

## HOMILADOR AYOLLARNING SOG‘LOM OVQATLANISHIDA AYRIM VITAMINLARNING O‘RNI

**Buranova G. B., Qarshi davlat universiteti**

**Buranov B. B., RSHTYOIM Qashqadaryo filiali pediatri**

Kalit so‘zlar: ratsion, vitamin tanqisligi, mikronutriyent, immunoferment.

Mavzuning dolzarbligi. Ma‘lumki, inson organizmidagi barcha to‘qima va hujayralarning meyoriy o‘sishi, rivojlanishi, yangilanishi hamda undagi fiziologik-biokimyoviy jarayonlarning maqsadga muvofiq ravishda borishida ovqatlanish omili alohida o‘rin egallaydi. Bu hol ayniqsa homilador ayollar hayotida juda muhim hisoblanadi. Zero homiladorlik davrida ona ratsionida nafaqat uning o‘zi uchun balki tug‘ilajak bola uchun ham (qo‘shimcha ravishda) kerakli nutriyentlar bo‘lishi lozim. [1,3,4].

Homilador ayollarning kundalik ovqati tarkibidagi ayrim suvda eriydigan vitaminlar (C, B2 va B6) tanqisligi vitamin D ning funksional yetishmovchiligini keltirib chiqaradi [3,7,10]. Rossiya Federatsiyasi sharoitida tug‘ish yoshidagi va homilador ayollar bo‘yicha olib borilgan tadqiqotlarning ko‘rsatishicha vitaminlar tanqisligi ularning yashash joyi hamda yil fasllariga bevosita bog‘liq emas ekan. Jumladan, barcha hududlarda istiqomat qiladigan tekshiriluvchilarning 5-16% ida B1, 32-39% ida B2, 7-90% ida B6, 25-48% da esa Vitamin D tanqisligi kuzatilgan [5,6, 9].

Ishning maqsadi. O‘zbekiston Respublikasining janubiy viloyatlari sharoitida (Qashqadaryo viloyati) homilador ayollarning vitamin D bilan ta‘minlanishini o‘rganish.

Material va metodika. Kuzatuvlar Qashqadaryo viloyatining Koson tumanida istiqomat qiladigan 24 nafar 21-34 yoshli homilador ayollar ustida olib borildi. Ularning amaldagi ovqatlanishi an‘anaviy anketa-so‘rov usulida o‘rganildi. Qon tarkibidagi Vitamin D konsentratsiyasi immunoferment tahlil usulida aniqlandi. Bunda o‘lchovlar zamonaviy biokimyoviy analizator (MINDRAY MR-96A (WH-92109032. SHINZHEN MINDRAY BIO-MEDICAL ELECTRONICS CO., LTD Mindray Building, Keji 12th Road South, High-Tech Industrial Park, Nashan, Shenzhen, 518057, P.R. China Shanghai International Holding Corp. GmbH (Europe) Eiffestraße 80,20537 Hamburg, Germany. Ishlab chiqargan vaqti 20.02.2019) yordamida olib borildi.

Olingan natijalar. Homilador ayollarning kundalik ovqatidagi vitamin D miqdorini o‘rganish natijalari ko‘ra, tekshiriluvchilarning kunlik ratsionidagi vitamin D miqdori ular uchun belgilangan meyor ko‘rsatkichlaridan tegishli darajada farq qiladi. Jumladan 1-trimestrda vitamin D  $1,7\pm 0,06$  mkg ni tashkil qiladi, bu meyorga nisbatan 66,0% ga kam. 2-trimestrda esa ratsiondagi vitamin D ning miqdori  $3,1\pm 0,46$  mkg ni tashkil etib, bu meyorga nisban 38% kam.

Homiladorlikning 3-trimestriga kelib ratsiondagi vitamin D ning miqdori 2-trimestrda nisbatan kamaygan. Ya‘ni, vitamin D ning miqdori  $2,3\pm 0,50$  mkg ni tashkil etadi. Bu ko‘rsatkich meyorga nisbatan o‘rtacha 50,0% kam.

Qon zardobidagi vitamin D konsentratsiyasini o‘rganish organizmning mazkur mikronutriyent bilan ta‘minlanishini ob‘yektiv baholashda muhim ko‘rsatkich bo‘lib xizmat qiladi. Shu nuqtai nazardan tekshirishlar davomida homilador ayollarning qon zardobidagi vitamin D ni konsentratsiyasi aniqlandi.

Olingan natijalarga ko‘ra mazkur vitamin konsentratsiyasi homiladorlikning 1- va 2-trimestrlarda meyor ko‘rsatkichlaridan chetga chiqmaydi. 3-trimestrda esa vitamin D konsentratsiyasi meyorning quyi chegarasidan ham kamligini ko‘rish mumkin.

Kuzatuvda bo'lgan homilador ayollarda homiladorlikning 1-trimestrida qon zardobidagi vitamin D konsentratsiyasi  $18,25 \pm 7,35$  ng/ml ga teng bo'lib, bu ham meyor darajasida ekanligini qayd qilish mumkin. Tekshiriluvchilarda qondagi vitamin D konsentratsiyasi 1-trimestrda 33,6%, 2-trimestrda 44,2% va 3-trimestrda 60,6% gacha kamayadi.

Xulosa. Olingan natijalarga ko'ra, quyidagi xulosalarga kelindi:

Homilador ayollarning Vitamin D bilan ta'minlanishi har uchchala trimestr davomida ham kamayib, bu ko'rsatkich o'rtacha 38,0-66,0% ni tashkil qiladi. O'rganilgan vitaminning qon zardobigi konsentratsiyasi har uchchala trimestrda meyorga nisbatan tegishli holda 66,4-55,8 va 39,4% ni tashkil qiladi.

Коденцова В.М., Вржесинская О.А. Витамины в питании беременных/Гинекология. 2002; 4:1.

Потехин В.А. Оптимизация питания беременных женщин в сельской местности. Автореф, дисс. на соискание ученой степени доктора мед. наук. Нижний Новгород. 2007, 27 с.

Потехин В.А. Особенности питания беременных женщин в сельской местности/ В.А. Потехин// День Российской науки. Матер науч-практич. конф-Н Новгород, 2007-С 38-39.

Извекова Е.В. Гигиеническая оценка питания беременных женщин и меры по его оптимизации (на примере центрального региона России) Автореф, дисс. на соискание ученой степени доктора мед. наук. Москва, 2009.38 с.

Рациональное питание беременных и кормящих женщин: инф. письмо/ Науч.центр акуш., гинек. и перинат. им. В.И.Кулакова; [А.К.Батурин и др.].М., 2009. 16 с.

Сидирова И.С., Унанян А.Л. Роль витаминно-минеральных комплексов при беременности и лактации. Вопросы гинекологии, акушерства и перинатологии, 2009, 8(2): 69-72.

Фролова О.А. Гигиеническое обоснование оптимизации питания беременных женщин и разработка научно-методической базы по прогнозированию и управлению факторами риска. Автореф, дисс. на соискание ученой степени доктора мед. наук. Казань, 2009.38 с.

Громова О.А., Торшин И.Ю., Тетруашвили Н.К., Лисицына Е.Ю. Систематический анализ взаимосвязи дефицита витаминов и врожденных пороков развития. Consilium Medicum. Врачебный консилиум, 2012, 14 (6): 34-40.

Михайлова О.И., Сироткина Е.А., Курчакова Т.А., Тютюнник В.Л. Профилактика гиповитаминоза при беременности. МЕДИЦИНСКИЙ СОВЕТ, 2014, №17, стр-112-116.

BG Boymuratovna, KS Kurbanovich, RY Shokirovich -[Supplying of Certain Vitamins for Pregnant Women in the Southern Regions of the Republic of Uzbekistan](#). Annals of the Romanian Society for Cell Biology, 2021. 7609–7615.

BG Boymuratovna, B Shokhsanam, P Kamola  
PROBLEMS OF RATIONALIZATION OF NUTRITION OF PREGNANT WOMEN  
NOVATEUR PUBLICATIONS INTERNATIONAL JOURNAL OF INNOVATIONS IN ENGINEERING RESEARCH AND TECHNOLOGY [IJIERT] ISSN: 2394-3696  
Website: [ijiert.org](http://ijiert.org) VOLUME 8, ISSUE 4, Apr.-2021.