



TURLI KASALLIKDAGI BEMORLARNI PARHEZ BILAN DAVOLASH

Ismoilova Shaxlo Shoakbar qizi,

Abduraximova Nafasot Abduraximovna

Samarqand Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchilari

Xolmamatova Feruza Olim qizi.

Siyob Abu Ali ibn Sino nomidagi jamoat salomatligi texnikumi o'qituvchisi

Anotatsiya: Turli kasalliklarni davolash yoki ularning oldini olish maqsadida tashkil etiladigan ovqatlanish parhezona ovqatlanish yohud taom bilan davolash deb ataladi. Parhezona ovqatlanish oqilona ovqatlanishning umumiy tamoyillari asosida tashkil qilinadi va muhim oziq moddalar tarkibiga ko'ra muvozanatlangan bo'lmog'i lozim.

Kalit so'zlar: Parhezona ovqatlanish, parhez taomlari, konservalar, konsentratlar, yangi mevalar, sabzavotlar, meva sharbatlari, sut va sut mahsulotlari, gazaklar-selyodka yog'i, ivitilgan seld, o'tkir bo'lmagan pishloq, pishloq yog'i, jigar pashteti choy, sutli choy, qahva, kisel, muss, jele, asal, murabbo, jem.

TREATING PATIENTS WITH VARIOUS DISEASES WITH DIET

Annotation: Dietetic nutrition, or food therapy, is a diet designed to treat or prevent various diseases. Dietetic nutrition is based on the general principles of rational nutrition and should be balanced in terms of the composition of essential nutrients.

Keywords: Dietetic nutrition, dietetic foods, canned foods, concentrates, fresh fruits, vegetables, fruit juices, milk and dairy products, snacks - herring oil, pickled herring, non-sharp cheese, cheese oil, liver pate, tea, tea with milk, coffee, jelly, mousse, jelly, honey, jam, jam.

PARHEZ BILAN DAVOLASH, diyetoterapiya — ba'zi kasalliklar (gastrit, enterit, kolit, yara kasalligi, jigar, buyrak xastaliklari va b.)ni davolash va oldini olish



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th December, 2024

maqsadida parhezdan foydalanish. Parhez bilan davolash bilan dori-darmonlar va boshqa davo vositalari bilan birga qoʻllanadi. Parhez bilan davolash bilan qadimdan maʼlum, ammo uning ilmiy asoslari faqat 19-asrning 2 yarmida ishlab chiqiddi, bunda rus olimlari I.P.Pavlov va I.M.Sechenov yaratgan fiziologik qoidalarining ahamiyati katta boʻldi.

Turli kasalliklarni davolash yoki ularning oldini olish maqsadida tashkil etiladigan ovqatlanish parhezona ovqatlanish yohud taom bilan davolash deb ataladi. Parhezona ovqatlanish oqilona ovqatlanishning umumiy tamoyillari asosida tashkil qilinadi va muhim oziq moddalar tarkibiga koʻra muvozanatlangan boʻlmogʻi lozim. Parhez taomlarni kasalxonalarda, sanatoriylarda, parhez taomli oshxonalarida, ochiq boʻlimlarida, oʻquv korxonalari, zavod, fabrika, oliygoh va boshqa korxonalarining kasallikni oldini olish boʻlimlarida va boshqa joylarda tashkil qilish mumkin. Parhez taomidan foydalanuvchi shaxs uchun, shifokorlarning koʻrsatmalari bilan parhez yoki isteʼmol uchun ruxsat etiluvchi taom yoki mahsulotlar belgilanadi. Parhez taomlari yoki mahsulotlari oʻz xususiyati boʻyicha va kasal turi boʻyicha 1, 2, 5, 7, 9, 10, 11, 15 raqamlari bilan belgilanib, umumiy holda qoʻllaniladigan parhez dasturxonlari hisoblanadi. Parhez taomlari shifokor nazoratida isteʼmolga berilishi kerak. Koʻzda tutilgan parhez taomining isteʼmoli shifokor belgilagan vaqt mobaynida qatʼiy amalga oshirilishi kerak.

Parhez bilan davolashning asosiy prinsiplari: ovqatlanish ratsioni, rejimi va masalliqni pishirish usulini belgilashda individual yondashish; kasallikning xarakteri, bemorning axvoli va organizmning oʻziga xos xususiyatlari, ovqatning miqsor va sifat jihatdan mutanosib boʻlishi, bemorga kasalligi tufayli biror oziq modda yoki ovqat mahsulotini berib boʻlmaydigan yoki cheklab qoʻyiladigan xrlarda ratsionni oqsillar, yogʻlar, uglevodlar, mineral moddalar va vitaminlar birmuncha muvofiq keladigan qilib belgilashdan iborat. Shuning uchun Parhez bilan davolash bilan dunyoda faqat vrach maslahatiga muvofiq hamda uning kuzatuv ostida olib boriladi. Kam ovqat yeyiladigan kunlar buyurish, oson singadigan ovqat hisobiga uning sifatini cheklash, ovqatlanish rejimini oʻzgartirish, masalliq'larga maxsus pazandalik ishlovi berish usullari Parhez bilan davolash bilan dunyoda keng qoʻllanadi. Bunda ovqat ratsioni shifobaxsh va toʻyimli boʻlishi, shuningdek,



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th December, 2024

organizmning vitaminlar, mikroelementlar va biologik faol moddalarga bo'lgan ehtiyojini to'la qondirishi lozim.

To'yimli ovqatlanish organizmning kasalliklarga qarshi kurashish, shikastlangan organ va sistemalar ishini yaxshilash, moddalar almashinuvini va organizmning umumiy holatini normallashtirish imkonini beradi. Parhez bilan davolash bilan d. statsionar, sanatoriykurort va ambulatoriya sharoitida qo'llanadi.

Kam ovqat yeyiladigan kunlari biror xil oziq-ovqat mahsuloti, mas, olma, tvorog, sut kun bo'yi oz-ozdan berib boriladi. Bunday kunlarni vrach buyuradi va uning nazorati ostida davom ettiriladi. Semizlik, ateroskleroz, yurak-tomir kasalliklari, gipertoniya va b. da tuz va suyuqlikni kam iste'mol qilish hisobiga ovqat miqdor jihatidan cheklanadi.

Yeyiladigan ovqat miqdorini keskin kamaytirish faqat statsionar sharoitida yoki ma'lum davolash muassalarida mutaxassis vrach nazoratida amalga oshirilishi kerak, chunki davolashning bu usuli har kimga ham tavsiya etilavermaydi. O'z bilgicha bu usulni qo'llash man etiladi. Ba'zan butkul och qo'yish salomatlikka jiddiy putur yetkazishi va ayrim organlar (jigar, miya va b.)da tuzatib bo'lmaydigan o'zgarishlarni kel-tirib chiqarishi mumkin. Har bir organizm ochlikka har xil chidaydi, bunday jiddiy sinovga har qanday organizm ham bardosh beravermaydi. Ozishni o'ylab o'z bilgicha och yurish parhezga kirmaydi, aksincha moddalar almashinuvini buzib, kasallikka olib keladi.

Ovqat mahsulotlarini sifatiga ko'ra cheklashda ularning mexanik va kimyoviy xususiyatlari hisobga olinadi. Mexanik cheklash deganda dag'al, bad-hazm ovqat mahsulotlari yoki ularning ayrim qismlarini, mas, dag'al kletchatkaga boy bo'lgan o'simlik mahsulotlari hamda go'shtning qattiq qismlarini ovqatga ishlatmaslik tushuniladi. Ko'proq yirik tortilgan undan yopilgan non, turp, sholg'om, rediska, karam, bodring, dukkaklilar, tirikroq qilib pishirilgan bo'tqalar cheklanadi. Mexanik cheklash pazandalik ishlovi berish usulida ham qo'llana-di, ya'ni go'sht qiymalanadi (kotletlar, bitochkilar, frikadelkalar); sabzavotlar ezilgan pyure, zapekanka shaklida beriladi. Yorma (perlovka, sul, guruch va b.)dan tayyorlangan sho'rvalar eziltirib pishiriladi.

Kimyoviy cheklashda hazm bezlari sekretsijasini kuchaytiruvchi va me'daichakning motor (harakat) funk-siyasini qo'zg'atuvchi taomlar kam bula-di,



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th December, 2024

ovqat ratsionida quyuq bulyonlar (go'shtli, baliqli, sabzavotli), qovurmalar (kotletlar, bifshtekslar, qovurilgan kartoshka), usti qizartirib pishirilgan taomlar, quyuq yog'li o'tkir sardaklar, ziravorlar, tuzlangan bodring, yangi yopilgan yumshoq non, quymoqlar chiqarib tashlanadi. Suvda va bug'da pishirilgan ovqatlarda hazm bezlari sekretiyyasini kimyoviy yo'l bilan qo'zg'atuvchi moddalar bir kadar cheklangan bo'ladi. Parhez bilan davolash bilan dunyoda bemorning ahvoli, uning harakat qilish imkoniyati va kasallik xarakteriga ko'ra belgila-nadigan ovqatlanish rejimiga amal kilishga katta ahamiyat beriladi.

Bemorlar kuniga 4—5 mahal ovqatlanishi, ovqatlanish orasidagi vaqt 4 soatdan oshmasligi kerak. Ayrim hollarda davolash maqsadida bo'libbo'lib ovqatlanish rejimi tavsiya etiladi, bunda ovqat oz-ozdan tez-tez qabul qilinadi. Parhez bilan davolash bilan d. da kasallik xarakteriga moye keladigan alohida ovqatlar beriladi. O'simlik mahsulotlari — yangi sabzavotlardan tayyorlangan salatlar, qovuntarvuzlar ham parhez taomlar hisoblanadi, chunki ularda vitaminlar, fermentlar, fitonsidlar, mikroelementlar, organik kislotalar, juda foydali, semirtirib yubormaydigan qand moddalari (fruktozalar) ko'p bo'ladi. Parhez bilan davolash yangi xom sabzavot va mevalarni ko'p berish bilan ularning ishqoriy ta'siri ta'minlanib, aterosklerozga olib keluvchi atsidotik (kislotalik) uzgarishlarga barham beriladi. Hatto sog'lom kishilar hayajonlanganida, kam harakat qilganida va boshqa noxush omillar ta'sirida organizmning sabzavot va mevalarga bo'lgan ehtiyoji ortadi. Shuning uchun sabzavot va mevalar bemor hamda sog'lom kishilar hayoti uchun zarur mahsulotlardan hisoblanadi. Kishining tezgina sog'ayib ketishini ta'minlovchi moddalar ko'pgina ovqat mahsulotlarida mavjud. Ular, ayniqsa, sut mahsulotlari (kefir, prostokvasha, smetana, tvorog) da kup bo'ladi. Parhez xususiyatiga ega go'sht mahsulotlariga: yog'siz mol go'shti, tovuq, quyon go'shti va jigar kiradi. Deyarli barcha sabzavot va mevalar (turp, shovul, dukkaklilardan tashqari) parhez mahsulotlar hisobla-nadi. Zamonaviy parhez taomlarda odatdagi ovqat mahsulotlaridan keng miq-yosda foydalaniladi, lekin ular yangi va sifatli bo'lishi kerak.



International Conference on Economics, Finance, Banking and Management

Hosted online from Paris, France

Website: econfseries.com

24th December, 2024

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abu Ali ibn Sino. "Tib qonunlari". Birinchi jild. Toshkent. Abdulla Qodiriy nomidagi xalq nashriyoti. 1991.
2. Odam va uning salomatligi darsligi B.AMINOV, T.TILAVOV, O.MAVLONOV Toshkent-2014
3. O'zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
4. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Diyetologiya>
5. www.ziynet.uz
6. www.liblary.uz