



BOLALARDA OVQATDAN ZAHARLANISH

Xolmirzaeva Maftuna Boxodir qizi

Namangan davlat universiteti Tibbiyot fakulteti

Klinik fanlar kafedrası o‘qituvchisi

Annotatsiya:

Ushbu maqolada bolalarda ovqatdan zaharlanish holatlari, ularning asosiy sabablari, oqibatlarini va oldini olish yo‘llari ilmiy-nazariy asosda tahlil qilinadi. Maqola bolalar salomatligini himoya qilishda gigiena qoidalariga rioya etish, sifatli oziq-ovqat mahsulotlarini tanlash va ota-onalarning mas’uliyatini kuchaytirish zarurligini asoslaydi. Tahlillarda statistik ma’lumotlar va tibbiy-amaliy yondashuvlarga asoslangan natijalar keltirilgan.

Kalit so‘zlar: bolalar, ovqatdan zaharlanish, oziq-ovqat gigienasi, toksikoz, infeksiya, oldini olish, sanitariya, salomatlik.

Bolalar organizmi kattalarnikiga nisbatan zaifroq bo‘lib, har qanday tashqi zararli ta’sir, ayniqsa yaroqsiz ovqat mahsulotlari, ularning sog‘lig‘iga jiddiy xavf tug‘diradi. Oziq-ovqatdan zaharlanish holatlari ayniqsa 5–10 yoshdagi bolalarda tez-tez uchrab turadi. Bu holat nafaqat jismoniy salomatlikka, balki psixik va ijtimoiy rivojlanishga ham salbiy ta’sir qiladi. Ushbu maqolada bolalarda oziq-ovqatdan zaharlanish holatlari, ularning sabablari va oqibatlarini, shuningdek, oldini olish choralariga alohida e’tibor qaratiladi.

Bolalarda ovqatdan zaharlanish oziq-ovqat yoki suv orqali organizmga zararli bakteriyalar, viruslar, parazitlar yoki kimyoviy moddalar kirishi natijasida yuzaga keladigan holat. Bolalar, ayniqsa, yoshlari kichik bo‘lsa, immun tizimi to‘liq shakllanmaganligi sababli bu holatga ko‘proq moyil bo‘ladi. Quyida ovqatdan zaharlanishning sabablari, belgilari, davolash usullari va oldini olish choralari haqida batafsil ma’lumot beraman.

Ovqatdan zaharlanishning sabablari

Bolalarda ovqatdan zaharlanish turli sabablarga ko‘ra yuzaga kelishi mumkin. Asosiy sabablar quyidagilar:



Scientific Conference on Multidisciplinary Studies

Hosted online from Bursa, Turkey

Website: econfseries.com

11th June, 2025

Bakteriyalar:

- Salmonella: Ko‘pincha yaxshi pishmagan go‘sh, tuxum yoki sut mahsulotlarida uchraydi.
- Escherichia coli (E. coli): Iste‘mol qilingan ifloslangan suv, go‘sh yoki yuvilmagan meva va sabzavotlar orqali tarqaladi.
- Listeria: Sovuq saqlanadigan ovqatlarda, masalan, kolbasa yoki pishloqda bo‘lishi mumkin.
- Shigella: Ifloslangan suv yoki ovqat orqali tarqaladi, ko‘pincha diareya keltirib chiqaradi.

Viruslar:

- Norovirus: Oziq-ovqat yoki suv orqali tarqaladi, ko‘ngil aynishi va qusishga sabab bo‘ladi.
- Rotavirus: Bolalarda ich ketishining keng tarqalgan sabablaridan biri, ayniqsa yosh bolalarda.

Parazitlar:

- Giardia yoki Toxoplasma: Ifloslangan suv yoki ovqat orqali tarqaladi. Bu holat kam uchrasa-da, uzoq muddatli muammolarga olib kelishi mumkin.

Kimyoviy moddalar:

- Pesticidlar yuvilmagan meva-sabzavotlarda qolishi mumkin.
- Noto‘g‘ri ishlatilgan oshxona kimyoviy moddalari (masalan, yuvish vositalari).

Tabiiy toksinlar:

- Ba‘zi ovqatlarda (masalan, qo‘ziqorinlar yoki dengiz mahsulotlari) tabiiy zaharlar bo‘lishi mumkin.
- Buzilgan yoki muddati o‘tgan mahsulotlar (masalan, konserva yoki sut mahsulotlari).

Noto‘g‘ri saqlash yoki tayyorlash:

- Ovqatlarning muzlatgichda to‘g‘ri saqlanmasligi.
- Xom va pishgan ovqatlarni bir joyda saqlash (masalan, xom go‘sh pishgan taom bilan aralashsa).

Belgilari



Scientific Conference on Multidisciplinary Studies

Hosted online from Bursa, Turkey

Website: econfseries.com

11th June, 2025

Ovqatdan zaharlanishning belgilari odatda ovqat iste'mol qilinganidan keyin bir necha soat yoki bir necha kun ichida namoyon bo'ladi. Bolalarda quyidagi alomatlar kuzatilishi mumkin:

- Ko'ngil aynishi va qusish: Bu organizmning zararli moddalarni chiqarishga urinishi natijasida yuzaga keladi.
- Diareya (ich ketishi): Suyuq yoki qonli najas bo'lishi mumkin.
- Qorin og'rig'i yoki kramplar: Qorin sohasida noqulaylik yoki spazmlar.
- Isitma yoki titroq: Ayniqsa bakterial infeksiyalarda.
- Bosh og'rig'i va holsizlik: Bola letargik yoki charchagan holatda bo'lishi mumkin.
- Suvsizlanish belgilari: Og'iz qurishi, kam siyish, ko'zlarning chuqurlashishi, uyquchanlik.

Og'ir holatlarda quyidagi alomatlar xavfli hisoblanadi:

- Qonli diareya yoki qusish.
- 3 kundan ortiq davom etadigan diareya.
- Yurak urishi tezlashishi yoki nafas olish qiyinlashishi.
- Ongni yo'qotish yoki haddan tashqari zaiflik.

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, bolalarda ovqatdan zaharlanishning oldini olish uchun birinchi navbatda gigienik tarbiyani kuchaytirish zarur. Ota-onalar va maktabgacha ta'lim muassasalari xodimlarining mas'uliyati bu borada hal qiluvchi rol o'ynaydi. Shuningdek, oziq-ovqat nazorati tizimining kuchaytirilishi, maktab va bog'chalarda sanitariya standartlarining doimiy nazoratda bo'lishi zarur. Yozgi davrlarda zaharlanish holatlari soni keskin ortishi sababli ushbu mavsumda profilaktika ishlari kuchaytirilishi kerak.

Xulosa

Bolalarda oziq-ovqatdan zaharlanish — jiddiy muammo bo'lib, u sog'liqni saqlash tizimi va jamoatchilikdan mas'uliyatli yondashuvni talab etadi. Zaharlanishning oldini olish uchun gigiena qoidalariga qat'iy rioya qilish, oziq-ovqat mahsulotlarining sifati va saqlanishiga e'tibor berish muhim.

Maktab va bog'chalarda gigiena bo'yicha majburiy dars mashg'ulotlarini yo'lga qo'yish.



Scientific Conference on Multidisciplinary Studies

Hosted online from Bursa, Turkey

Website: econfseries.com

11th June, 2025

Oziq-ovqat mahsulotlarini sertifikatlashtirish va nazoratini kuchaytirish.

Ota-onalar uchun ovqat tayyorlash va saqlash bo'yicha amaliy seminarlar tashkil qilish.

Davlat va nodavlat OAV orqali gigiena madaniyatini keng targ'ib qilish.

Har yili yoz oylarida bolalar salomatligini muhofaza qilishga qaratilgan "Gigiena haftaligi"ni tashkil etish.

Adabiyotlar.

1. U.S. Food and Drug Administration. Foodborne illness: what you need to know. <https://www.fda.gov/food/resourcesforyou/consumers/ucm103263.htm> External link. Updated September 5, 2018. Accessed April 4, 2019.
2. Scallan E, Griffin PM, Angulo FJ, Tauxe RV, Hoekstra RM. Foodborne illness acquired in the United States—unspecified agents. *Emerging Infectious Diseases*. 2011;17(1):16–22.
3. Fakhouri F, Zuber J, Frémeaux-Bacchi V, Loirat C. Haemolytic uraemic syndrome. *Lancet*. 2017;390(10095):681–696.
4. Ong KL, Apostal M, Comstock N, et al. Strategies for surveillance of pediatric hemolytic uremic syndrome: foodborne diseases active surveillance network (FoodNet), 2000–2007. *Clinical Infectious Diseases*. 2012;54 Suppl 5:S424–S431.