikda uchraydigan oddiy hol bo'lib, oyoqlardan kelayotgan venalarning bir qadar bosilib qolishiga bog'liq bo'ladi. Oyoqlaringizni iloji boricha balandroq (328-bet) va tez-tez ko'tarib turishga harakat qiling. Agar venalar juda ham kattalashib ket-sa yoki og'risa, ularni elastik bint bilan mana bunday qilib bog'lang yoki elastik paypoq ish-lating. Kechasi bog'lam yoki paypoqni yechib tashlang.

7. Bavosil (gemorroy): Orqa peshovda-gi venalarning kengayishidir. Bu ham bachadondagi bola og'irligidan kelib chiqadi. Og'riqni pasaytirish uchun, dumbani balandga ko'tarib, quyidagicha cho'kkenalang: yoki iliq vannaga o'tiring. Shuningdek 328-betga qarang.



7. **Ich qotishi:** Ko'p suv iching. Kepak kabi tabiiy tolalari ko'p bo'lgan ovqatlardan va mevalardan iste'mol qiling. Ko'p mashq qiling. **Ich suruvchi kuchli dorilarni ichmang.**

XOMILADORLIKDA UCHRAYDIGAN XAVFLI O'ZGARISHLAR

1. **Qon ketishi:** Agar ayol homiladorlik davrida oz bo'lsa-da qon ko'rsa, bu xavfli belgidir. Uning bolasi tushayotgan (508-bet) yoki bachadondan tashqarida rivojlanayotgan bo'lishi mumkin (bachadondan tashqaridagi homiladorlik, 507- bet). Ayol tinch yotishi va tibbiy yordamga odam jo'natishi kerak.

Homiladorlikning kechki muddatlaridagi (6 oyidan so'ng) qon kelishi **Yo'ldoshning tug'ruq** yo'llarini to'sib qo'yganiga bog'liq bo'lishi mumkin. Mutaxassis yordamisiz ayol o'lar darajada qon yo'qotishi mumkin. Ayolning qiniga hech narsa qo'ymang yoki qinini tekshirishga urinmang. Uni darhol shifoxonaga olib borishga harakat qiling.

2. **Og'ir kamqonlik:** Ayol quvvatsiz, charchoq holatda, teri rangi oqargan yoki terisi ko'karib turgan bo'ladi (Kam qonlik belgilari, 242-243-betlar). Agar u davolanmasa tug'ishdan keyingi qon ketishdan nobud bo'lishi mumkin. Agar kamqonlikning og'ir holati bo'ladigan bo'lsa, davolanish uchun yaxshi ovqatlanishning o'zi yetarli emas. Shifokorga uchrang va tarkibida temir moddasi bor dorilardan (702-703-betlar) iching.

3. Bosh og'rishi, bosh aylanishi, jigar og'rig'i va oyoq, ko'l, yuzning **shishishi**, ba'zan ko'z xiralashuvi **homiladorlik toksikozidan** dalolatdir. Birdan vaznning ortishi, qon bosimining oshishi va siydik tarkibida oqsilning ko'pligi muhim belgilar qatoriga kiradi. Agar iloji bo'lsa, ushbu belgilarni bilib beruvchi doya yoki tibbiy xodim oldiga boring. Kechki toksikozning belgilarini topish uchun, birinchidan, ayol chap tarafida 10 minut yotgandan so'ng uning qon bosimini o'lchash zarur. So'ng u chalqancha yotishi kerak va 5 minut o'tgandan keyin uning qon bosimini yana bir marta o'lchash kerak. Qon bosimi odatdagidan 20 darajaga oshgan bo'lsa, ayolda toksikoz borligini gumon qilish mumkin. (Ushbu testni qon bosimi 130/80dan oshganda yoki u odatdagidan 30ga oshib ketgan, ammo 130/80dan past bo'lsa ham ishlating.)

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

Homiladorlikdagi kech toksikozni davolash (PREEKLAMPSIYA):

◆ Qon bosimi yuqori, siydigi tarkibida oqsili ko'p, shishib ketgan ayollar zudlik bilan kasalxonaga yotqizilishi kerak.

◆ Ba'zi ayollarda toksikozning barcha belgilari mavjud bo'lmaydi, lekin ba'zi joylarning shishishi va qon bosimining biroz ko'tarilishi kabi hodisalar bo'ladi. Hamshira yoki shifokor uni har haftada 2-3 marta tekshirib turishi kerak.

◆ Kasal ayollar ko'proq chap tarafi bilan yotishi kerak (qon yurishi yaxshilanadi). Ular faqat hojatxonaga borish uchungina joylaridan turishi kerak.

◆ Ba'zan "Kalsiy tabletkalari" qon bosimini pasaytirishga yordam beradi. Har kuni kalsiydan (Kalsiy glyukonat kabi) ichib turishga harakat qiling.

◆ Agar toksikoz og'irlashib borsa, ayolni kasalxonaga yotqizish kerak. Qon bosimini pasaytirish uchun shifokor Magneziiy Sulfat (vena ichiga, 730-bet) ukolini qilishi kerak. Toksikozning og'ir hollarida bolani tug'ish muddatidan ilgari olishga to'g'ri keladi.

• Birdan vazn ortishi

• Qon bosimi ko'tarilishi.

Agar faqat oyoqlaringiz shishgan bo'lsa, bu xavfli bo'lmasligi mumkin. Lekin boshqa toksikoz belgilariga e'tibor berib yuring. Tuzni oz ishlating.



Agar sizni bosh og'rig'i yoki ko'z xiralashgani bezovta qilayotgan bo'lsa

va

agar qo'l va yuzingiz shisha boshlasa, siz HOMILADORLIK KECH TOKSIKOZI bilan og'riyotgan bo'lishingiz mumkin.

TIBBIY YORDAMGA MUROJAAT QILING!

HOMILADORLIK DAVRIDAGI TEKSHIRUVLAR (TUG'ISHDAN OLDINGI TEKSHIRUV)

Ko'pgina tibbiy maskanlar va doylar homilador ayollarni tug'ruqdan oldin vaqti - vaqtida tekshiruvlarga o'z sog'liqlari haqida suhbatlashib turishga chaqiradilar. Agar siz homilador bo'lsangiz, bunday joylardan ko'p muammolarning oldini olish va sog'lom bolali bo'lishning yo'llarini o'rganishingiz mumkin.

Agar siz doya bo'lsangiz, bo'lg'usi onalarni tug'ruqdan oldingi tekshiruvlarga taklif qilishingiz yoki o'zingiz ularning oldilariga borishingiz muhimdir. Ularni **homiladorlikning birinchi 6 oyida har oyda, 7-8- oyida bir oyda 2 marta va oxirgi oyida esa, har hafta** tekshirib turish zarur.

Bu tekshiruvlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

1. Ma'lumotlar berish.

Onalardan ularning ehtiyojlari va muammolari haqida so'rang. Uning ilgari necha marta homilador bo'lgani, oxirgi marta qachon bola ko'rgani, homiladorligi yoki tug'ruq vaqtlarida qanday asoratlar ro'y berganini bilib oling. Ayolning o'zi va bolasi sog'lom bo'lishi uchun qanday yo'l tutish kerakligini unga so'zlab bering, chunonchi:

◆ **To'g'ri ovqatlanish kerak.** Uni to'g'ri ovqatlanish, shuningdek oqsil, vitamin, temir va kalsiydan ko'proq iste'mol qilishga undang (11-bob).

◆ **Ozodalikka** (12-bob va 450-bet) **chaqiring.**

◆ **Dorilarni ozroq ichish yoki umuman ichmaslik (polivitamin, temir moddali tabletkalar, (kalsiydan tashqari)ni (134-bet) maslahat bering.**

◆ **Chekmaslik, spirtli ichimliklar va narkotiklarni ishlatmaslikning muhimligini ayting.**

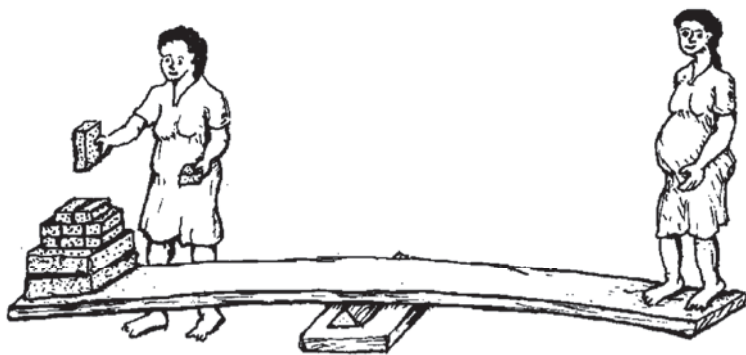
◆ **Yetarli darajada mashq qilish va dam olishga undang.**

2. Ovqatlanish

Ayol ko'rinishdan o'zg'in emasmi? Unda kam qonlik bormi? Agar javob ha bo'lsa, yaxshiroq ovqatlanish yo'llarini izlang. Temir moddali tabletkalar, Folat kislova ichishni maslahat bering va bu dorilarning tarkibida Vitamin S (L) bo'lsa, yana ham yaxshiroqdir. Ularni ichishini kuzating. Toksikoz (459-bet) va zarda bo'lish (316-321-betlar) ni nazorat qilish haqida maslahatlar bering. U normal darajada semiryaptimi? Agar iloji bo'lsa, ayolning vaznini har safar o'lchang. Odatda, u homiladorlik davri ichida 8-10 kg. ga semirishi kerak. Agar uning vazni ortmay qolsa, bu xavfli belgidir. Oxirgi oylardagi vaznning tez ortib ketishi ham xavflidir. Agar sizning tarozingiz bo'lmasa ayol ko'rinishiga qarab uning ahvolini bilishga harakat qiling.

Yoki sodda tarozi yasang:

G'ishtlar yoki og'irligi ma'lum bo'lgan narsalar



3. Oddiy muammolar

Ayoldan homiladorlik davrida bo'ladigan lanjlik unda bor-yo'qligini so'rang. Buning jiddiy muammo emasligini tushuntiring va unga maslahatlar bering (459- bet).

4. Biror xavf yoki alohida xatar belgilari

Har bir xavfli belgini tekshiring (307-bet). Har safar ayolning tomir urishi (pulsini) tekshiring. Shunda siz ayolda keyinchalik biror kor-hol yuz bersa (masalan toksikoz yoki ko'p qon ketishidan shok boshlansa) uning normal pulsini oldinlari qancha bo'lganini bilib olasiz. Agar sizning qon bosimini o'lchovchi asbotingiz (sfigmomanometr) bo'lsa, ayolning **qon bosimini tekshiring** (748-bet). Ayolning vaznini o'lchang. Quyidagi xavfli belgilarga e'tibor bering:

- vaznning birdan ortib ketishi
- qo'l va oyoqning shishishi
- qon bosimining sezilarli darajada oshishi
- og'ir kamqonlik(242-244-betlar)
- har qanday qon kelish hodisalari (461-bet)

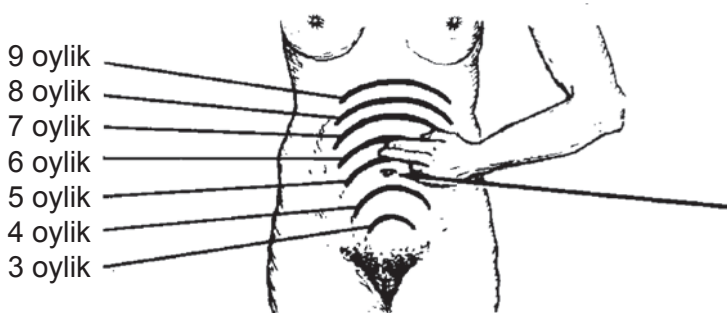
} homiladorlikdagi toksikoz belgilari (459-bet)

Ba'zi doylar siydikdagi oqsil va qand miqdorini tekshiruvchi „tezkor“- ekspress usul (mahsus reaktiv qog'ozcha) yoki boshqa usullarni qo'llashi mumkin. Oqsilning ko'pligi toksikozni bildirishi mumkin. Shakarning ko'pligi esa, qand kasalligi (diabet)ni bildirishi mumkin (248-bet).

Agar **xavf tug'ilsa**, ayolning iloji boricha tezroq tibbiy yordamni olishini ta'minlang. Shuningdek alohida xatar belgilariga e'tibor bering.

5. Bachadondagi bolaning o'sishi va joylashuvi.

Ayol bachadonini har safar tekshiring va buni o'ziga ham o'rgating.



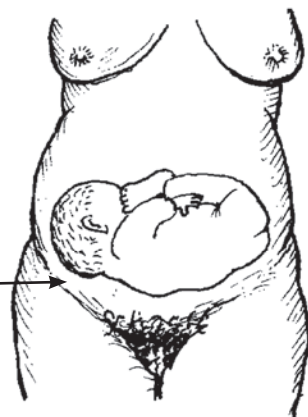
Odatda har oyda bachadon 2 barmoq (enlik)ka kattalashadi (taxminan 2 sm.)

Odatda 4.5 oylik bola kindik damida bo'ladi.

Har oyda bachadon kindikdan qanchalik baland yoki pastda ekanligini yozib qo'ying. Agar sizda o'lchov asbobingiz bo'lsa, ayol chalqancha yotganida uning qov bitishmasidan (chanoqning old tarafdagi qo'shilish joyi) bachadon tubigacha bo'lgan masofani o'lchang. 20 haftadan so'ng santimetrlar soni bola yoshidan 3 sm. farq qilishi mumkin. Masalan, agar bola 24 haftalik bo'lsa, bachadon kattaligi 21-27 sm. ichida bo'lishi kerak. Agar bachadon kutilgandan kichik yoki katta bo'lsa, ultratovush (UZI) tekshiruvi qilinishi kerak.

Agar bachadon juda katta bo'lsa va juda tez o'ssa, ayol egizakka homilador bo'lishi mumkin yoki ayolda odatdan ko'proq miqdorda qog'on-oq suvi bo'lishi mumkin. Agar bunday bo'ladigan bo'lsa, ichkaridagi bolani sezish ancha qiyin bo'ladi. Suvning ko'pligi bolaning noto'g'ri rivojlanayotgani va tug'ruq vaqtida ko'p qon ketishi ehtimolligini bildirishi mumkin.

Bolaning bachadondagi holatini bilishga harakat qiling. Agar bola tug'ruq yo'lini to'sib yotgan bo'lsa, ona **tug'ruq boshlanishidan oldin tug'ruqxona**ga borishi kerak, chunki, uni operatsiya qilish kerak bo'lishi mumkin. Bolaning tug'ruqdan oldingi holatini tekshirish uchun, 473-betga qarang.



6. Bolaning yurak urushi va harakati

5 oydan so'ng, bolaning yurak urishi va harakatini tekshirib turing. Siz ona qorniga qulog'ingizni qo'yib bolaning yurak urishini eshitishga harakat qilishingiz mumkin, ammo bunday holda uni eshitish ancha qiyinchilik tug'diradi. Agar siz stetoskopdan foydalansangiz, eshitish osonlashadi. (O'zingizga stetoskopdan bitta yasab oling. Uni kuydirilgan loy yoki qattiq taxtadan qilish mumkin.)



Agar homiladorlikning oxirgi oyida bolaning yurak urishi kindikdan pastroqda yaxshiroq eshitilsa, bolaning boshi pastda bo'lishi va u boshi bilan tug'ilishi mumkin

Agar bolaning yurak urishi kindikdan balandroqda eshitilsa, demak bolaning boshi tepadadir. Bu chaqaloqning dumba bilan kelishidir.



Homilaning yuragi kattalarnikiga nisbatan 2 baravar tez uradi. Agar soatingizni sekund mili bo'lsa, bolaning yurak urishini sanang. Minutiga 120-160 marta ursa, bu normaldir. Agar 120 dan oz bo'lsa, qandaydir muammo bo'lishi mumkin. (Yoki siz sanoqda adashgansiz yoki onaning yurak urishini sanab yuborgan bo'lishingiz mumkin. Onaning tomir urishini tekshiring. Odatda bolaning yurak urishini eshitish ancha qiyin bo'ladi. Bunga yetarli malaka kerak.)

7. ONANI TUG'ISHGA TAYYORLASH.

Tug'ish vaqti yaqinlashgan sari onani tez-tez ko'rib turing. Agar uning boshqa bolalari bo'lsa, onadan uning avvaligi to'lg'og'i qancha vaqt olganini va bo'lgan muammolar haqida so'rang. Onaga har ovqatdan so'ng, kuniga 2 mahal 1 soatdan dam olishini maslahat bering. Tug'ruqni osonlashtirish va og'riqsizroq qilish haqida u bilan gaplashing (keyingi betlarga qarang). Ayol to'lg'oq tutganda qiynalmasligi uchun unga chuqur, sekin nafas olishni o'rganib turishini maslahat berishingiz mumkin. To'lg'oq tutganda tinchlanish, to'lg'oq orasida dam olish ayol kuchini saqlashga, og'riqni pasaytirishga va tug'ruqni tezlashtirishga yordam berishini onaga tushuntiring.

ONA O'ZINING KO'Z YORISH VAQTINI QANDAY QILIB AYTIB BERISHI MUMKIN:

Oxirgi marta hayz boshlangan kundan 3 oyni ayiring va unga 7 kun qo'shing. Masalan: oxirgi hayz 10-mayda boshlangan.

10-maydan 3 oyni ayramiz 10-fevral. Bunga 7 kunni qo'shamiz 17-fevral. Bola taxminan 17-fevralda tug'ilishi mumkin.

Agar sizda hayzlar bir maromda doimiy ravishda kelgan bo'lsa, bu eng aniq sanadir. Oxirgi hayz qachon kelganini bilmaydigan va hayzlari betartib keladigan ayollar iloji boricha ultratovush (UZI) qildirishi kerak. Qancha erta qilinsa, sana shunchalik aniq bo'ladi.

8. Ma'lumotlarni yozish.

Bilib olgan ma'lumotlaringizni oyma oy taqqoslab borish va bola rivojini bilish uchun kuzatuv natijalarini yozib borish maqsadga muvofiqdir. Keyingi betda mana shunday oddiy belgilar qo'yiladigan jadvaldan bir namuna berilmoqda, ko'rishingiz mumkin. Uni o'zingizga moslashtirib olishingiz mumkin. Kattaroq varaq olsangiz yaxshiroq bo'ladi. Har bir homilador ayol o'z jadvaliga ega bo'lishi va uni har safar o'zi bilan birga oldingizga olib kelishi mumkin.

TUG'RUQDAN OLDINGI TEKSHIRUVLAR JADVALI

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

ISMI _____ YOSHI _____ BOLALAR SONI _____ YOSHLARI _____ OHIRGI FARZANDINING TUG'ILGAN SANASI _____

OHIRGI HAYZNING SANASI _____ BOLANING TAHMINAN TUG'ILISH SANASI _____ BOSHQA TUG'ISHLARDAGI MUAMMOLAR _____

OY	KELGAN KUNI	NIMA SABAB BILAN UCHRAYDI	UMUMIY AHVOL VA ODDIY MUAMMOLAR	KAM-GONLIK (QANCHALIK JIDDIV)	XAVFLI BELGILAR	SHISHLAR (QAVERDA VA QANCHALIK KATTAY?)	QON TOMIRINING URUSHI	HARORAT (TEMPERATURA)	OG'IRLIGI (TAXMINAN YOKI ANIQ O'LGHASH)	QON BOSIMI	SIVDIK-AGI QAND MIQDORI	BOLANING BACHADON HADONDAGI HOLATI	BACHADON KATTA'LIGI SM.DA YOKI (KINDIKDAN NECHA BARMOQ PASTDA (+) YOKI TERPADA (+))	
1		CHARGHASH KOTNIGL AVNASH VA ERTA TOKSIKOZ BACHADON KINDIKKA NISBATAN BALANDLIGI											-	
2													-	
3														0
4		BOLANING YURAK URISHI VA ICHI HARAKATLARI											+	QOQSHOLGA EMLANISH 1CHI
5														+
6		OYOQNING BIROZ SHISHISHI ICH QOTISHI ZARDA BO'LUISH VENALAR VARIKOZI											+	3CHI
7 (1-HAFTA)													+	
8 (1-HAFTA)														+
9 (1-HAFTA)		XANSIRASH TEZ-TEZ SIYISH BOLA QORIN PASTROG'IGA SILJIYDI											+	
2-HAFTA)													+	
3-HAFTA)													+	
4-HAFTA)													+	
TUG'ISH													+	

TUG'ISHDAN OLDIN TAYORLAB QO'YISH KERAK BO'LGAN NARSALAR

Har bir homilador ayol, homiladorligining yettinchi oyiga yaqin, quyidagilarga ega bo'lgani yaxshi:

Ko'p miqdorda toza mato yoki yo'rgak



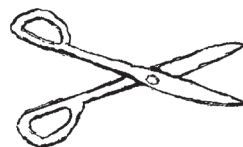
Yangi ochilmagan lezviye. (Kindakni kesish payti kelmaguncha, lezviyeni ochmang)



Bir bo'lak antiseptik sovun yoki oddiy sovun



Agar yangi lezviyangiz bo'lmasa, unda zanglamas qaychini qaynatib (sterillab) qo'ying



Qo'llarni va tirnoqlarni tozalash uchun shyotkacha.



Ikkita tog'oracha: 1tasi qo'llarni yuvish uchun, 2chisi, yo'ldosh va boshqa narsalarni solish uchun



Qo'llarni yuvib bo'lgandan keyin ularni sterillash uchun spirt



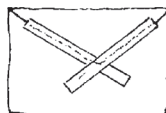
Bola kindagini bog'lash uchun, toza matodan yasalgan ikkita lenta



Toza paxta

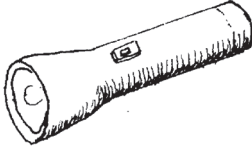


Yasalgan lentani qog'oz konvertga solib, uni yopib qo'ying, sterillash maqsadida uning ustidan issiq dazmolni yurgizing



DOYALAR QUIYIDAGI QO'SHIMCHA ASBOBLARNI TAYORLAB QO'YISHI TAVSIYA ETILADI

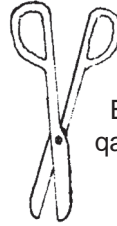
Fonar



Chaqaloqning og'zidan va
burnidan shilimshiqni so'rib
olish uchun rezina grushasi

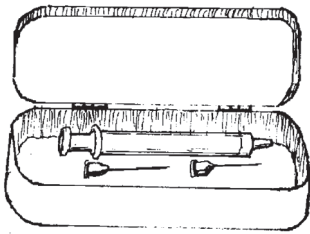


Bola yuragini eshitish uchun
Fetoskop yoki Stetoskop

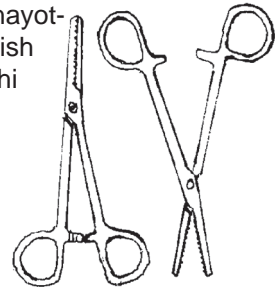


Bola kindagini kesish uchun toza
qaychi (har ehtimolga qarshi. Faqat
bola qindan chiqib bo'lganidan
keyin ishlatish uchun)

Steril shprints bilan igna



Kindikni yoki ona qinidagi qonayot-
gan tomirdagi qonni to'htatish
uchun ikkita qisqich qaychi



Ikkita steril rez-
ina yoki plastik
qo'lqoplar

Yirtilgan joyni (qinni) tikish uchun
steril igna bilan ip



Oksitotsin yoki
Ergonovin ampulalari



OIV bilan kasal ona uchun kerakli
dorilar



Bolaning ko'zini in-
feksiyalardan himoya
qilish uchun Tetratsik-
lin mazi (surtmasi)



ONANI TUG'ISHGA TAYYORLASH

Bola tug'ish - tabiiy hodisadir. Agar ona sog'lom bo'lsa va hammasi yaxshi o'tsa, unda bola yordamsiz tug'ilishi mumkin. **Bola tug'ish jarayoni qancha yaxshi o'tsa, doyaning yoki yordamchining aralashuvi shuncha kam bo'ladi.**

Tug'ish jarayoni ba'zan qiyinchiliklar bilan kechadi, shunda onaning yoki bolaning hayoti xavf ostida bo'lishi mumkin. **Agar tug'ish qiyinchilik bilan o'tishiga shubha bo'lsa, unda malakali doya yoki doktor ishtirok etishi kerak.**

DIQQAT: Agar sizda isitma, yo'tal, tomoq og'rig'i yoki tanangizda yaralar yoki infeksiyalar bo'lsa, bola chiqishini boshqalar amalga oshirgani yaxshiroq bo'ladi.

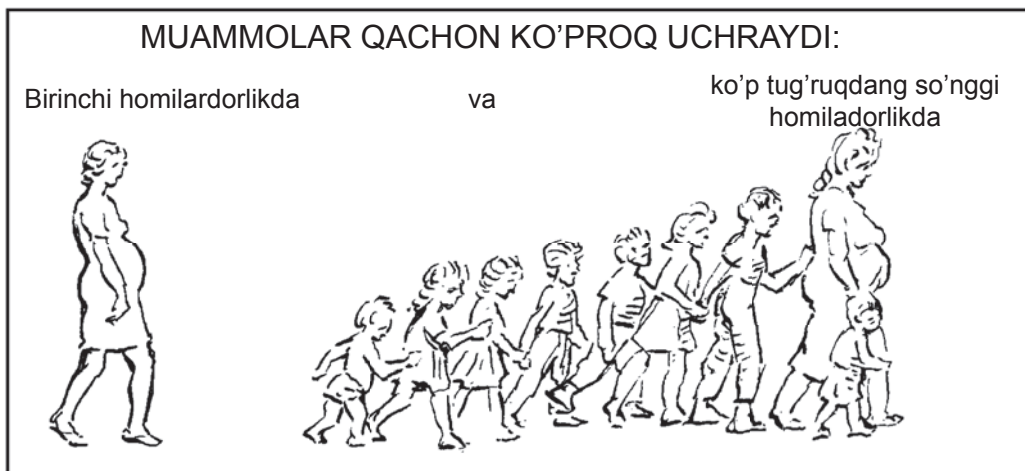
Tug'ish Paytida Doktor yoki Malakali Doya Ishtirokini Talab Etuvchi Belgilar - Iloji bo'lsa Kasalxonada:

- Agar og'riqlar bola tug'ilishining kutilganidan 3 hafta oldin boshlangan bo'lsa.
- Agar tug'ishdan oldin qon ketish ro'y bersa.
- Agar preeklampsiya belgilari bo'lsa (461-bet).
- Agar onada surunkali yoki og'ir kasal bo'lsa.
- Agar onada kuchli anemiya yoki qoni to'xtamas bo'lsa (u bu joyini kesib olganida).
- Agar onaning yoshi 15dan yosh yoki 40dan ko'p bo'lsa, yoki uning yoshi 35dan oshgan bo'lib u birinchi marta tug'ayotgan bo'lsa.
- Agar unda 5-6 dan ko'p farzandi bo'lsa.
- Agar uning dumg'aza suyaklari tor bo'lsa.(488-bet).
- Agar ilgari ham tug'ish paytida qon ketishlar bo'lgan bo'lsa.
- Agar onada diabet yoki yurak xastaliklari bo'lsa.
- Agar onada churrasi bo'lsa.
- Agar egizaklar tug'ilishiga gumon bo'lsa. (490-bet).

- Agar bolaning qorindagi joylashuvi noto'g'ri bo'lsa.
- Agar homila haltasidagi suv chiqib, bola bir necha soat ichida chiqishni boshlamasa.

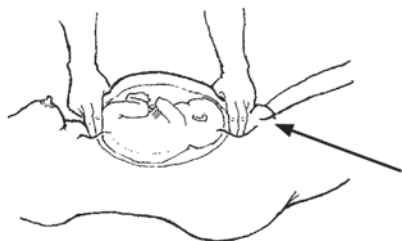
(Agar isitma bo'lsa, vaziyat og'irlashi mumkin).

- Agar, 9 oy o'tib bola tug'ilishga 2 hafta kech qolayotgan bo'lsa.



Bolaning (homilani) to'g'ri joylashganini tekshirish

Bolaning to'g'ri joylashgan, ya'ni boshi pastga qaragan holatda ekanligini bilish uchun bolaning boshini quyidagicha sezishga harakat qiling:



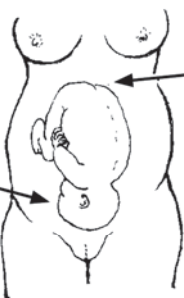
1. Ona nafasini butunlay chiqargandan so'ng.

Bosh barmog'ingizni va yana 2 barmog'ingiz bilan mana bu joyga chanoq suyagining shundoqqina teparog'iga bosing.

Boshqa qo'lingiz bilan, bachadonning tepa qismini sezishga harakat qiling.

Bola **dumbasi** kattaroq va kengroqdir.

Boshi esa qattiq va yumaloqdir.



Dumbasi tepaga qaragan bo'lsa, tepa qism kattaroq bo'lib seziladi



Dumbasi pastga qaragan bo'lsa, pastki qism kattaroqqa o'xshab turadi.

2. Bir tarafdin ikkinchi tarafga, oldin bir qo'lingiz, so'ng ikkinchi qo'lingiz bilan asta paypaslab, itarib ko'ring.

Agar bolaning dumbasi asta bir tarafga siljitsa, bolaning butun tanasi ham siljiydi.

Agar bola hali ham bachadonning tepa qismida bo'lsa, siz bolaning boshini bir-oz siljitishingiz mumkin. Lekin agar bola boshi pastga tushgan va tug'ilishga tayyor bo'lsa, siz uni siljita olmay-siz.



Agar bola boshi biror tarafga siljitsa, bolaning bo'yni egiladi va dumbasi siljimaydi.



Onada to'ng'ich bolaning boshi odatda tug'ruq boshlanishidan 2 hafta oldin pastga tushib turadi. Keyingi bolalarning boshi tug'ruq boshlangunga qadar tushmasligi mumkin.

Agar bolaning boshi pastga qaragan bo'lsa, tug'ruq yaxshi o'tishiga ishonch bor. Agar bolaning boshi tepada bo'lsa, bu qiyinroq bo'ladi (bolaning dumba bilan kelishi). Agar bola ko'ndalang yotgan bo'lsa, ona-bola xavf ostida (487-bet).

TUG'RUQ YAQINLIGINI KO'RSATUVCHI BELGILAR

• Tug'ruq boshlanishidan bir necha kun oldin bola **bachadonda pastroq tushadi**. Bu holat onaning nafas olishini osonlashtiradi, ammo u tez-tez siyishi mumkin, chunki bola qovuqni bosib turadi. (Birinchi tug'ishda ushbu belgilar 4 hafta oldin boshlanishi mumkin.)

• Tug'ruqqa ozgina qolganda biroz **quyuq shilimshiq ajramalar chiqishi mumkin**. Ajramalar tug'ruqqa 2-3 kun qolganda chiqishi ham mumkin. Ba'zan bu qon aralash kelishi ham mumkin. Bu oddiy holdir.

• Ba'zi ayollarda tug'ruq bir xafta ilgari bir necha marta **yolg'on tulg'oqlar bo'lishi mumkin**. Bu ham oddiy holdir. Bu to'lg'oqlar tez-tez boshlanib, qattiq og'riqlar bilan o'tadi, ammo keyinchalik esa, bola tug'ilgunga qadar bir necha soat yoki kunlarga to'xtaydi. Yolg'on to'lg'oqlarda ba'zan yurish, issiq vannalar qilish yoki dam olish yordam beradi, ammo asl to'lg'oqlar bo'lsa tug'ishga olib keladi. **To'lg'oqning soxta bo'lishi ham bachadonni tug'ishga tayyorlashga yordam beradi.**

Tug'ruq og'riqlari bachadon qisqarishi va to'lg'oq tutishidan kelib chiqadi. To'lg'oqlar orasida bachadon mana bunday bo'shashib, dam oladi:



To'lg'oq vaqtida esa bachadon mana bunday qisqaradi va tepaga ko'tariladi:



To'lg'oqlar bolani pastga qattiqroq itaradi. Bu esa bachadon bo'ynining har to'lg'oqda oz-ozdan ochilishiga olib keladi.

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

- Bachadonda bola **suv ichida** bo'ladi. Shu qog'onoq suvini o'rab turgan parda, odatda tug'ruq davri boshlangandan so'ng yorilib, ko'p suyuqlik oqib chiqadi. Agar suv to'lg'oqdan oldin chiqib ketsa, bu odatda tug'ruqning boshlanganini bildiradi. Suvlar chiqib ketganidan so'ng, ona juda toza tutilishi kerak. Yurish tug'ruqni tezlashtirishi mumkin. Infeksiyaning oldini olish uchun, suvli vannaga tushmang va qinni chayishdan saqlaning. Agar suv chiqib ketganda siz tug'ruqxonada bo'lmasangiz, darhol ayolni kasalxonaga olib borishingiz kerak.

TUG'RUQ DAVRLARI

Tug'ruqning odatda quyida keltirilgan uch davri bor:

- Birinchi davr, qattiq to'lg'oqlardan boshlanib, bolaning tug'ruq yo'liga tushishi bilan tamomlanadi.
- Ikkinchi davr, bolaning tug'ilish kanaliga tushishidan uning tug'ilishigacha bo'lgan davrni o'z ichiga oladi.
- Uchinchi davr, bola tug'ilib, yo'ldosh (platsenta) tushishi bilan tamomlanadi.

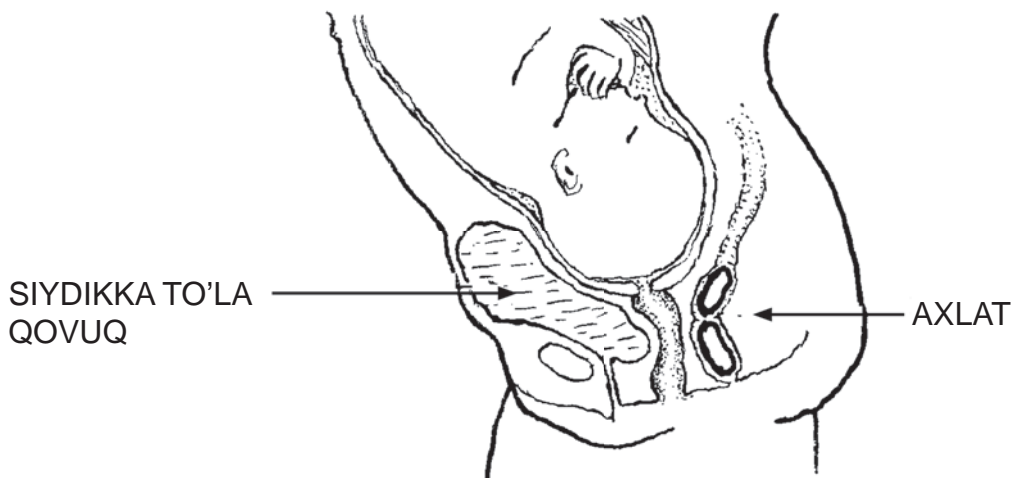
TUG'RUQNING BIRINCHI DAVRI, birinchi farzand ko'rishda odatda 10-20 soat va keyingi farzand ko'rishda 7-10 soat davom etadi.

Birinchi davrda ona tug'ruqni tezlashtirishga urinmasligi kerak. Ushbu davrning sekin kechishi tabiiydir. Ona tug'ish jarayonining asta kuchayib borayotganini sezmay, xavotirga tushishi mumkin. Uni tinchlantirishga harakat qiling. Unga hamma ayollarda ham bu shunday kechishini tushuntiring.

Bola tug'ruq kanaliga tushganidan keyin, pastga siljiy boshlaydi. Ona kuchanish kerakligini sezmagunga qadar, bolani itarishga harakat qilmasligi kerak.

Onaning to'g'ri ichagi va qovug'i bo'sh bo'lishi kerak

Agar qovuq va ichaklar to'la bo'lsa, bola tug'ilyotgan vaqtda, ular tushishga halaqit berishi mumkin.



Tug'ruq davrida ona tez-tez siyib, qovug'ini bo'shatib turishi kerak. Agar uning ichi bir-necha soat davomida kelmagan bo'lsa, klizma qilish tug'ruqni osonlashtirishi mumkin. Tug'ruq davrida ona tez-tez suv va boshqa ichimliklardan ichib turishi lozim. Suyuqlikning kamligi tug'ruq to'xtashi yoki sekinlashishiga olib kelishi mumkin. Agar tug'ruq uzoq davom etayotgan bo'lsa, ayol orada yengil ovqatlardan (mastava, sho'rva kabi) iste'mol qilib turishi kerak. Agar u qayt qilayotgan bo'lsa, har bir to'lg'oq orasida Suvni Tiklovchi Ichimlik, ko'k choy yoki meva sharbatlaridan ichib turishi kerak.

Tug'ruq davomida ona o'z holatini tez-tez o'zgartirib turishi yoki vaqti-vaqti bilan yurib turishi lozim. U ko'p chalqancha yotmasligi kerak.

Tug'ruqning birinchi davrida hamshira yoki shifokor quyidagilarni bajaradi:

◆ Ona qorni, jinsiy organlari, orqa oldilari va oyoqlarini yaxshilab iliq suvda yuvadi. Ona yotgan joy toza va hamma narsani yaxshi ko'rinib turadigan bo'lishi uchun yetarli yorug' bo'lishi kerak.

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

◆ Ona joyiga toza choyshab, sochiq yoki boshqa narsa soling. Ular ho'l yoki kir bo'lib ketganda tez almashtiring.

◆ Kindik tizimchasini kesish uchun yangi sterillangan lezviye yoki qaychi ishlating.

Ushbu davrda qorinni **uqalash** yoki **bosish** yaramaydi. To'lg'oqlar vaqtida, ona chuqur va sekin, to'lg'oqlar orasida esa **odatdagiday nafas olsin**. Bu og'riqlarni pasaytiradi. Qattiq og'riqlar normal hodisa bo'lib, ular bolaning tug'ilishiga yordam beradi.

TUG'RUQNING IKKINCHI DAVRI

Bunda bola tug'iladi. Ba'zan bu qog'onoq xaltasining yorilishidan boshlanadi. Odatda 2 - davr birinчисiga nisbatan osonroq kechadi va 2 soatdan ortiq davom etmaydi. To'lg'oqlar davrida ona bor kuchi bilan kuchanadi. To'lg'oqlar orasida u juda charchagan va mudroq holatda bo'lishi mumkin. Bu normaldir.

Tug'ish uchun ona chuqur nafas olib, ichini yurgizayotgandek, qorin muskullarini taranglab, qattiq kuchanishi kerak. Agar bola, qog'onoq xaltasi yorilishidan so'ng asta kela boshlasa, ona quyida ko'rsatilganidek hollarda tizzalarini bukib olishi mumkin.

o'tirib



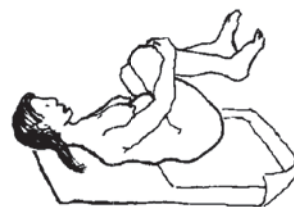
biror narsaga
suyanib



tizzalab

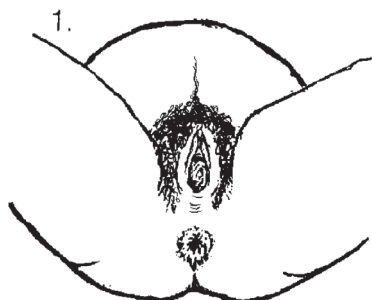


yoki yotib

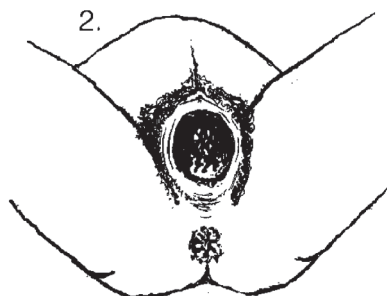


Onaning jinsiy yorig'i ochilib, bolaning boshi ko'rina boshlangunga qadar, shifokor bolaning tug'ilishiga tayyor bo'lishi kerak. Ushbu paytda ona bolaning boshi sekinlik bilan chiqib kelishi uchun **qattiq kuchanmasligi kerak**, shunda onaning oralig'i yirtilib ketmaydigan bo'ladi (batafsil ma'lumotga ega bo'lish uchun 491-betga qarang).

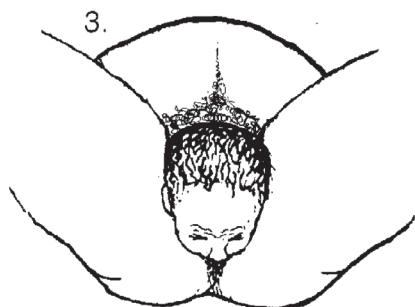
Bola boshi bilan kelganda odatda quyidagicha tug'iladi:



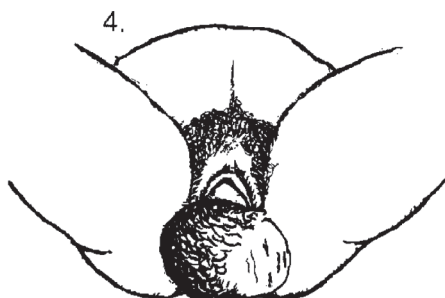
Hozir qattiq kuchanish kerak.



Hozir qattiq kuchanmaslikka harakat qiling. Tez-tez, qisqa nafas olib turing. Bu oraliq yirtilishdan saqlaydi (491-bet).



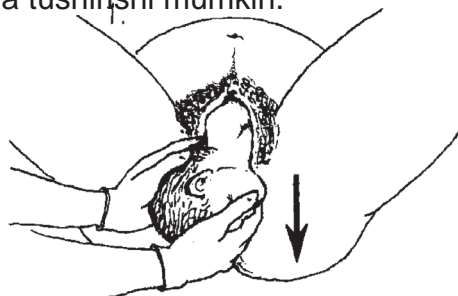
Odatda bolaning yuzi yerga qaragan bo'ladi. Agar bolaning og'iz va burnida ahlal bo'lsa u darxol tozalanilishi kerak (480-bet).



So'ng, bolaning yelkalari chiqa olishi uchun boshini bir yonga buring.

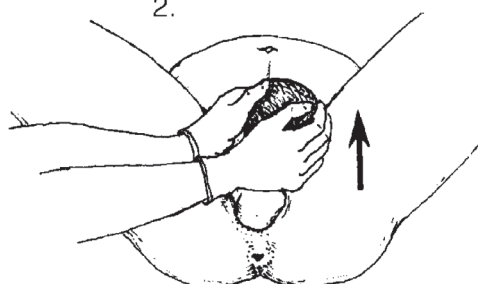
Agar bolaning boshi chiqib bo'lgandan so'ng, yelkalari qisilib qolsa:

Bola yelkalari chiqishi uchun doya bola boshini ushlab uni asta pastga tushirishi mumkin.



Onaning o'zi qattiq kuchanishi kerak.

So'ngra bolaning ikkinchi yelkasi chiqishi uchun doya, bola boshini asta ko'tarishi mumkin.



Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

TUG'ISHNING UCHINCHI DAVRI, bolaning tug'ilib bo'lishi bilan boshlanadi va yo'ldosh chiqishi bilan tamomlanadi. Odatda yo'ldosh bola tug'ilganidan keyingi 5min. dan 15 minutgacha bo'lgan davrda o'zi chiqib ketadi.

SHIFOKOR BO'LMAGAN VA TEZKOR YORDAMNI TALAB QILADIGAN HOLATLARDA KO'RILADIGAN CHORA-TADBIRLAR

BOLA TUG'ILGAN ZAHOTI

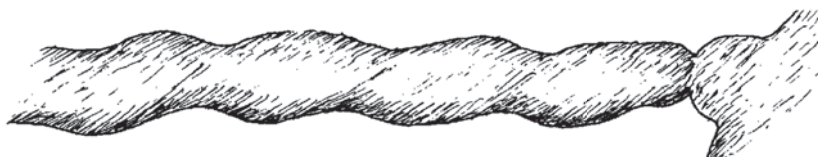
- ◆ Bolaning og'zi va tomog'idagi shilimshiq chiqib ketishi uchun uning boshi pastga qaragan bo'lishi kerak.
- ◆ Kindik tizimchasi qirqilgunga qadar, bola onasi yotgan joydan pastroqda bo'lishi kerak. (Bunda bola ko'proq qon olib kuchliroq bo'ladi.)
- ◆ Agar bola darrov nafas olishni boshlamasa, uning orqasini sochiq yoki gazmol bilan ishqalang.
- ◆ Agar u hali ham nafas olmayotgan bo'lsa, rezina so'rgich yoki barmog'ingizga o'ralgan doka bilan og'iz va burnidagi shilimshiqni tozalang.
- ◆ Agar bola tug'ilganidan keyingi 1 minut ichida nafas olishni boshlamasa, **darhol OG'IZDAN OG'IZGA NAFAS BERISHNI** boshlang (174-bet).
- ◆ Bolani toza yo'rgakka o'rang. Ayniqsa bola vaqtdan oldin tug'ilgan bo'lsa, uni sovgottirib qo'ymaslik kerak.



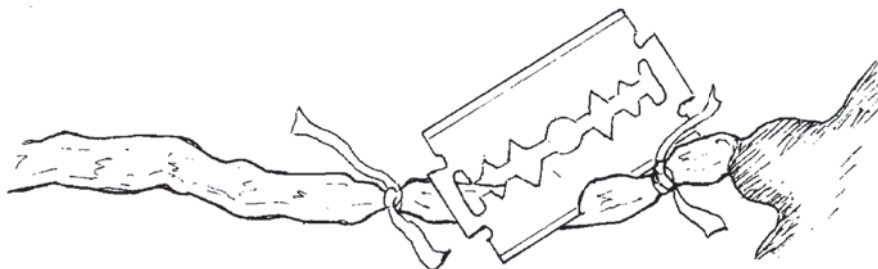
KINDIK TIZIMCHASINI KESISH (BOLA UYDA TUG'ILGAN BO'LSA)

Bola tug'ilganda kindik tizimchasidan qon o'tib turadi va u qalin, ko'kish tusda bo'ladi.

KUTING.



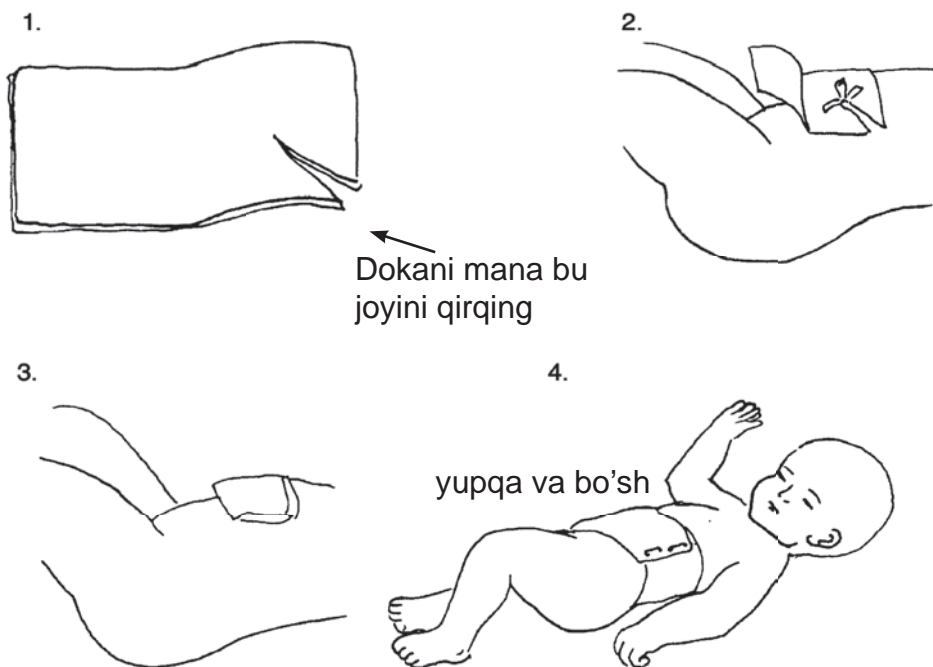
Bir ozdan so'ng tizimcha oqarib, ingichka bo'lib qoladi. Unda qon yurishi to'xtaydi Endi tizimchani 2 joyini juda toza mato, quruq ip yoki tasma bilan bog'lang. Bularning barchasi endigina dazmollangan yoki pechkada isitilgan bo'lishi kerak. Bog'lamlar orasini mana bunday qilib kesing:



MUHIM. Kindik tizimchasini toza, ishlatilmagan lezviye bilan kesing. Lezviyeni ochishdan oldin, qo'lingizni yaxshilab yuving yoki steril rezi-na qo'lqop kiying. Agar yangi lezviye bo'lmasa, qaynatilgan qaychi ish-latishingiz mumkin. **Kindik tizimchasini doim chaqaloq tanasiga yaqin joydan kesing.** Kesilgan joy bola tanasidan faqat 2 sm. uzunlikda bo'lsin. Ushbu ehtiyot choralari qoqsholning oldini olish uchun qilinadi (347-bet).

Kesilgan kindik tizmasining parvarishi

Yangi kesilgan kindikni infeksiyadan saqlashning eng muhim qoidasi, uni **quruq saqlashdir**. U tezroq qurishi uchun unga **havo tegib turishi kerak**. Agar uy toza va uyda pashshalar bo'lmasa, kindikni ochiq qoldirish mumkin. Chang va pashshalar bor joyda kindik ustini yengil qilib yopib qo'ying. Bunda steril doka ishlatganingiz ma'qul. Uni qaynatilgan qaychi bilan qirqing. Dokani quyidagicha qilib qo'ying:



Agar steril dokangiz bo'lmasa, endigina dazmollangan toza mato bilan bog'lang. Qorinni bog'lamay qo'ygan ma'qul, lekin bog'lab qo'yish kerak bo'lsa, dokaga o'xshash yupqa va yengil gazlama olib, qorinni shu gazlama bilan bo'shgina qilib bog'langki, tagidan havo o'tib, kindik quruq turadigan bo'lsin. Uni qattiq bog'lamang.

Bolaning yo'rgaklari kindigini yopib qo'ymaydigan va kindikka bolaning siydigi tegmaydigan bo'lishiga alohida e'tibor bering.

Yangi tug'ilgan chaqaloqni tozalash

Iliq, yumshoq va namlangan gazmol bilan boladagi qon yoki suyuqliklarni asta arting.

Bolani kindigi tushmagunga qadar (odatda 5-7 kun) cho'miltirmang. So'ng uni har kuni iliq suvda, bolalar sovuni bilan cho'miltiring.

Yangi tug'ilgan chaqaloqni darhol emizing

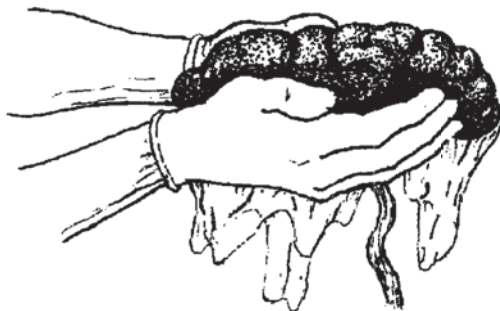
Bola tug'ilishi bilanoq uni ona ko'kragiga tuting. Agar bola emizilsa, bu yo'ldoshning tezroq tushishiga va qon ketishning oldini olishga yoki kamaytirishga olib keladi.

YO'LDOSHNI CHIQARIB OLISH

Odatda yo'ldosh bola tug'ilgandan keyin 5-30 minut ichida tushadi. Lekin u ba'zan bir-necha soatga qolib ketishi mumkin (quyiga qarang).

Yo'ldoshni tekshirish:

Yo'ldosh chiqib bo'lgandan so'ng, bo'lagi qolib ketgan-ketmaganini bilish uchun uni qo'lingizga olib, tekshirib ko'ring. Agar u uzilgan bo'lsa, demak qandaydir qismi yo'q.



Agar yo'ldosh bachadon ichida qolib ketsa, bu infeksiya yoki ko'p qon ketishiga olib kelishi mumkin.

Yo'ldoshni qo'lga olish uchun rezina qo'lqop yoki qo'lingizga selofan kiyib oling. Keyinchalik qo'lingizni yaxshilab yuving.

Agar yo'ldoshning tushishi uzoqlashib ketsa:

Agar ona ko'p qon yo'qotmayotgan bo'lsa hech narsa qilmang. Kindik tizmasini tortmang. Bu ko'p qon ketishiga olib kelishi mumkin. Ba'zan ona o'tirib, bir oz kuchangandan so'ng yo'ldosh o'zi tushib ketadi.

Agar ona ko'p qon yo'qotayotgan bo'lsa, qo'lingiz bilan qorin tepasidan bosib, bachadonni paypaslab ko'ring. Agar u yumshoq bo'lsa quyidagilarni qiling:

Bachadon qattiqlashgunga qadar uni ehtiyotkorlik bilan uqalang. Bu uning qisqarib, yo'ldoshni chiqarib tashlashiga olib keladi.



Bachadon qattiqlashgunga qadar uni ehtiyotkorlik bilan uqalang. Bu uning qisqarib, yo'ldoshni chiqarib tashlashiga olib keladi.



Agar yo'ldosh hali ham chiqmayotgan va qon ketishi to'xtamayotgan bo'lsa, qonni to'xtatishga harakat qiling (qon to'xtatuvchi dori bering) va darhol tibbiy yordamga murojaat eting.

KO'P QON KETISHI

Chaqaloq tug'ilgandan so'ng darhol emizilsa, qon ketishni oldini oladi. Yo'ldosh tushganidan so'ng, bir oz qon ketishi kuzatiladi. U odatda bir necha minut davom etadi va chorak litrdan oshiqni tashkil qilmaydi. (Bir necha kun davomida bir oz qon ketishi normaldir.)

EHTIYOT BO'LING: Ba'zan tashqariga oz qon chiqsada, ayolning ichiga ko'p qon ketishi mumkin. Vaqti-vaqti bilan ayolning qornini tekshirib turing. Agar u kattalashgandek ko'rinsa, u qon bilan to'layotgan bo'lishi mumkin. Tez-tez uning pulsini tekshiring va shok belgilari bor-yo'qligiga e'tibor bering (170 -bet).

Ko'p qon ketishining oldini olish yoki uni ozaytirish uchun bola **ona ko'kragini emishi kerak.** Agar bola emmasa, ayolning eri (agar iloji bo'lsa) ayol ko'kragini ohista silab, uqalab ko'rsin. Bu ona organizmida qonni to'xtatuvchi gormon (Oksitotsin) ishlab chiqilishiga olib keladi.

Agar qon yo'qotish davom etaversa yoki qon oz-ozdan to'xtamay oqaversa, quyidagilarni qiling:

◆ Tez tibbiy yordamga murojaat eting. Agar qon tez orada to'xtatilmasa, onaning venasiga qon quyish kerak bo'lishi mumkin.

◆ Agar Metilergometrin yoki Oksitotsiningiz bo'lsa, ularni keyingi betdagi qoidalarga rioya qilib ishlating. (Agar yo'ldosh hali ham tushmagan bo'lsa, metilergometrin o'rniga oksitotsin ishlatganingiz ma'qul.) (730-bet)

◆ Ona ko'p suyuqlik ichishi kerak (suv, meva sharbatlari, choy, sho'rva yoki Suv Tiklovchi Suyuqlik, 283-bet). Agar ayol quvvatsizlanib borsa, yoki qon tomirining urishi tez va kuchsiz bo'lsa yoki **shokning** boshqa belgilari paydo bo'la boshlasa, uning boshini pastroq qilib, oyoqlarini esa biroz ko'tarib qo'ying (170-bet).

◆ Agar ayol juda ham ko'p qon yo'qotib, o'ladigan ahvolda bo'lsa, quyidagi yo'l bilan qonni to'xtatishga harakat qiling:

Bachadon qattiqlashgunga qadar uni uqalang



Agar qon ketishi to'xtasa, bachadon qattiqligini har 5 minutda tekshirib turing. Agar u qattiq bo'lmasa, uni qayta uqalang.

Bachadon qattiqlashib, qon to'xtashi bilan uqalashni to'xtating. Uni har bir minutda tekshirib turing. Agar u yana yumshoqlashsa, yana uqalang.

◆ **Agar uqalaganingizga qaramay qon to'xtamasa, quyidagilarni qiling:**

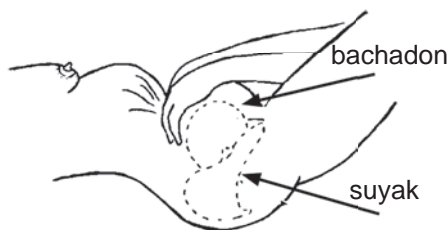
Kaftingiz ustiga ikkinchi kaftingizni qo'yib kindik pastini bor kuchingiz bilan qattiq ezing. Qon to'xtaganidan so'ng ham uzoq vaqt davomida ezib turishingizga to'g'ri keladi.

◆ **Agar bunda ham qon to'xtamasa:**

Ikkala qo'lingiz bilan bachadon tepa qismini bosing. Bachadon orqasiga qo'lingizni kirgizib, uni qov suyagi tomon qattiq ezing. Bachadonni iloji boricha qattiq suring, kuchingiz yetmasa butun og'irligingiz bilan itarishga harakat qiling. Uni shifokor yordamini olmaguningizga qadar bir-necha minut davomida bosib turishga harakat qiling.

◆ **Agar bunda ham qon to'xtamasa:**

Ikkala qo'lingiz bilan bachadon tepa qismini bosing. Bachadon orqasiga qo'lingizni kirgizib uni qov suyagi tomon qattiq ezing. Bachadonni iloji boricha qattiq suring, kuchingiz yetmasa, butun og'irligingiz bilan itarishga harakat qiling. Uni shifokor yordamini olmaguningizga qadar bir-necha minut davomida bosib turishga harakat qiling.



Eslatma: Ba'zi shifokorlar qon to'xtatish uchun vitamin K ishlatadilar, bola tushishi, abort va tug'ruqdan keyin uchraydigan qon ketishi hodisalarida bu vitamin yordam bermaydi. Uni ishlatmang.

METILERGOMETRIN, OKSITOTSIN, (PITOTSIN) VA BACHADONNI QISQARTIRUVCHI BOSHQA DORILAR

Tarkibida metilergometrin yoki oksitotsin bor dorilar bachadon va qon tomirlarining qisqarishiga olib keladi. Ular kerakli, ammo xavfli dorilardir. Ularning noto'g'ri ishlatilishi bachadondagi bola va onaning o'limiga olib kelishi mumkin. Ulardan to'g'ri foydalanish esa hayotni saqlab qolishi mumkin. Quyidagilar ulardan to'g'ri foydalanish xususidagi yo'l-yo'riqlar:

1. Yuldosh tushgandan keyin qon ketaveradigan bo'lsa, to qon tuxtagunicha har 2-4 soatda 0.02% li, metilergometrin (metergin, 484- bet) eritmasini bir ampula (0.2mg.) dan muskul orasiga yuborib turing, ukollar soni kuniga 5 martadan oshmasligi kerak.

Agar metilergometrin bo'lmasa, oksitotsin ishlatning.

2. Tug'ruqdan keyin qon ketishning oldini olish uchun. Oldingi tug'ruqlarida qon ketishdan azob chekkan ayolga, yo'ldosh chiqishi bilan oq Metilergometrindan 1 ampula yoki 10 ED (2 ml.) miqdorida 1 marta Oksitotsindan ukol qiling va keyingi 24 soat davomida ham, har 4 soatda takrorlab berib turing.

3. Homila tushishidan keyingi qon ketishni tuxtatish(484, 730-betlar). Oksitotsin ishlatish xavfli bo'lishi mumkin shuning, uchun uni malakali tibbiyot xodimigina ishlatishi kerak. Agar ayol ko'p qon yo'qotayotgan bo'lsa va tibbiy yordam olishning ilojisi bo'lmasa, yuqorida aytilgandek qilib Oksitotsin ishlatning.

Ayol tug'ruq vaqtida holsizlanib qolmaydigan bo'lishi uchun, homiladorlikning 9 oyi davomida unga to'yimli ovqatlardan ko'proq bering(220-bet). Shuningdek uni, bolalar tug'ilishi orasidagi davrni uzaytirishiga undang. U yana kuchga to'lgunga qadar homilador bo'lmasligi kerakligini ayting (Oilani shakllantirish, 511-bet).

BACHADON VA
QON TOMIRLARIN-
ING QISQARTIRUV-
CHI DORILAR....



BOLA VA ONANING
O'LIMIGA OLIB KE-
LISHI MUMKIN

OG'IR TUG'RUQLAR

Iloji boricha, tezroq tibbiy yordamga murojaat qilganingiz ma'qul. Tug'ruq davomida ko'pgina muammo va asoratlar kelib chiqishi mumkin, ba'zilari oddiy, ba'zilari esa jiddiy. Quyida tez-tez uchrab turadigan muammolardan bir nechtasi keltirilgan:

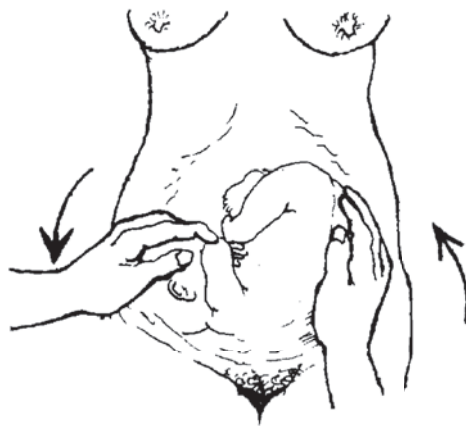
1.TUG'RUQNING TO'XTASHI YOKI SUSAYISHI yoki kuchaygandan, suv ketgandan keyin ham uzoq davom etishi. Buning bir nechta sababi bo'lishi mumkin:

• **Ayol qo'rqayotgan yoki hayajonlangan bo'lishi mumkin.**

Bunda to'lg'oqlarning pasayishi va hatto to'xtashi ham hech gap emas. U bilan gaplashing. O'ziga kelishiga yordam bering. Ayolga dalda bering. Tug'ruq sekinlashganini, lekin hech qanday xavf yo'qligini tushuntiring. U tana holatini tez-tez o'zgartirishi, yeb-ichib turishi, vaqtida siyishi kerakligini tushuntiring. Ko'krak uchlarini qo'zg'atish (uqalash va sut chiqishi) tug'ruqni tezlashtiradi.

• **Bola odatdan tashqari holatda bo'lishi mumkin.** Bolaning

ko'ndalang yotgan - yotmaganini bilish uchun, to'lg'oqlar orasida ayol qornini paypaslab tekshirib ko'ring. Ba'zan doya ayol qornini **asta** silash yo'li bilan bolani siljitishi mumkin. Bolaning boshi pastga qaragunga qadar, uni to'lg'oqlar orasida oz-ozdan siljitishga harakat qiling. Lekin bunda **kuch ishlatmang**. Chunki bu, bachadon yoki yo'ldoshning yirtilishi yoki kindik tizimchasining qisilib qolishiga olib kelishi mumkin. Agar bolani siljita olmasangiz, onani tez shifoxonaga olib boring.





• **Agar bolaning yuzi orqaga emas, oldingi tomonga qaragan bolsa,** siz bolaning dumaloq orqasi o'rniga do'mbayib turgan qo'l va oyoqlarini sezishingiz mumkin. Odatda bu katta muammo emas, faqat tug'ruq uzoqroq davom etishi va ayolning beli ko'proq og'rishi mumkin. Ona o'z holatini tez-tez o'zgartirib turishi kerak, chunki bunda bola o'nglanadi va tug'ilishga tayyor bo'ladi. Ona qo'l va tizzasida turishga urinib ko'rsin.

• **Agar bolaning boshi tug'ruq yo'llariga nisbatan kattaroq bo'lsa.** Bu ko'pincha chanog'i tor yoki eridan ancha past bo'lgan ayollarda uchraydi. (Bu avval bola tuqqan ayollarda kam uchraydi.) Siz bola pastga surilmayotganini sezishingiz mumkin. Agar siz bunday muammo bo'lishi mumkinligini taxmin qilsangiz, ayolni shifoxonaga olib boring, chunki uni operatsiya qilish kerak bo'lishi mumkin (kesarcha kesish). **Chanoq suyaklarining orasi tor va past bo'yli ayollar shifoxonada bo'lishlari kerak.** Bu ayniqsa, ularning birinchi farzandli bo'lishida juda ahamiyatlidir.

• **Agar ayol varaq-vara qusgan yoki suyuqlik ichmagan bo'lsa,** u suvsizlangan bo'lishi mumkin. Bu esa, to'lg'oqlarning pasayishi yoki to'xtashiga olib kelishi mumkin. U har bir to'lg'oq orasida "Suvni Tiklovchi Ichimlik" yoki qaynatilgan suv, meva sharbati, ko'k choy kabi ichimliklarni ichib tursin.

2. BOLANING DUMBA BILAN KELISHI (oldin bolaning dumbasi tug'ildi). Ba'zan doya bola holatini tekshirib (473-bet) va bolaning yurak urishini eshitib ko'rib (466-bet) bolaning holatini aytishi mumkin.

Bola dumba bilan kelganda, mana bunday holat tug'ruqni bir qadar osonlashtiradi:

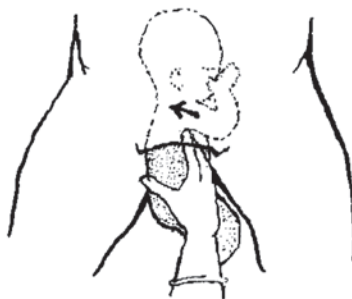


Agar avval bolaning qo'llari emas, balki oyoqlari chiqsa, qo'lingizni juda yaxshilab yuving va spirt bilan arting (yoki steril qo'lqop kiying), so'ng esa...

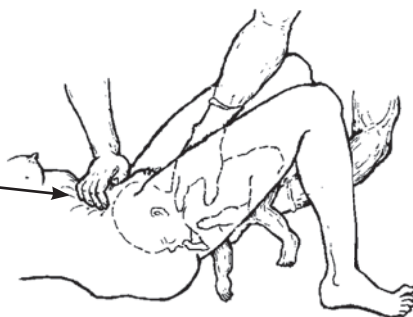
barmog'ingizni ichkariga kirgizing va bola yelkalarini orqaga mana bunday qilib itaring:



yoki uning qo'llarini mana bunday qilib tanasiga bosing:

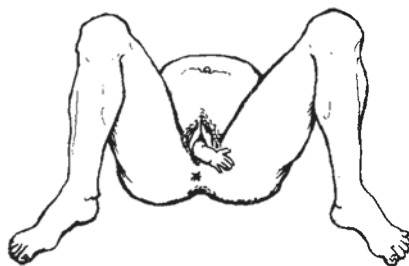


Agar bola tiqilib qolsa, onani chalqancha yotqizing. Barmog'ingizni bola og'ziga kirgizing va boshini ko'kragiga qarab torting. Shu vaqtning o'zida biror kimsa onaning qorniga mana bunday qilib bosib, bola boshini itarishi kerak.



Ona qattiq kuchanishi kerak. Lekin **hech qachon bola tanasini tortmang.**

3. QO'L TUSHISHI (qo'li birinchi tug'iladi). Agar birinchi bo'lib bolaning qo'li ko'rinsa, tibbiy yordamga murojaat qiling. Bolani chiqarish uchun operatsiya kerak bo'lishi mumkin.



4. Ba'zan KINDIK TIZIMCHASI bola bo'ynini, bola chiqa olmaydigan darajada juda qattiq o'rab olgan bo'lishi mumkin. Kindik tizimchasini bola bo'ynidan ola olmasangiz, tizimchani ikkita qisqich bilan qisib, so'ng orasini qaynatilgan uchsiz qaychi bilan kesing.

5. CHAQALOQNING OG'ZI VA BURNIDA AXLAT BO'LSA.

Suv ketgan mahalda uning to'q yashil (deyarli qora) bo'lib tushganini ko'rsangiz, bu bolaning dastlabki axlati (mekoniy) bo'lishi mumkin. Bola xavf ostida bo'lishi mumkin. Agar shu axlat bolaning nafasi bilan o'pkasiga tushsa, uning nobud bo'lishi hech gap emas. Uning boshi chiqishi bilanoq, onadan kuchanmaslikni va tez-tez qisqa nafas olishni iltimos qiling. Bola nafas olishni boshlagunga qadar uning og'zi, burunidagi axlatni rezina so'rgich yordamida olib tashlang. Bola nafas olishni boshlasa ham axlatni tozalashni to'xtatmang.

6. EGIZAKLAR. Egizak tug'ish bitta bola tug'ishga nisbatan og'irroq va ona uchun ham, bola uchun ham xavfliroqdir.

Chunki egizaklarda, tug'ruq odatda oldinroq boshlanadi, homila 7 oylik bo'lganidan boshlab ona shifoxonaga yaqin bo'lgan joyda bo'lgani ma'qul.



Ayolning egizak tug'ishi mumkinligiga ishora qiladigan belgilar:

- Qorin tez o'sadi va ayniqsa bachadon homiladorlikning oxirgi oylarida odatdagidan ko'ra kattaroq bo'ladi (465-bet).
- Agar ayol vazni odatdan tashqari tez ortayotgan bo'lsa yoki homiladorlikning umumiy muammolari (toksikoz, bel og'rig'i, venalar varikozi, bavoasil(gemorroy), shishlar va hansirashlar) odatdagidan og'irroq kechsa, ayolni egizaklarga homilador bo'lgan yoki bo'lmaganini tekshiring.
- Agar bachadonda 3 yoki undan ortiq katta narsalar (bosh yoki dumbalar) sezilsa, egizaklar bo'lishi mumkin.
- Ba'zan ikki xil yurak urishini (ona yurak urishidan tashqari) eshitish mumkin, lekin buni aniqlash juda qiyin.

Agar oxirgi oylar ichida ona ko'p dam olsa va ogir ishdan o'zini tortsa, egizaklarning vaqtidan avval tug'ilishga moyilligi ozroq bo'ladi. Egizaklar ko'pincha juda kichik tug'iladilar va ularga maxsus e'tibor kerak bo'ladi.

ORALIQNING YIRTILISHI

Bola tug'ilishi uchun oraliq ko'p cho'zilishi kerak. Ba'zan u yirtilib ketadi. Bunday hodisa ko'pincha ayollarning birinchi farzand ko'rishida uchraydi.

Agar alohida e'tibor berilsa, yirtilishning oldi olinishi mumkin:

Bolaning boshi chiqa boshlaganda ona kuchanmasligi kerak. Bu oraliqning cho'zilishiga vaqt beradi. Kuchanmaslik uchun ayol tez-tez qisqa nafas olishi kerak

Jinsiy yoriq cho'zilayotgan mahalda, doya uni bir qo'li bilan ushlashi, boshqa qo'li bilan esa bola boshini mana bunday ushlab turib uni juda tez chiqishdan saqlashi mumkin:

Jinsiy yoriqning pastiga issiq kompresslar qo'yish ham yordam berishi mumkin. Buni oraliq tortila boshlaganda qiling. Siz cho'zilgan teriga yog' surtib qo'yishingiz ham mumkin.



Agar oraliqning biror joyi yirtilsa, yo'ldosh chiqqanidan so'ng, tikishni yaxshi biladigan odam uni choklab qo'yishi kerak (182-bet).

YANGI TUG'ILGAN CHAQALOQNI PARVARISHLASH

Kindik Tizimchasi (Cho'ltog'i)

Yangi kesilgan kindik tizimchasi infeksiyanmasligi uchun u toza va quruq bo'lishi kerak. U qanchalik quruq bo'lsa, u shunchalik tez tushib ketadi va kindik yarasi bitib tuzalib ketadi. Shuning uchun belbog' ishlatmagan ma'qul, agar ishlatilsa ham u juda bo'sh bo'lishi kerak (481 va 482-betlar).

Ko'zlar

Chaqaloqning ko'zlarini xavfli konyuktivitlardan saqlash uchun, uning ikki ko'ziga ham bir tomchidan 1% li Kumush nitrat tomizing yoki tetratsiklin yoki eritromitsinning ko'z mazidan iloji boricha tezroq qo'ying (413 va 637-657- betlar). Bu ayniqsa ota-onalarning birida so'zak yoki xlamidioz (437-bet) belgilari bo'lganda juda muhimdir.



Bolani Issiq Tutish (ortiqcha issiq emas)

Bolani sovuq va juda kuchli issiqlikdan saqlang. Siz bolangizni o'zingiz kiyinganingizdek kiyintiring.



Bolani yetarli darajada issiq tutish uchun uni iloji boricha onasiga yaqin tuting. Bu ayniqsa kichik yoki vaqtdan oldin tug'ilgan bolalar uchun muhimdir. „Kichik va Chala tug'ilgan bolalarga e'tibor" haqida 365-betga qarang.

Tozalik

Tozalik hususida 12-bobda aytilgan yo'l-yo'riqlarga rioya qilish muhimdir. Quyidagilarga e'tibor bering:

◆ Bola yo'rgagi yoki choyshablarini har safar, bola ularni ho'l yoki iflos qilib qo'yganidan so'ng, almashtirib turing. Agar bolaning terisi qizarib qolsa, yo'rgaklarni yana ham tez-tez almashtiring! (402-bet).

◆ Kindik tizimchasi tushib ketganidan so'ng, bolani har kuni sovun va iliq suv bilan cho'miltirib turing. Sovunli suv bola ko'ziga tegmasligi kerak.

◆ Agar pashsha yoki chivinlar bor joyda yashasangiz, bola belanchagini pashshaxona yoki yupqa material bilan o'rab qo'ying.

◆ Ochiq yaralari bo'lgan, shamollagan, tomog'i og'riyotgan, sil yoki boshqa infeksiyon kasalliklari bor odam, yangi chaqaloq yoki tug'ayotgan ona oldiga bormasligi kerak.

◆ Chaqaloqni, tutun va changdan xoli bo'lgan toza joyda saqlang.

Ovqatlantirish

(Yosh bolalar uchun eng yaxshi ovqat, 11-bobga qarang).

Bola uchun ko'krak suti eng yaxshi ozuqadir. Emiziladigan bolalar sog'lom, kuchli bo'lib o'sadi va juda yashovchan bo'ladi. Sababi shuki:

- Ona suti tarkibida boshqa har qanday: hayvon suti, maxsus paketda qadoqlangan va kukunlashtirilgan sutlar (sut uni)ga nisbatan, bolaga kerak bo'ladigan barcha moddalar yetarli miqdorda bo'ladi.

- Ona suti toza bo'ladi. Bolani boshqa ovqatlar bilan, ayniqsa shishadan oziqlantirilganda, idishlarni infeksiyalardan (ich ketar va boshqa kasalliklar) saqlab, toza tutish juda mushkul.

- Ko'krak sutining harorati doim kerakli darajada bo'ladi.

- Ko'krak suti tarkibida bolani ich ketar, qizamiq, shol kabi kasalliklardan saqlanishga yordam beradigan moddalar bor.

Ona bolani tug'ilishi bilanoq emiza boshlashi kerak. Odatda dastlabki bir-necha kun ichida onada sut ozroq bo'ladi. Bu oddiy holdir. **U bolasini tez-tez, kamida har 2 soatda bir emizib turishi kerak.** Bolaning emishi sutning ko'payishiga olib keladi.

Agar bola sog'lom bo'lib, og'irligi o'sib borsa va yo'rgaklarini keragicha ho'l qilib tursa, demak onada yetarli darajada sut bor.

Bola uchun birinchi 5-6 oy ichida **faqat ko'krak suti berilishi maqsadga muvofiqdir.** Shundan so'ng, ona bolasini emizish bilangina chegaralanib qolmay, unga qo'shimcha ovqatlardan ham berib turishi kerak (236-bet).

ONA QANDAY QILIB SUTINI KO'PAYTIRISHI MUMKIN

Buning uchun ayol:

- ◆ ko'proq suyuqlik ichishi kerak.
- ◆ iloji boricha yaxshi oziqlanishi, ayniqsa sut, sut mahsulotlari va "o'stiruvchi ovqatlar"dan (222-223-betlar) yeb turishi kerak.
- ◆ yetarli uxlashi va juda charchash yoki xafa bo'lishdan saqlanishi kerak.
- ◆ bolani tez-tez har 2-3 soatda emizib turishi kerak.



Yangi tug'ilgan chaqaloqlarga dori berayotganda ko'riladigan ehtiyot choralari

Talaygina dorilar chaqaloqlar uchun xavflidir. Chaqaloqlarga ularning o'ziga to'g'ri keladigan va juda kerak bo'lgan paytlardagina dori bering. Bolalarga dorini to'g'ri miqdorda va ko'p bermayotganingizga etibor bering.

CHAQALOQLAR KASALLIKLARI

Chaqaloqda kasallik yoki muammo borligini aniqlash va tez harakat qilish juda muhim.

Katta odamni bir necha hafta yoki bir necha kunda o'ldiradigan kasalliklar, chaqaloqni bir necha soatda nobud qilishi mumkin.

Tug'ma muammolar

(566-betga ham qarang)

Bu muammolar bolaning ona qornida noto'g'ri rivojlanishi yoki tug'ilayotgan paytida shikastlanishidan kelib chiqishi mumkin. Bola tug'ilish zahoti uni asta tekshirib ko'ring. Agar unda quyida ko'rsatilgan belgilardan biri bo'lsa, u jiddiy kasal bo'lishi mumkin:

- Agar u tug'ilishi bilan nafas ola boshlamasa.
- Agar qon tomirining urishi sezilmasa, eshitilmasa yoki minutiga 100 tadan kam bo'lsa.
- Agar nafas ola boshlashi bilan beti va tanasi oqarsa, ko'k yoki sariq bo'lsa.
- Agar uning qo'l va oyoqlari osilib tursa, bolaning o'zi ularni harakatlantira olmasa yoki siz chimdiganingizda bola buni sezmasa.
- Agar birinchi 15 minutdan so'ng u pishillab nafas olsa .

Ushbu muammolarning ba'zilari tug'ilish vaqtida miya shikastlanishidan kelib chiqishi mumkin. Ko'pincha ularning sababi infeksiya emas (agar suv bola tug'ilishidan 24 soat oldin ketmagan bo'lsa). Oddiy dorilar foyda bermasligi mumkin. Bolani issiq (ammo juda issiq emas) o'rang (491-bet). Tibbiy yordamga murojaat qiling.

Agar yangi tug'ilgan chaqaloq qayt qilsa, uning axlatida qon bo'lsa yoki uning tanasida ko'kargan joylar paydo bo'lsa, unga Vitamin K (706-bet) kerak bo'lishi mumkin.

Agar bola birinchi 2 kun ichida odatdagicha siysa-yu, ichi kelmasa, tibbiy yordamga murojaat qiling.

Bola tug'ilgandan so'ng kelib chiqadigan muammolar (birinchi kunlar yoki haftalarda)

1. **Kindik tizimchasing sasishi yoki yiringlashi** xavfli belgidir. Qoqsholning (347-bet) dastlabki belgilari yoki qonning bakteriyalar bilan infeksiyalanishiga xos (499-bet) belgilari yo'qmikin, diqqat bilan tekshirib ko'ring. Tizimchani spirt bilan tozalang va ochiq qoldiring. Agar **tizimcha atrofi qizargan, qizib turgan bo'lsa**, ampitsillin (634-bet), yoki penitsillin va streptomitsin (643-bet) bilan davolang.

2. **Tana haroratining pastligi (35°S dan past bo'lishi) yoki yuqoriligi** ham infeksiya belgisi bo'lishi mumkin. Yangi tug'ilgan chaqaloqlar uchun yuqori (39° dan baland) harorat xavflidir. Bola ustidagi barcha ust-boshlarni yeching va badaniga 168-betda ko'rsatilgandek qilib sovuq (juda sovuq emas) suv seping. Shuningdek, suvsizlanish (281-bet) belgilariga e'tibor bering. Agar bu belgilar bo'lsa, bolani emizing va Suvni Tiklovchi Ichimlikdan (283- bet) bering.

3. **Titrash** (550-bet). Agar bolaning harorati bo'lsa, uni yuqorida aytilgandek qilib davolang. Suvsizlanishga alohida e'tibor bering. Bola tug'ilgan kundan boshlangan titroqlar, tug'ilishdagi miya shikastidan kelib chiqqan bo'lishi mumkin. Agar titroqlar bir necha kun keyinroq boshlansa, qoqshol (347-bet) yoki meningit(351, 550-bet) belgilariga e'tibor bering.

4. **Bola vaznining ortmasligi.** Birinchi kunlar davomida ko'pgina bolalar bir oz vazn yo'qotadilar. Bu oddiy holdir. Birinchi haftadan so'ng bola haftasiga 200 g. dan semirib borishi kerak. Dastlabki ikkinchi haftadan so'ng bola tug'ilgan vaqtidagi vazniga teng vaznli bo'lishi kerak. Agar u semirmasa yoki aksincha, og'irligi kamaysa, demak u kasaldir. Bola tug'ilganda sog'lom edimi? U yaxshi ovqatlantirilyaptimi? Bolani ehtiyotkorlik bilan infeksiya va boshqa muammolarga tekshirib ko'ring. Agar siz muammo sababi va uni bartaraf etishni bilmasangiz tibbiy yordamga murojaat qiling.

5. **Qayt qilish.** Ba'zi sog'lom bolalar kekirganda (yoki sutni yutayotganda nafas olsa, o'xchisa, qalqib ket-sa) biroz sut chiqishi mumkin. Bu oddiy holdir. Bola ovqatlantirilganidan so'ng uning qornidagi havoni chiqarishga yordam berish uchun, bolani mana bunday qilib yelkan-gizga olib, orqasiga asta urib qo'ying.



Agar bolani emizganingizdan so'ng, uni yotqizsangiz va u qayt qilsa, uni har safar emizganingizdan so'ng biroz tik ushlab turing.

EMIZGANINGIZDAN SO'NG,
BOLANGIZNI KEKIRTIRING

Ko'p va tez-tez qayt qiladigan va shu sababli ozib, so'ng bolan-gizni suvsizlanib ketgan bola - kasaldir. Agar bolaning ichi ham o'tayotgan bo'lsa, unda ichak infeksiyasi bo'lishi mumkin (269-bet). Qondagi bakterial infeksiya (keyingi betga qarang), meningit(550-bet) va boshqa infeksi-yalar ham qayt qilishning sababi bo'lishi ehtimoli bor.

Agar qayt qilgan narsasi sariq yoki ko'k bo'lsa, ayniqsa, qorni shishgan yoki bir necha kundan beri ichi kelmagan bo'lsa, bu ichak tutili-shi (194-bet) bo'lishi mumkin. **Bolani tez shifoxonaga olib boring.**

6. Bolaning yaxshi emmay qo'yishi. Agar 4 soatdan ortiq vaqt mobaynida bola emmasa va uyquchan yoki kasalvand bo'lib ko'rinsa, yoki odatdagidan tashqari harakatlar qilib, g'alati yig'lasa bu xavfli belgidir. Ko'p kasalliklar bunga sabab bo'lishi mumkin. Ulardan birinchi 2 hafta davomida ko'p uchraydigan va xavfilari bu **qondagi bakterial infeksiya** (keyingi 2-betda) va **qoqshol** (347-bet)dir.

2 - 5 kunlik chaqaloq emmay qo'ysa, uning qonida bakterial infeksiya bo'lishi mumkin.

5 - 15 kunlik chaqaloq emmay qo'ysa, bu qoqsholdan bo'lishi mumkin.

Agar Bola Emmay Qo'ysa yoki Kasalga O'xshasa

4-bobda aytilgandek qilib bolani ehtiyotkorlik bilan to'la tekshiring.

Quyidagilarga alohida e'tibor bering:

- Bola **nafas olishga qiynalmayaptimi?** Agar burni bitib qol-gan bo'lsa, 303-betda ko'rsatilgandek qilib tozalang. Bolaning tez nafas olishi (minutiga 50 yoki undan ham ko'proq), ko'karishi, pishillashi va har nafasida qovurg'alari orasidagi terining ichkariga kirib ketishi o'pka shamollashidan (315-bet) dalolat. O'pka shamollashiga uchragan kichik chaqaloqlar ko'pincha yo'talmaydilar; ba'zan odatdagi boshqa belgilar ham bo'lmaydi. Agar siz o'pka shamollashi borligini taxmin qilsangiz, uni qondagi bakterial infeksiya (keyingi betga qarang) kabi davolang.

- Bola **terisining rangiga** e'tibor bering.

Agar lab, yuz ko'kargan bo'lsa bola zotiljam, (pnevmoniya), yurak xastaligi, yoki boshqa muammo bilan tug'ilgan bo'lishi mumkin.

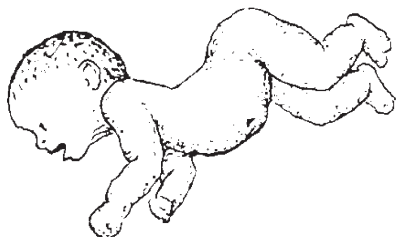
Agar bolaning yuzi, ko'zining oqi tug'ilgan kuni yoki 5-kundan keyin sarg'aya boshlasa bu jiddiydir. Tibbiy yordamga murojaat qiling. 2-5 kunlar orasida badanning bir oz sarg'ishi odatda jiddiy emas. Ko'proq va kerak bo'lsa, tez-tez emizing. Bolani yechintiring va yorug'lik tushib turadigan oyna oldiga yotqizib qo'ying (lekin oftob nuri to'g'ridan to'g'ri tushmasin).

- Boshidagi yumshoq joyni (liqildoqni) tekshirib ko'ring



MUHIM: Agar suvsizlangan bolada meningit bo'lsa, tepabosh (liqildoq) normaldek tuyuladi. Suvsizlanish (281-bet) va meningit (351-bet)ning boshqa belgilarini ham tekshiring.

Bolaning harakatlari va yuz ifodasini kuzating



Tananing tortilib, qotib qolishi va g'aroyib harakatlar qilishi qoqshol, meningit yoki tug'ilganda miyaning shikastlanishi yoki isitmaga aloqador bo'lishi mumkin. Agar bola qo'lga olinganida yoki o'rnidan siljirilganda yuz va tana muskullari birdan tortilsa, bu qoqshol bo'lishi mumkin. Bola jag'ining ochilishi va tizza reflekslarini tekshiring (349-bet).

Bola birdan yoki keskin harakat qilganida ko'zlari orqaga ketib qol-sa yoki titrasa bu qoqshol bo'lmasa kerak. Bunday holatlar meningitdan bo'lishi mumkin, lekin bular ko'pincha suvsizlanish va yuqori haroratdan kelib chiqadi. Bolaning boshini ikki tizzasi orasiga egib qo'ya olasizmi? Agar bola egilolmay, qotib qolgandek tuyulsa yoki og'riqdan yig'lasa, bu meningit bo'lishi mumkin (351, 550-bet). Qondagi bakterial infeksiya bel-gilari bor yo'qligini tekshiring.

Qondagi bakterial infeksiya - Septitsemiya

Yangi tug'ilgan chaqaloqlar infeksiyalarga qarshi yaxshi kurasha olmaydilar. Shuning uchun, tug'ruq jarayonida, chaqaloqning terisi yoki kindik tizimchasiga kirgan bakteriya, ko'pincha qoniga o'tib, uning butun tanasi bo'ylab tarqaladi. Bu holat ko'pincha bir yoki ikki kunni o'z ichiga olgani uchun, sepsis belgilari 2- kundan namoyon bo'ladi.

Belgilari:

Chaqaloqlardagi infeksiya belgilari, kattaroq bolalarnikidan farq qiladi. Chaqaloqdagi har qanday o'zgarish organizmning biror joyidagi jiddiy infeksiya belgisi bo'lishi mumkin. Ko'proq uchraydigan o'zgarishlar:

- yaxshi emmay qo'yadi
 - qorni shishgan
 - ko'rinishi uyquchan
 - terisi sarg'aygan
 - rangi o'chgan (kam qonlik)
 - tirishadi (talvasaga tushadi)
 - qayt qiladi yoki ichi ketadi
 - bola ba'zan ko'karib ketadi
 - isitmasi bor yoki harorati past
- (35°S dan past)

Ushbu belgilardan har biri alohida boshqa sabablar bilan kelib chiqqan bo'lishi mumkin, ammo belgilarning ikkitasi birga uchrasa, bu sepsis kasalligiga tegishlidir.

Yangi tug'ilgan chaqaloqlardagi jiddiy infeksiya doim ham isitma chiqar-maydi. Harorat yuqori, past yoki normal bo'lishi mumkin.

Yangi tug'ilgan chaqaloqda sepsis borligiga shubha qilsangiz, quyidagicha davolang:

◆ Har 8 soatda Ampitsillindan 125 mg. va har 12 soatda Sefotaksim (Klaforan)dan 250 mg. miqdorida ukol qiling.

◆ Agar qishlog'ingizda Sefotaksim olishning ilojisi bo'lmasa, siz Ampitsillin va Gentamitsindan 8 mg. agar 4 %li Gentamitsin topsangiz (bu - 0,2 ml. yoki 8mg. ga teng) kuniga 1 mahal berishingiz mumkin (Kanamitsin yoki Streptomitsin ham Gentamitsinning o'rniga, u yo'q joylarda ishlatilishi mumkin).

◆ Bola yetarli darajada suyuqlik iste'mol qilayotganiga e'tibor bering. Agar kerak bo'lsa, ko'krak suti va "SuvniTiklovchi Ichimlik"ni qoshiqlab bering (283-bet).

◆ Tibbiy yordam olishga harakat qiling.

Chaqaloqlardagi infeksiyani bilib olish juda mushkuldir. Ko'pincha isitma bo'lmaydi. Agar iloji bo'lsa, tibbiy yordamga murojaat qiling. Agar buning ilojisi bo'lmasa, yuqorida aytilgandek qilib ampitsillin bilan davolang. Ampitsillin chaqaloqlar uchun eng xavfsiz va eng foydali antibiotikdir.



TUQQAN ONANING SOG'LIG'I

Parhez va Tozalik

11-bobda aytilgandek, **ayol tuqqandan so'ng, har qanday to'yimli ovqatni iste'mol qilishi mumkin va iste'mol qilishi ham kerak.** U ovqatdan o'zini tortmasligi kerak. Unga foydaliroq bo'lgan ovqatlar quyidagilardir: sut, pishloq, tovuq go'shti, tuxum, go'sht, baliq, meva, sabzavotlar, boshoqli o'simliklar, loviya, yer yong'oq va boshqalar. Sut va sut mahsulotlari ona ko'proq sut yetishtirishi uchun yaxshidir.

Ko'zi yorgan ayol, birinchi kunlar ichidayoq cho'milishi kerak. Birinchi hafta ichi, u suvga tushmasdan ho'llangan sochiq bilan artingani ma'qul. **Tug'ruqdan keyin cho'milish xavfli emas.** Bir necha kun davomida cho'milmagan ayol infeksiyalanishi mumkin, bu esa ayol terisi va bolasining kasallanishiga olib kelishi mumkin.

Tuqqandan so'ng ona quyidagilarni qilishi kerak.

to'yimli ovqatlarni va doimiy ravishda iste'mol qilish

va

doimiy ravishda cho'milishi kerak



TUGISHDAN KEYINGI INFEKSIYA (TUG'RUQDAN KEYINGI ISITMA)

Ba'zi onalarda tuqqandan so'ng isitmaydi, bu ko'pincha doyaning hamma tozalikga yetarli e'tibor bermagani tufayli kelib chiqadi.

Infeksiya belgilari:

Sovqotish yoki isitma chiqishi, bosh yoki bel pastki qismining og'ri-shi, qorin og'riqlari va qindan sassiq yoki qonli ajramalar chiqishi.

Davolash:

3 ta dori kerak bo'ladi: Penitsillin 1 g. dan 4 mahal yoki Benzil-penitsillin-novokain ukolidan 500.000 ED. dan kuniga 2 mahal yoki 500 mg. kuniga 4 mahal bir hafta (629-bet) qiling. Ular o'rniga Ampitsillin, T-iseptol yoki Tetratsiklinlar ham ishlatilishi mumkin.

Infeksiya tushishi juda xavfli bo'lishi mumkin. **Agar ona tez orada tuzala boshlamasa, tibbiy yordamga murojaat qiling.** Kuchli infeksiyalar uchun kuchli antibiotiklar kerak bo'lishi mumkin. Penitsillin yoki Ampitsillinning yuqori miqdorlariga qo'shimcha (Levomitsetin, Gentamitsin, Kanamitsin yoki Sefotaksim (Klaforan)ga o'xshash) lardan biri qo'shilishi mumkin.

EMIZISH VA KO'KRAK PARVARISHI

Ko'kraklarga e'tibor berish, onaning o'zi va bola uchun juda muhimdir. Chaqaloq tug'ilishi bilan oq emizilishi kerak. Bola tug'ilishi bilan emishni yoki ona bag'riga kirib, ko'krakni og'izga olishni xohlashi mumkin. Bolani emishga undang, chunki bu sutning ko'proq kelishiga olib keladi. Shuningdek, bu onaning bachadoni tezroq qisqarishi va yo'ldoshning tezroq tushishiga yordam beradi. Onadan chiqadigan dastlabki sut quyuq sariq (og'iz suti) suyuqlikdir. Og'iz suti bolaga infeksiyalarga qarshi kurashda kerak bo'lgan barcha moddalarga va ayniqsa, oqsilga juda boydir. **Og'iz suti bola uchun juda foydalidir, shuning uchun...**

EMIZISHNI TEZROQ BOSHLANG.

Bolani ayol ko'kragi ustiga iloji boricha tezroq qo'ying.

Odatda, ko'krak bola uchun yetarli miqdorda sut hosil qiladi. Agar bola ko'krakni vaqtida to'la bo'shatsa, ko'krak bezlari ko'proq sut yetishtira boshlaydi. Agar bola ularni bo'shata olmasa, ular kamroq sut yetishtiradi. Bola kasal bo'lib emmay qo'ysa, bir necha kundan so'ng ko'kraklar, umuman sut yetishtirmay qo'yadi. Shuning uchun bola tuzalib, sutga muhtoj bo'lib turgan vaqtda ko'kraklarda unga yetarli darajada sut bo'lmasligi mumkin. Shu sababdan,

Bola kasal va ko'p ema olmaydigan vaqtlarda, ko'krakda keyinchalik yetarli darajada sut bo'lishi uchun, ona ularni sog'ib turishi kerak.

KO'KRAKNI SOG'ISH

Ko'kragingiz orqa qismini quyidagicha qilib ushlang.



So'ng ko'krakni qisib turib, oldinga qarab, torting.



Sutni chiqarish uchun ko'krak uchining orqasini ezing.



Sog'ishning yana bir yaxshi tarafi, agar bola emishni to'xtatsa, sog'ish ko'kraklarning to'lib ketishidan saqlaydi. Ular to'lib ketganda og'riy boshlaydi. Ko'krakning to'lib ketishi absessga olib kelishi mumkin. Shuningdek, ko'krak juda to'lib ketganda bolaning emishi qiyinlashib qoladi.

Agar bolangiz juda kasal bo'lsa va emishga madori bo'lmasa, ko'kragingizni sog'ing va sutni unga qoshiqlab yoki tomchilab bering.

Doim cho'milib turish, ko'kraklaringizni toza bo'lishiga yordam beradi. Ko'kraklaringizni har safar emizishdan so'ng, tozalash shart emas. Ko'kraklaringizni tozalash uchun **sovun ishlatmang**, chunki bu terining yorilishi, ko'krak uchining og'rihi va infeksiyalarga olib kelishi mumkin.

Ko'krak uchining yorilishi yoki og'rihi

Bu hodisalar bolaning emayotganida, ko'krak uchining hammasini og'ziga solmasdan, uni tishlayverishi natijasida ro'y beradi.

Davolash:

Ko'krak og'risa ham bolani emizish muhim. Ko'krak uchi og'rishining oldini olish uchun chaqaloqni u xohlaganicha tez-tez emizing. Bola ko'krakning ko'proq qismini ham og'ziga olganiga e'tibor bering. Har safargi emizishda bola holatini almashtirish ham foydalidir. _____



Agar ko'krakning faqat bittasigina og'risa, bola oldin sog'lomini, so'ng og'riyotganidan emsin. Bola emib bo'lganidan so'ng ko'krakni biroz sog'ib, og'riyotgan uchi artofiga sut surting. Ko'krakni berkitishdan avval sutni quriting. Sut ko'krak uchining tuzalishiga yordam beradi. Agar ko'krakdan qon yoki yiring oqsa, uni tuzalgunga qadar sog'ib turing.

Ko'kraklarning og'rihi

Ko'kraklardagi og'riq ularning to'lib ketishi va qattiqlashishidan kelib chiqadi. Bola tez-tez emib tursa-yu, ona yetarlicha dam olib, ko'p suyuqlik ichib tursa, bunday og'riqlar odatda bir-ikki kunda yo'q bo'lib ketadi. Odatda antibiotiklarning keragi yo'q, ammo quyidagi ma'lumotlarga e'tibor bering.

Ko'krak Infeksiyalari (Mastit) va Abscess

Ko'kraklarning og'rishi va emchakning yorilishi yoki og'rishi infeksiya yoki abscess (yiringli xalta)ga olib kelishi mumkin.

Belgilari:

- ◆ Ko'krakning bir qismi qiziydi, qizaradi, shishib og'riydi.
- ◆ Odam isitmalaydi yoki sovuq qotadi.
- ◆ Qo'ltiqdagi limfa tugunlar shishib og'riydi.
- ◆ Abssessning og'ir hollarida yiring to'plan-gan joy yoriladi



Davolash:

- ◆ Tez-tez emizishni davom ettiring, bunda bolaga birinchi og'riyot-gan ko'krakni bering yoki ko'krakni sog'ing. Sizga ma'qul bo'lgan xohlagan usulni tanlang.
- ◆ Dam oling va ko'p suyuqlik iching.
- ◆ Har emizishdan 15 minut oldin ko'kragingizga issiq kompress qo'yib turing. Og'riqni pasaytirish uchun emizishlar orasida sovuq kompresslar qiling.
- ◆ Bola emayotganida og'riqli ko'krakni uqalang.
- ◆ Og'riqqa qarshi Paratsetamol (651-bet) iching.
- ◆ Antibiotik ishlating. Bu holda Sefaleksn eng yaxshi antibiotikdir (646- bet). 10 kun davomida kuniga 3 mahal 500 mg. dan ichib turing. Penitsillin (629 -bet) Ampitsillin (634-bet) yoki Eritromitsin (636-bet)lar ham ishlatilishi mumkin. Jiddiy infeksiyalarda Se-fazolindan har 8 soatda 1 g. dan ichish kerak bo'lishi mumkin.

Oldini olish:

- ◆ Ko'krak uchlarini yorilishdan saqlang (yuqoriga qarang) va ko'kraklarning to'lib ketishiga yo'l qo'ymang.

Ko'krakdagi Turli Tugunlar:

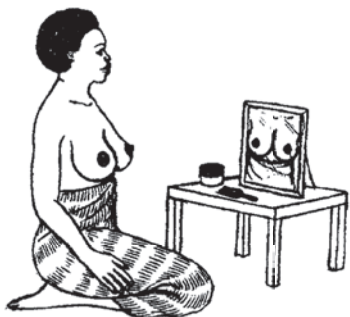
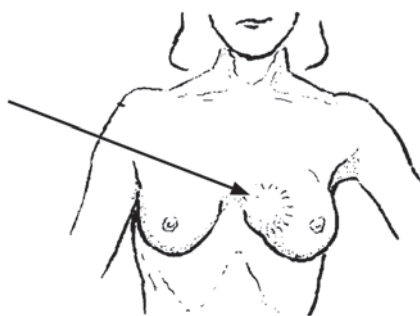
Emizikli ayolning ko'kragida bezillab turadigan issiq tugun, abscess (infeksiya) bo'lishi mumkin. Og'riqsiz tugun - kista yoki rak bo'lishi mumkin.

Ko'krak Raki

Ko'krak raki ayollarda nisbatan ko'proq uchraydigan hol bo'lib, doim ham xavfli hisoblanadi. Rakka qilinadigan davoning yaxshi naf berib, muvaffaqiyatli davolanilishi, uni birinchi belgilar paydo bo'lishi bilan tez aniqlab, vaqtida tibbiy yordam olinishiga bog'liqdir. Odatda operatsiya qilish kerak bo'ladi.

Ko'krak Raki belgilari:

- Ayol ko'pincha, ko'krakning mana bu qismida o'sma borligini sezadi.
- Ko'krakda odatdan tashqari notekis joylar yoki apelsin po'stidedek kichik chuqurchalar paydo bo'lishi mumkin.
- Qo'lتيq limfa bezlari ko'pincha kattalashadi, ammo og'rimaydi.
- Tugun sekin o'sadi.
- Avvaliga u og'rimaydi va qizimaydi ham. Keyinchalik u og'rish mumkin.



O'Z KO'KRAKLARINGIZNI TEKSHIRING

Har bir ayol, o'z ko'kragida rak belgilari bor yo'qligini tekshirishni o'rganishi kerak. Ayol buni har oyda, iloji bo'lsa hayzi boshlangan kundan 10 kun o'tkazib tekshirib turgani ma'qul.

◆ Ko'kraklar kattaligi yoki hajmidagi har qanday o'zgarishlarni tekshiring. Yuqorida aytilgan barcha belgilarni sezishga harakat qiling.

◆ Belga qo'yilgan bolish yoki ko'rpacha ustida yotgan holda barmoqlaringiz bilan ko'kragingizni paypaslang. Ko'kragingizni bosib turib, barmoqlaringizni aylantiring. Ko'krak uchidan boshlab, doira shaklida barmoqlaringizni ko'krak osti va qo'lتيqqacha yurgizing.



Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

◆ So'ng ko'krak uchini qising va qon yoki boshqa ajralmalar chiqish-chiqmasligini tekshiring.

Agar siz tugun, yoki odatdan tashqari bo'lgan biror narsa topsangiz, tibbiy maslahat oling. Ko'p tugunlar rak emas, lekin ularni vaqtida topib olish muhim.

QORINNING PASTKI QISMIDAGI SHISH YOKI O'SIMTALAR

Odatda qorin kattalashib borishi, bu qorindagi bolaning normal o'sib, borayotganiga bog'liq bo'ladi. Odatdan tashqari shish yoki turli o'simtalar quyidagi narsalar natijasida paydo bo'lishi mumkin:

- tuxumdonning birida kista borligi yoki suyuqlik to'planishi
- bachadondan tashqarida rivojlana boshlagan homila (bachadondan tashqaridagi homiladorlik) yoki
- rak



Uchala hol ham oldin og'riqsiz bo'ladi yoki bir oz noxushlik tug'diradi, keyinchalik esa, qattiq og'riy boshlaydi. Ularning hammasida odatda operatsiya kerak bo'ladi. Agar siz har qanday sekin o'sib borayotgan shishni sezsangiz, tibbiy maslahat oling.

Bachadon Raki

Bachadon, bachadon bo'yini yoki tuxumdonlar raki 40 dan oshgan ayollarda ko'proq uchraydi. Birinchi belgilaridan kamqonlik yoki kutilmagan qon ketishi bo'lishi mumkin. Keyinchalik qorin sohasida allanechuk noxushlik yoki og'riqli bo'rtmacha sezilishi mumkin.

Bachadon bo'yinida boshlanayotgan rakni aniqlovchi alohida tekshiruvlar bor:

1. Bachadon bo'yinchasidan maxsus surtma (mazok) olish mum-

kin. Yoshi 20 dan ortgan barcha ayollar, ushbu tekshiruvdan har yili o'tib turishlari kerak. Agar sizning hayzingiz bir necha yilga to'xtab, so'ng yana boshlansa, siz shifokorga uchrashishingiz shart.

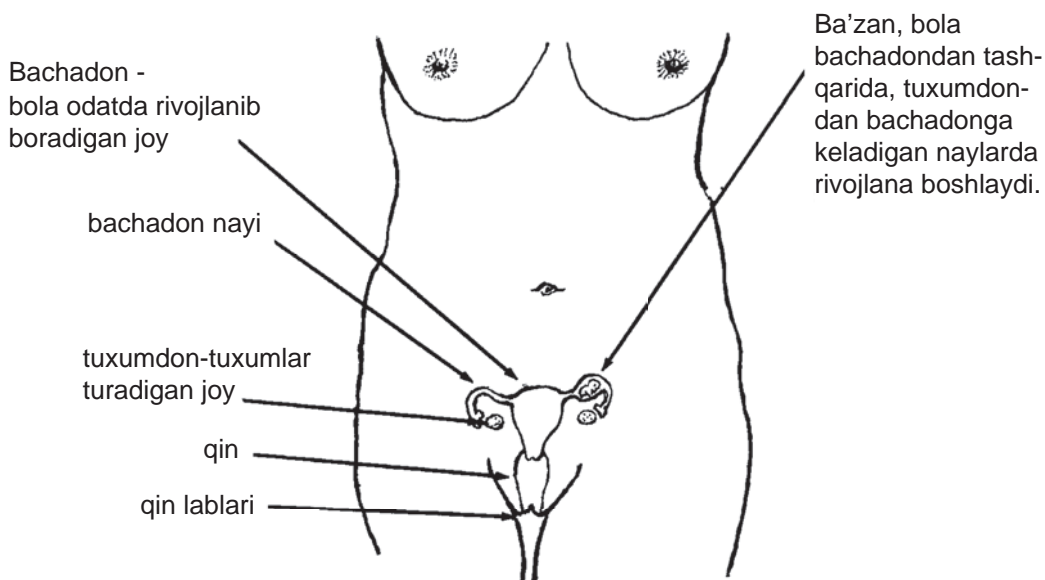
2. Agar maxsus tekshiruvlar o'tkazishning iloji bo'lmasa, buning boshqa yo'li bor. Agar doktor bachadon bo'yinini 5%li sirka eritmasi bilan artsa, normal bo'lmagan joylar oq bo'lib qoladi. Shu joylarni tekshirish mumkin, kerak bo'lsa davo qilinadi.

Rakning birinchi belgilari sezilishi bilan tibbiy yordamga murojaat qiling.

Xalqtabobati yordam bermasligi mumkin. Shuning uchun, doimo shifokor nazoratida bo'lish kerak.

***Esda tuting!* Bu tekshiruv sizning hayotingizni saqlab qolishi mumkin.**

Bachadondan Tashqaridagi Homiladorlik



Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

Bunda homiladorlik belgilari bilan bir qatorda, odatdan tashqari qon ketishi bachadon tashqarisiga shish kelishi, qorinning pastki qismida qattiq og'riq turishi kabi hollar kuzatiladi.

Bachadondan tashqarida rivojlana boshlagan bola yashay olmaydi. Bachadondan tashqarida bo'lgan homiladorlik shifoxonada operatsiya qilinishi kerak. Agar siz bunday muammoni sezayotgan bulsangiz, tez tibbiy yordamga murojaat qiling, chunki ko'p qon ketib qolib, jiddiy xavf-xatar tug'ilishi mumkin.

BOLA TUSHISHI

Homilaning tushishi - qorinda rivojlanayotgan bolani yo'qotishdir. Bola tushishi homiladorlikning birinchi 3 oyida ko'proq sodir bo'ladi. Bunday hodisa odatda homilaning yaxshi rivojlana olmasligi natijasida ro'y beradi.

Ba'zi ayollarning hayotida bunday hodisa bir yoki bir- necha marta takrorlanishi mumkin. Ko'p hollarda ular bolalari tushib ketganidan bexabar bo'ladilar. Ular hayz davrlari siljigan yoki kechikkan deb o'ylaydilar.

Ayol bolasi tushib ketganini bilishi kerak, chunki bu xavfli bo'lishi mumkin.

Bir safar yoki ko'proq marta hayzi kelmagan va ko'p qon yo'qotayotgan ayollarda bola tushgan bo'lishi mumkin.

Bola tushishi ham tug'ruqqa o'xshashdir. Bunda embrion (rivojlanayotgan homila) va yo'ldosh chiqishi kerak. Ikkalasi ham to'la chiqib ketmagunga qadar aralash qon talaygina suyuqlik kelib turishi va og'riq xurujlari davom etib turadi.

Tushib ketgan homila kattaligi 1-2 sm. dan katta bo'lmisligi mumkin.

30 kunlik



60 kunlik



Davolash:

Ayol dam olib, og'riqqa qarshi aspirin (649-bet) yoki ibuprofen (651-bet) ichishi kerak.

Agar ko'p qon yo'qotish bir necha kun davom etsa:

- ◆ Tibbiy yordamga murojaat qiling. Bachadonni tozalovchi oddiy operatsiya kerak bo'lishi mumkin (kengaytirish, qirib olish va hokazo).
- ◆ Qon ketishi to'xtagunga qadar yoting.
- ◆ Agar qon juda ko'p kelsa, 484-betdagi qoidalarga rioya qiling.
- ◆ Agar isitma yoki infeksiyaning boshqa belgilari paydo bo'la boshlasa, tug'ruqdan keyingi isitmaga qarshi davolang (501-bet).
- ◆ Homila tushgandan keyin, ayolda bir oz qon kelib turishi kuzatiladi. Bu qon hayz davrlardagidek bo'ladi.
- ◆ Homila tushib ketganidan so'ng, ayol kamida 2 hafta yoki qon to'xtagunga qadar qinni tez-tez yuvib turishi va jufti bilan qo'shilmasligi kerak.
- ◆ Agar uning bachadon ichi spirali bo'lsa va bolasi tushib ketsa, jiddiy infeksiya yuzaga kelishi mumkin. Tez tibbiy yordamga murojaat qiling, shifokor bachadon ichi spiralini olib tashlashi va unga antibiotik berishi kerak.

XAVFLI HOLATDAGI ONA VA BOLA

Doya, tibbiyot xodimi yoki ona va bolaga qaraydigan odamlar uchun eslatma:

Ba'zi ayollarning tug'ruqlari og'ir kechib, ular tug'ruqdan keyingi muammolarga duch keladilar, ularning bolalari esa vazni kam hamda kasallikka moyilroq bo'ladilar. Ko'pincha ana shunday hodisa ro'y beradi. Bular yolg'iz qolgan, uy-joysiz bo'lib, och-yalang'och yuradigan yoki aqlan zaif ayollardir.

Agar doya, tibbiyot xodimi yoki boshqa biror kimsa ularga g'amxo'rlik qilib, rizqi-ro'z topish yo'lini ko'rsatsa, parvarish qilsa va ular

Hammabop Tibbiyot Qo'llanmasi 2013

bilan doimiy aloqada bo'lib tursa, bu ona va bolaning hayotiga yaxshi ta'sir qiladi.

Ularning oldingizga yordam so'rab kelishini kutmang. Ularning ahvoli yaxshilanib ketishiga katta yordam berish uchun o'zingiz boring.

