

Феруза Собирова
**Ҳомиладорлик
бахти**



ФЕРУЗА СОБИРОВА

ҲОМИЛАДОРЛИК
БАХТИ

Янгиаср авлоди

УЎК: 61.8.2-84

КБК: 57.16

С – 74

Собирова, Феруза

Ҳомиладорлик бахти / Ф.Собирова. –Т.: Янгиаср авлоди, 2015.
– 36 б.

ISBN 978-9943-27-305-4

Аёлнинг бахти фарзанд билан тўқис бўлади. Соғлом бола нафақат оиланинг, балки жамиятнинг ҳам асоси ҳисобланади. 2014 йилнинг Давлатимиз раҳбари томонидан «Соғлом бола йили» деб номланиши бежиз эмас. Бола тарбияси ва парваришига давлат сиёсати даражасида эътибор қаратилиши ёш авлоднинг жисмонан ва маънан баркамоллиги нечоғлик муҳим эканлигидан дарак беради. Бу борада асосий масъулият оналар зиммасига тушар экан, аввало болани соғлом дунёга келтириш масаласига алоҳида эътибор қаратиш лозим. Мазкур китобчада айнан шу борада сўз юритилади. Қимматли маслаҳатлар ва тавсиялардан иборат ушбу рисола асосан оналик оstonасидаги аёллар учун мўлжалланган.

УЎК: 61.8.2-84

КБК: 57.16

Тақризчи:

О.Ф.ЮСУПОВ,

Тошкент тиббиёт академияси ўқув маркази
директори

ISBN 978-9943-27-305-4

© Собирова Феруза, «Ҳомиладорлик бахти». «Янги аср авлоди»,
2015 й.

1. ҲОМИЛАДОРЛИК ОСТОНАСИДА

Фарзандни дунёга келтиргунча ўтадиган 9 ой она учун сабр-тоат, ва синов даври бўладики, бу пайтда бўлажак она қалби, юраги остидаги жон учун қанчалик даражада “дарё” бўлишга ўзида ишонч пайдо бўлади. Бу синовдан ўтган аёлларгина, Яратганнинг буюк неъматидан баҳраманд бўладилар. Солиҳ, ақли расо, саломатлиги тўқис авлод ҳар биримизнинг дилимизда, тилимизда ҳали фарзанд кўрмасдан, ҳомиладорликдан аввалоқ бўлиши шарт! Токи, ниятларимиз ўзимизга йўлдош бўлсин! Бўлажак фарзандимиз тўрт мучаси соғ туғилсин, парваришимиз билан бақувват бўлиб етишсин, тарбиямиз билан илмли бўлсин, кўрсатган йўл-йўриғимиз билан комилликка эришсин!

Аслида аёл киши она бўлишни мақсад қилиши билан врач ҳузурига бориши тавсия этилади. Бугунги кунда “Никоҳ ва оила” марказлари томонидан жорий қилинган никоҳ олдидан ёшларни тиббий кўрикдан ўтказишнинг негизида ҳам айнан соғлом оналик ётади. Оналик остонасидаги аёллар, нафақат ёш оила бекалари, балки иккинчи, учинчи фарзанд хоҳишидаги аёллар ҳам эканлигини ҳисобга олсак, бу борада умумий хулоса беришга тўғри келади.

Энг аввал ТЕРАПЕВТ кўригидан ўтиш зарур. Аёл ўзини соғлом ҳисоблаган тақдирда ҳам қон босимини ўлчаши, умумий таҳлилларни топшириши керак. Таҳлиллар — камқонлик, буйрак, юқори қон босими каби яширин кечувчи касалликларни аниқлашга ёрдам беради. Албатта рентген текширувидан ҳам ўтинг. Агар сизда сурункали касалликлар топилса, комплекс даволанишни бошланг. Шуни эсда тутиш муҳимки, ҳомиладорликка тайёргарлик пайти касалликнинг

зўрайиши билан тўғри келмаслиги керак. Агар тегишли дори-ларни қабул қилаётган бўлсангиз, шифокорингиз билан маслаҳатлашиб, вазиятни тушунтиринг. Шунда шифокор дори миқдорини камайтириши ёки уни бошқасига алмаштириш мумкин.

ГИНЕКОЛОГ хонаси ҳам сиз кирадиган хоналарнинг энг заруридир. Авваламбор, танагизда инфекция бор-йўқлигини аниқлаш зарур. Бунинг учун қиндан ажралма (мазок) олинади. Бундан ташқари, герпес, токсоплазмоз, қизамиқ, сифилис, гепатит касалликлари учун текшириб кўриш мақсадида қон таҳлилини топширасиз. Бу касалликларнинг барчаси аввал яширин кечиб, ўзини ҳеч кўрсатмасликлари мумкин.

СТОМАТОЛОГ кўригидан ҳам ўтиш керак. Ҳомиладорликдан олдин тишлардаги ковакларни пломбалаб, даволашни зарур. Шундагина туғилажак болангизга сурункали касалликларни «мерос» қилиб бермаган бўласиз. Агар аёл 35 ёшдан ошган ёки наслда ирсий касалликлар (тутқаноқ, қандли диабет, руҳий касалликлар, гемофилия, аллергия каби) ёки ота-онаси нурланган бўлса, албатта ирсиятшунос-шифокор кўригидан ўтиш зарур.

Ҳомиладор аёлни турли стресс ҳолатларидан сақлаш ва манзарали, табиати гўзал жойларда кўпроқ сайр қилиб юришига шароит яратиб бериш, унинг асаб системасининг тинч, сокин бўлишини таъминлашга ҳаракат қилиш керак. Бу тавсия, аввало, ҳомиладор аёлларнинг ўзларига тегишлидир. Негаки, ҳомиланинг саломатлигини таъминлашда энг асосий масъул шахс – ҳомиладор аёлнинг, онанинг ўзидир.

Шуни яхши билган бўлғуси она ўз фарзандининг, у орқали авлодининг саломатлигини сақлаши лозимлигини билгани ҳолда, ўз зиммасидаги масъулиятни ҳис этиб, турли зарарли, салбий омил ва таъсиротлардан ҳомиласини асраши керак!

ХИТОЙЧА ФАРЗАНД КЎРИШ ТАҚВИМИ

Аҳоли сонининг кўплиги жиҳатидан дунёда биринчи ўринда турган Хитой тиббиётчилари муаммони ҳал қилиш учун тадқиқот ўтказишди ва натижада аёл оилада туғилажак фарзанднинг жинси учун қайсидир маънода сабабчи эканлигини аниқлашди. Бу Хитой тадқиқотчиларининг хулосаси, албатта.

Сиз жадвалга қараб, ҳомиладор аёлнинг ўғил ёки қиз туғиши мумкинлигини ҳисоблаб чиқишингиз мумкин. Ётиқ чизиқ бўйича аёл кишининг 18 дан 45 гача бўлган ёши кўрсатилган. Тик чизиқ бўйлаб фарзанднинг бўйда бўлиш ойлари акс этган. Бунда Х– ўғилни, О – қизни англатади. Мисол учун, агар аёлнинг ёши 22 да ва бола январ ойида (Хитой ой календари бўйича) бўйида бўлса, унда қиз кўради. Жадвал амалиётда текшириб кўрилган ва юксак аниқликка эришган. Хато 0,1 фоизнигина ташкил этган.

ХИТОЙЧА ФАРЗАНД КҰРИШ ТАҚВИМИ

Ойлар\ёш	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
Январ	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү
Феврал	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Март	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү
Апрел	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Май	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Июн	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Июл	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Август	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Сентябр	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Октябр	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Ноябр	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ
Декабр	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ	Ү	Қ



Bu tanishuv parchasidir. Asarning to'liq versiyasi
<https://kitobxon.com/oz/asar/2094> saytida.

Бу танишув парчасидир. Асарнинг тўлиқ версияси
<https://kitobxon.com/uz/asar/2094> сайтида.

Это был ознакомительный отрывок. Полную версию
можно найти на сайте
<https://kitobxon.com/ru/asar/2094>