

RAXIT KASALLIGI NIMA VA UNING KELIB CHIQISH SABABLARI**BOTIROVA MUXIBA ZAFARJON qizi***Qo'qon universiteti talabasi**Ilmiy rahbar: Saliyeva Minara Yulbarsova***Annotatsiya**

Ushbu maqolada bolalarda keng tarqalgan raxit kasalligi, uning kelib chiqish sabablari, klinik belgilari, oldini olish va davolash usullari yoritib berilgan. Raxit — bola organizmida D vitamini, kalsiy va fosfor moddalari yetishmasligi natijasida suyak tuzilishi jarayonlarining buzilishi bilan kechadigan kasallik hisoblanadi. Maqolada raxitning asosiy profilaktik choralari sifatida quyosh nuridan to'g'ri foydalanish, ona va bola ovqatlanishini to'g'ri tashkil etish hamda D vitaminini muntazam qabul qilishning ahamiyati ta'kidlangan. Tadqiqot natijalari bolalarda raxitning oldini olish orqali sog'lom o'sish va rivojlanishni ta'minlash mumkinligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: raxit, D vitamin, kalsiy, fosfor, profilaktika, bolalar sog'lig'i

ЧТО ТАКОЕ РАХИТ И ЕГО ПРИЧИНЫ?**Аннотация**

В данной статье рассматривается распространённое заболевание детей — рахит, его причины, клинические симптомы, методы профилактики и лечения. Рахит — это заболевание, характеризующееся нарушением процессов формирования костей вследствие дефицита витамина D, кальция и фосфора в организме ребёнка. В статье подчёркивается важность правильного использования солнечного света, полноценного питания матери и ребёнка, а также регулярного приёма витамина D как основных мер профилактики рахита. Результаты исследования показывают, что профилактика рахита у детей позволяет обеспечить здоровый рост и развитие.

Ключевые слова: рахит, витамин D, кальций, фосфор, профилактика, здоровье детей

WHAT IS RICKETS AND ITS CAUSES**Abstract**

This article discusses the common disease of rickets in children, its causes, clinical symptoms, prevention and treatment methods. Rickets is a disease characterized by impaired bone formation processes as a result of a deficiency of vitamin D, calcium and phosphorus in the child's body. The article emphasizes the importance of proper use of sunlight, proper nutrition of the mother and child, and

regular intake of vitamin D as the main preventive measures for rickets. The results of the study show that it is possible to ensure healthy growth and development by preventing rickets in children.

Keywords: rickets, vitamin D, calcium, phosphorus, prophylaxis, children's health

Kirish qismi: Raxit bolalar ichida ko'p uchraydigan kasallik bo'lib, skelet va mushaklarni zararlanishi bilan namoyon bo'ladi. Organizmda D vitamini yetishmasligi tufayli fosfor-kalsiy almashinuvining buzulishi natijasida kelib chiqadi. Raxitga ko'pincha bolaning chala tug'ilishi, quvvatsizligi, sun'iy ovqatlanish sabab bo'ladi. Bola yaxshi parvarish qilinmasa, ochiq havo va quyosh nuridan bahramand bo'lmasa, noto'g'ri ovqatlanirilsa, uning organizmiga D vitamini yetarli miqdorda kirmaydi, yoki ultrabinafsha nurlar yetishmasligidan terisida D vitamini sintezlanishi buziladi va raxit kasalligi kelib chiqadi. Bundan tashqari bolaning tez-tez kasallanishi va onaning homiladorlik vaqtida ovqat ratsionining buzilishi natijasi ham raxit kasalligiga sabab bo'lishi mumkin. Raxit kasalligi moddalar almashinuvining buzilishiga hamda a'zo va sistemalar ishining izdan chiqishiga olib keladi. Bu kasallikda fosfor va Kalsiy tuzlari almashinuvi ayniqsa kuchli buziladi. Ichakda Kalsiyning so'rilishi va suyakka o'tirishi o'zgaradi, bu suyakning ingichkalashib, to'qimalarning yumshashiga, nerv sistemasi va ichki a'zolar ishining buzilishiga sabab bo'ladi. Raxit bola hayoti uchun xavfli emas, lekin uni to'g'ri davolamaslik bola hayotida chuqur va bir umrlik iz qoldirishi mumkin. Bu vaqtda bolada- skeletning sezilarli deformatsiyalari (qiyshayishlari), prikusning qiyshiqqligi, yassi oyoqlilik va boshqa shunga o'xshash kasalliklar kuzatiladi.

Asosiy qism: Kasallikning dastlabki davrida bemorning nerv sistemasida o'zgarishlar ro'y beradi: bola qo'rqqoq, tajang, injiq yoki shalvillagan bo'lib qoladi; ko'p terlaydi, emayotganida yuzi, yotganida ensasi terga botadi. Bolani qichima bezovta qilganligi uchun u boshini yostiqa ishqayverganidan orqa sochi to'kilib ketadi. Kasallik kuchayganda muskullar zaiflashadi, burishadi; kasal bola sog'lom bolaga nisbatan kech yuradi, qorni shishadi, ichi ko'pincha qotadi yoki suradi, keyinchalik suyak sistemasi o'zgaradi: yelka suyagi yassilanadi, boshi kattalashadi, peshona va kallaning tepa suyagi bo'rtib chiqadi, peshona do'ng bo'lib qoladi, kalla tepa suyagi va ensa sohasidagi suyakning yumshashi kuzatiladi. Boshning katta liqildog'i o'z vaqtida suyaklanmaydi. Ko'pincha to'sh yonidagi qovurg'a suyaklari qalinlashadi. Bola yura boshlaganida oyoqlari X shaklida yoki O shaklida qiyshayadi. Ko'krak qafasining shakli ham o'zgaradi: yo oldinga bo'rtib chiqadi yoki ichiga kirib ketadi. Raxitga uchragan bolalar turli yuqumli kasalliklarga (ayniqsa, zotiljamga) moyil bo'ladi. Raxitda mushaklar gipotoniyasi rivojlanadi, ichak mushaklarida ham, buning oqibatida ichak peristaltik harakatlari buziladi va najas sekin harakatlanadi

ichki organlarning 1-navbatda oshqozon ichak traktining buzilishi) tishlarning kech chiqishi, qurbaqa qorin ya'ni qorinning osilib qolishi , mushaklar tarangligining yo'qligi kabi bir qator jiddiy xolatlar kuzatiladi. Bundan tashqari, raxitning sabablari D vitaminining so'rilishini va metabolizmini buzishi mumkin bo'lgan turli xil tibbiy sharoitlarni o'z ichiga oladi. Bu shartlarga oziq moddalarining so'rilishini buzadigan oshqozon-ichak trakti kasalliklari (gastrit, yarali yaralar, kolit) kiradi. Jigar va buyrak kasalliklari organizmning D vitaminini normal kaltsiy almashinuvi uchun zarur bo'lgan faol shaklga aylantirish qobiliyatiga ham ta'sir qilishi mumkin. Raxit bilan og'rigan bemorlarda ko'pincha vitamin va minerallarning etishmasligini kuchaytiradigan surunkali kasalliklar mavjud.

Kasallikning rivojlanishi bilan raxit belgilari yanada aniq va o'ziga xos bo'ladi. Asosiy alomatlardan biri bosh suyagi suyaklarini yumshatishdir. Oksipital mintaqani paypaslaganda, bosh suyagining suyaklari yumshoq va egiluvchan bo'lib qolganini sezishingiz mumkin. Bu, ayniqsa, chaqaloqlar va yosh bolalarda seziladi. Bundan tashqari, fontanellarning yopilishida kechikish bo'lishi mumkin. Jumladan erta yoshdagi bolalarda raxit va spazmofiliya kasalliklarini o'rganish muhim ahamiyatga ega. Chunki bir yoshgacha bo'lgan bolalarda o'sish va rivojlanish yuqori darajada bo'lib: bola hayotining 12 oyigacha tana massasi 3 marotaba, bo'y uzunligi 1.5 martaga oshadi. Tana o'lchovlarining jadal ravishda o'sishi bolada kalsiy va fosfor almashinuvining absolyut yoki nisbiy yetishmovchiligiga olib keladi. Bu belgilar o'z vaqtida aniqlanib davolanmasa bola uchun jiddiy oqibatlariga sabab bo'lishi mumkin.

Klinik manzarasi.

Kasallikning kechishida quyidagi asosiy davrlari farqlanadi:

1. Boshlang'ich davri.
2. Avjiga chiqqan davri.
3. Rekonvalessensiya (tuzalish) davri.
4. Qoldiq belgilar davri.

Raxitning boshlang'ich davri belgilari bolaning 1,5-2 oyligida, chala tug'ilgan bolalarda esa 2-3 haftaligida paydo bo'ladi va lining ilk belgilari asab tizimiga aloqador funksional o'zgarishlar bilan xarakterlanadi:

1) Bola sababsiz, haddan tashqari ko'p terlaydigan bo'lib qoladi, shuning oqibatida unga issiqlik toshib, badan terisining bichilib turishi, ensa sohasining qichishishi va sochini to'kilib ketishi kuzatiladi.

2) Bola hadeb cho'chivyveradigan, sababsiz injiqlik qiladigan bo'lib qoladi. 3) Uyquusi behalovat, notinch bo'ladi.

Rekonvalessensiya davri raxit simptomlarining susayib, keyinchalik esa asta-sekin qaytib ketishi bilan xarakterlanadi. Birinchi navbatda asab tizimiga aloqador simptomlar yo'qoladi, suyaklari qattiqlashib, tishlar paydo bo'ladi, statik va motor

funksiyalar rivojlanib boradi, jigar bilan taloq kichrayadi, ichki a'zolar funksiyalaridagi o'zgarishlar asta-sekin yo'qolib ketadi.

Davolash va parvarish qilish. Raxitning davosi kasallikning og'irlik darajasiga, kechishiga va uning davrlariga bog'liq bo'lib, davolashning asosiy usullari diyetogigiyena, vitamin D va fizioterapevtik muolajalarni o'z ichiga oladi. Hamshiraning asosiy vazifasi, bolaning ovqatida oqsillar, yog'lar, uglevodlar, vitaminlar va mikroelementlarning bola ehtiyojlarini qondiradigan miqdorda bo'lishini ta'minlashdan iborat. Bola qanday usulda boqilishidan qat'iy nazar, bir oylik bo'lgach, meva sharbatlari, 3 oyligidan boshlab olma pyuresi, 3-4 oyligidan esa tuxum sarig'i (asta-sekinlik bilan oz-ozdan sut bilan suyultirilgan holda) berilishi lozim. Bolani toza havoda sayr qildirish, uqalash va gimnastik muolajalar olib borish ham davolash jarayoniga muhim hissa qo'shadi. Davolashning asosiy spetsifik usuli D vitamini bilan davolash bo'lib, uning dozasi bolaning yoshiga emas, balki kasallikning og'ir-yengilligi, bolaning qanday usulda boqilishi va yashash sharoitiga bog'liq.

Davolashning bir necha usuli mavjud, biroq hammadan ko'proq va keng foydalaniladigani D vitaminini har kuni o'rtacha terapevtik dozalarda 1,5-2 oy davomida berib borilishidir. D vitaminini ovqat bilan birga ichish maqsadga muvofiqdir. Raxitni kompleks davolashda ultrabinafsha nur berish ham qo'llaniladi. Bunday muolaja har kuni yoki kunora, jami 15-25 seansgacha o'tkaziladi, 1/8 - 1/4 biodozadan boshlanib ekspozitsiya asta-sekin oshiriladi va 2,5-4 biodozagacha yetkaziladi. Fosfor preparatlaridan fitin, kalsiy glitserofosfat 1 oy davomida 0,1-0,2 g dan kuniga 2 maldan berib boriladi.

Kompleks davolashga 1 choy qoshiqdan kuniga 3-4 mahal sitrat aralashma (35 g limon kislota, 25 g natriy sitrat, 250 ml suv), askorbin kislota (sutkasiga 350 mg dan) va tiamin (sutkasiga 10 mg dan) qo'shiladi. Raxitni davolashda tuzli va ignabargli vannalar ham yaxshi naf beradi.

Xulosa: Bolalar sog'lom tug'ilishi uchun onalar homiladorlik vaqtida sog'lom kelajak yaratib berishi va to'g'ri ovqatlanish ratsioniga amal qilishi lozim. Buning uchun har bir ayolga homiladorlik davrida shifokor yoki mutaxassis tomonidan tushuntirish ishlari olib borilishi va muntazam tekshiruvda bo'lishi kerak. Raxit kasalligi xavflibo'lmasda uning asoratlari butun umr davomida saqlanib qolishi va bola uchun noqulayliklar tug'dirishi mumkin.

Adabiyotlar ro'yxati

1. Manba: Wikipedia <https://share.google/vDmwSP1CynyPZdn5>
2. Manba: med24.uz <https://share.google/Vl72l1mnSTayHfl14>
3. Manba: inLIBRARY <https://share.google/o2RCD6WgXpQhL0aAm>