



## ОИЛАДА СОҒЛОМ ТУҒРУҚНИ РЕЖАЛАШТИРИШ

**Ахунова Нилуфар Хусановна**

Тиббиёт ҳодимларининг касбий малакасини ривожлантириш маркази,  
"Олий маълумотли тиббиёт ҳамширалари" кафедра ассистенти  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.7634132>

Аннотация: Ҳар бир жамиятда оиланинг қанча ва қачон болали бўлишини назорат қилиб бориш фойдадан ҳоли эмас. Аёл киши устма-уст ҳомиладор бўлиб, вақт оралиғида бола кетидан бола кўраверса кўпинча қувватсизланиб кетади. Унинг болалари нобуд бўлишга мойил бўлади. Ушбу мақолада айнан соғлом оила ҳамда соғлом туғруқни режалаштириш бўйича керакли маълумотлар келтирилган.

Калит сўзлар: Тиббий маданият, туғилиш коэффиценти , миля тебранишлар , репродуктив , ОИТС , ихтиёрий фарзандсизлик.

Соғлом ҳаёт кечиришимиз учун ҳар биримизда тиббий маданият даражаси юқори бўлиши лозим. Зеро, касалликка чалинмасликни ҳамма ҳам истайди, фақат унинг профилактикаси ҳақида етарли билимга эга бўлиш саломатлик гарови эканини кўпчилик англаб етавермайди. ЮНЕСКОнинг Глобал Таълим Мониторинги [хисоботидан](#) олинган статистик маълумотлар шуни кўрсатадики, оналарнинг таълим даражаси фарзандлар саломатлигини, улар тўғри овқатланишини ва ўз вақтида эмланишини таъминлайди. Шу билан бирга болалар ўлими, оналар ўлими ва ОИТС касаллигини камайтиришда ҳам ёш оналардаги тиббий билим муҳим аҳамиятга эга. Бугунги кунда эрта турмуш қуриш ва ўсмир ёшдаги ҳомиладорлик муаммоси кўпчиликни безовта қилмоқда. Чунки эрта туғруқ аёлда ўлим хавфини оширади, шунингдек, она ва боланинг саломатлиги билан боғлиқ муаммоларга сабаб бўлади. Ёшлар балоғатга етар экан, жинсий муносабатлар ҳақида ноаниқ, салбий ва чалкаш хабарлар қуршовида қолмоқда. Уларни қизиқтирган мавзуда интернет саҳифалари ёки таниш-билишлардангина маълумот олиш мумкин. Бу эса жинслар ўртасидаги фарқларнинг меъёрий физиологик ҳолат эканини тушунишда қийинчилик туғдиради. Бундан ташқари, ёшлар оилавий ҳаёт, туғруқни режалаштириш, контрацептив воситалардан тўғри фойдаланиш ҳақида кам билишади. Тадқиқотлардан маълум бўлишича, Голландия, Германия ва Франция сингари давлатлардаги мактаб дастурларидан жинсий тарбия мавзуси алоҳида ўрин олгани боис, ўсмирларнинг ҳомиладор бўлиши ҳолатлари деярли учрамайди. Шунингдек, Швеция, Дания, Белгияда ҳам бу





масалага жиддий ёндашилади. Мазкур мамлакатларда тўғри йўлга қўйилган жинсий тарбия, жамиятдаги гендер роллар, гендер тенглиги масаласига тўғри муносабат туфайли мунтазам ижобий кўрсаткичлар қайд этилмоқда. Ўспиринлар орасида эрта жинсий алоқа ва бу билан боғлиқ муаммолар мавжуд бўлса-да, очиқ айтилмайди. Оила муҳитида ҳам фарзандларга бу борада тўғри тушунча берилмайди. Кўча-кўйдан олинган ҳар бир нотўғри маълумот ёшлар орасида хатарли хатти-ҳаракатлар юзага келишига сабаб бўлиши мумкин. Порнография, жинсий зўравонлик ва унинг оқибатидаги эрта ҳомиладорлик кабилар шулар жумласидандир. Ёшлар балоғатга етар экан, жинсий муносабатлар ҳақида ноаниқ, салбий ва чалкаш хабарлар қуршовида қолмоқда. Уларни қизиқтирган мавзуда интернет саҳифалари ёки таниш-билишлардангина маълумот олиш мумкин. Бу эса жинслар ўртасидаги фарқларнинг меъёрий физиологик ҳолат эканини тушунишда қийинчилик туғдиради. Бундан ташқари, ёшлар оилавий ҳаёт, туғруқни режалаштириш, контрацептив воситалардан тўғри фойдаланиш ҳақида кам билишади. Кўпинча, жинсий таълимдаги маълумотлар, хусусан, контрацепция воситасидан тўғри фойдаланишни ўргатиш ёшларни эрта жинсий ҳаёт бошлашга ундайди ва тўғри йўлдан адаштиради, дея хавфсирашади. Лекин ЮНЕСКО ўтказган тадқиқотда жаҳоннинг 87 давлатидаги амалиёт кўриб чиқилган ва жинсий тарбиянинг хулқ-атворга таъсири ҳақида қуйидаги хулосага келинган:

- дастурларнинг ҳеч бири ёшларда эрта жинсий алоқа бошланишига таъсир этмаган;
- дастурларнинг  $\frac{3}{4}$  қисми ёшларда жинсий ҳаёт бошлашга иштиёқни кучайтирмаган;
- дастурларнинг учдан бири ёшларда жинсий алоқа сони пасайишига олиб келган;
- дастурларнинг  $\frac{3}{4}$  қисмидан кўпроғи жинсий шериклар сони камайишига олиб келган;
- бирор дастур жинсий шериклар сони кўпайишига олиб келмаган.

Жинсий таълим ёшларни жинсий алоқага ундамайди. Аксинча, қарама-қарши жинс ҳақида тўғри тушунчаларни шакллантириш, қизларнинг эркакларга алданиб қолмаслиги, йигитларнинг эса аёллар ва қизларга нисбатан ҳурмат билан қараши учун уларга кенг тушунча бериш мақсадида ташкиллаштирилади. Қуйидаги муҳим далиллар жинсий таълимнинг ижобий таъсиридан далолат беради:





- Жинсий тарбия ёшларнинг жинсий ва репродуктив саломатлик тушунчаларини бойитишга олиб келади;
- Жинсий тарбия – мактаб ёки ундан ташқарида – жинсий фаолликни, ОИТС / ОИВ инфекцияси билан боғлиқ хатарларни, эрта ҳомиладорлик даражасини камайтиради;
- Жинсий тарбия фақат мактаб дастурларида эмас, балки оилада, яъни ота-оналар ҳам унда иштирок этса кўпроқ самара беради.

Бирлашган Миллатлар Ташкилоти ҳамда Жаҳон банки маълумотларига кўра, ўсмирлар ўртасидаги ҳомиладорликнинг энг паст кўрсаткичлари (2017 йилги маълумотларга кўра) 15-19 ёшдаги ҳар 1000 нафар қизга Шимолий Кореяда – 0 (тўлиқ маълумотлар йўқлиги сабабли), Корея Республикасида – 1, Хитой ва Швейцарияда – 3, Дания ва Сингапурда – 4, Бельгия, Франция, Италия, Люксембург, Швеция, Норвегия ва Кипрда эса 5 тадан тўғри келар экан. Энг юқори кўрсаткичлар Африка давлатларига тўғри келиб, биринчи учталиқ Нигерия (187), Мали (169), Чадга (161) тегишли. Ушбу манбада Ўзбекистондаги ҳолат ҳам қайд этилган: 15-19 ёшдаги ҳар 1000 нафар қизга 24 та эрта туғруқ тўғри келади. Хотин-қизлар кўмитаси тақдим этган маълумотларга кўра, 2019 йилнинг 10 ойида, Ўзбекистондаги 650 минг туғруққа 105 та эрта туғруқ тўғри келган. Бунда эрта она бўлганлар ёши 17 ёшгача ҳисобланади. Маҳалла ва оилани қўллаб-қувватлаш вазирлиги маълумотларида эса 2020 йилнинг ўтган олти ойи давомида 14-17 ёшли қизлар орасида 84 та эрта туғруқ ҳолати қайд этилган.<sup>1</sup>

XX аср давомида туғилиш коэффиценти пасайиб кетди, дастлаб секин, кейин жуда тез (1930 ва 1960 йилларда), кейин яна секинлашув билан. Ҳеч шубҳа йўқки, Россияда туғилиш даражасининг пасайиши, умуман демографик ўтиш, ривожланишнинг саноат босқичига (1860-йиллардан бошлаб) кириш билан боғлиқ эди. Ижтимоийлашуви ислоҳотдан кейинги даврда (1870-80 йилларда туғилган) юзага келган биринчи авлодлар фарзанд туғиш учун оилавий чекловларнинг ўсишига нисбатан барқарор тендентсияни намоиш этмоқда. Туғилиш коэффицентининг пасайиши, айниқса, 20-йилларнинг охирларидан эътиборан сезила бошлади ва Иккинчи Жаҳон уруши бошлангунга қадар, туғилишнинг умумий коэффиценти ўтиш давридан олдинги даврнинг деярли ярмига камайди. Шунга қарамай, Иккинчи Жаҳон Урушидан 15 йил ўтгач ҳам, РСФСРдаги даражаси замонавий стандартларга кўра анча юқори эди. 1950

<sup>1</sup> <https://davr24.uz/oz/archives/2020>





йилларнинг охирларида. туғилишнинг умумий даражаси 23% дан ошди умумий унумдорлик (аёл туғруқнинг ҳозирги интенсивлигини сақлаб, бутун ҳаёти давомида туғилиши кутилаётган болалар сони, шартли авлодлар учун туғилишнинг умумий коэффиценти) 2,7 ни ташкил этди. Нисбатан барқарорлашишга эришиш учун яна 10 йиллик пасайиш керак бўлди.

1960-йилларнинг ўрталаридан бошлаб. 1990-йилларнинг бошларига қадар. туғилишнинг умумий коэффиценти 2 атрофида ўзгариб турди. Бу бутун аҳоли учун ўртача кўрсаткичдир, бунинг ортида шаҳар ва қишлоқ аҳолиси туғилиш даражаларида сезиларли фарқлар мавжуд: қишлоқ кўрсаткичлари шаҳар кўрсаткичларидан доимий равишда юқори (ўртача 1 болага). бошқалар синхронлашда тебранади. 1960-йилларнинг ўрталарига келиб. туғилишнинг янги турига ўтишнинг биринчи босқичи тугалланди, шу билан бирга бола туғилиш жараёнининг асосий параметрлари қийматлари аксарият ривожланган мамлакатларда ўз қадриятларига жуда яқинлашди. Россияни Ғарб мамлакатларига яқинлаштирадиган янги турдаги унумдорликнинг асосий хусусиятлари:

- туғилиш коэффиценти паст даражада барқарорлаштириш, бу, қоида тариқасида, ҳатто авлодларни оддий алмаштиришни ҳам та'минламайди;
- - туғилиш коэффицентлари ўртасидаги фарқнинг аҳамиятсиз ва пасайиб кетиши ижтимоий гуруҳлар, шаҳар ва қишлоқ аҳолиси;
- - ичида бўлмаган кичик бўшлиқ ҳаёт цикли оила, унинг авлодларини шакллантириш учун зарур. Айти пайтда, туғилишнинг янги тури ривожланиб бориши билан баъзи хусусиятлар пайдо бўла бошлади, кейинчалик бу янада равшанроқ бўлди.

Аёлларнинг ҳақиқий авлодлари билан боғлиқ кўрсаткичларни таҳлил қилиш туғилишнинг нисбатан паст даражада барқарорлашишини тасдиқлайди. Шундай қилиб, ХХ асрнинг 20-йилларида туғилган аёллар ўртача 2,2 болага эга эдилар, 1940-йилларнинг авлодлари - 1,8-1,9, 1950-йилларнинг авлодлари - 1,9, яъни "болалар" авлодлари "ота-она" авлодлари қиёфасида ва ўхшашида ўз оилаларини шакллантирдилар. Бундан ташқари, 1947 йилдан кейин 50-йилларнинг охиригача туғилган аёлларнинг барча авлодларида жами туғилишнинг енгил ўсишига мойиллик устун келди. 80-йилларда туғилиш коэффиценти белгиланган, кейин миля тебранишлар, 1979-80 йилларда туғилишнинг умумий коэффиценти урушдан кейинги даврда энг паст даражага - 1.89 га тушиб





кетди, 1986-1987 йилларда у 1961 йилда энг юқори даражага кўтарилди - 2.20, 1990 йилда эса яна 1980 йилларнинг бошига кўтарилди. Коэффициентнинг ўсишига ҳал қилувчи ҳиссани 20-24 ёшдаги аёллар кўшдилар йил - уларнинг туғилиш даражаси 1980 - 1987 йилларда айниқса ошди. Кўпгина аёллар, одатда ёшлигида, иккинчи ва учинчи фарзандларини туғдилар. Туғилиш тақвимидаги бундай силжиш 1981 йилда демографик сиёсат чораларининг киритилиши билан боғлиқ бўлиб, унга кўра ишчи ва талаба оналар ижтимоий имтиёزلардан (биринчи навбатда, та'тилдан фойдаланганлар. Тақвимдаги силжиш ҳозирги туғилиш коэффициентининг ўсишини эмас, балки уларнинг кейинги кескин пасайишини ҳам тушунтиради). Доимий равишда паст туғилиш шароитида "режалаштирилган" туғилишни кечиктириш ҳар доим бир неча йил ўтгач ставкаларнинг деярли автоматик равишда пасайишини англатади, чунки ота-оналар кўпроқ фарзанд кўришни ният қилмаганлар. Мамлакатдаги инқирозли вазият ҳам туғилиш динамикасига маълум даражада таъсир кўрсатмоқда. Аммо унинг авлодлар туғилишининг якуний кўрсаткичларига таъсири ҳали ҳам заиф даражада аниқланмоқда, уни ривожланган мамлакатларга хос туғилиш даражасининг пасайиш тенденциясидан ажратиш қийин. Инқирозлар туғилишни (асосан иккинчи болани) уларни бутунлай тарк этишдан кўра кечроқ вақтга қолдиради; агар инқироз чўзилса, туғилишнинг кейинга қолдирилиши бир қатор авлодларда наслнинг якуний ҳажмининг маълум даражада пасайишига олиб келиши мумкин. Тизимли ижтимоий-иқтисодий инқирозни бартараф этгандан сўнг, Россия аҳолиси, эҳтимол, туғиш ва турмушнинг аввалги моделига қайтмайди. Уч хил хулқ-атворнинг анъанавий равишда бирлашиши - жинсий, никоҳ ва репродуктив - ниҳоят ўтмишга айланиб бормоқда. Жинсий фаолиятнинг эрта бошланиши никоҳни зудлик билан рўйхатдан ўтказиш билан бирга бўлмайди, болалар туғилиши тобора ортиб борадиган ёшга тўғри келади, чунки ёшлар ижтимоий ва иқтисодий мустақилликка эришадилар, туғилиш ўртасидаги интерваллар ҳам меҳнат бозоридаги вазиятга ва уй-жой муаммоларини ҳал қилиш имкониятларига мос равишда кўпаяди. ...

Болалар сони ва туғилиш вақтини оилада қатъий тартибга солиш шароитида, контрацепция воситаларини самарали ҳимоя қилиш, режадан ташқари тушунчалардан ҳимоя қилиш жуда муҳимдир. Россия Федератсияси оилани режалаштириш воситалари ва усулларининг қоқоқ тузилиши билан ажралиб туради; у ҳали ҳам "контрацептив инқилоб" ни





бошдан кечирмоқда - 80 фоиздан юқори ишончилиги билан концепцияларни тартибга солишнинг замонавий воситаларига катта ўтиш; 40-50% шериклар замонавий самарали контрацептив воситалардан фойдаланадилар, бу борада энг ривожланган мамлакатларда - 60-80%.

Саноати ривожланган мамлакатларда туғиш ёшидаги аёлларнинг улғайиши ва кексайиб бориши соғлиқ учун хавfli ҳисобланади. Аммо янги тадқиқотлар шуни кўрсатадики, кеч ҳомиладорликнинг фойдаси кутилганидан юқори. Аёл неча ёшда ҳомиладор бўлади ва қанча бола туғади, мунозара учун ҳар доим яхши материал. Кўплаб тадқиқотлар шуни кўрсатдики, онанинг ёшига қараб болаларнинг соғлиғига хавф туғдиради. Масалан, аёл қанча кеч ҳомиладор бўлса, бола Даун синдроми билан туғилиши ёки умри давомида Алтсгеймер касаллиги, гипертония ёки диабет билан касалланиш хавфи шунчалик юқори бўлади.

Кўпроқ [сўнги пайтларда](#) оилани режалаштириш ва туғилишга эътибор беришни бошлади, ҳатто янги атамалар пайдо бўлди: чақалоқларни бошқариш, контрацептсия калкулятори ва бошқалар. Айни пайтда, Европа олимларининг илмий тадқиқотларига кўра, Германия ва Буюк Британияда аёлларнинг биринчи туғилишидаги ўртача ёши тахминан 30 ёшни ташкил этади. Шветсияда 35 ёшдан ошган кекса оналарнинг улуши аллақачон тўртдан биридан ошади. Кўпгина беморлар ушбу кеч ҳомиладорликни хавfli деб билишади. Аммо янги узоқ муддатли тадқиқотлар шуни кўрсатадики, оналар ёши ва бола саломатлиги ўртасидаги муносабатлар анча мураккаб бўлиб, олимларнинг асосий хулосаси: улғайган ёшда туғруқни бошидан кечирган оналарнинг болалари, ҳатто ташқи шароитларни таъминлаш шарти билан, ёш оналардан туғилган болалардан кўра соғломроқ бўлишлари мумкин.

#### **Фойдаланилган адабиётлар:**

1. Ўзбекистон Республикаси конституцияси. Тошкент, "Ўзбекистон" 1992 й.
2. "Ўзбекистон Республикаси фуқаролар соғлиғини сақлаш тўғрисидаги қонуни", Тошкент, 1996 й 29 август.
3. Республика аҳолисининг саломатлик сақлаш муассасаларининг 1998 й тахлили. Тошкент, 1999 й.
4. Искандарова Т.И, Маматқулов Б.М.-Санитария-статистика. Тошкент, 1999 й.
5. Лисицин Ю.П, Руководства по социальной гигиене и организации здравоохранения, 1987, т. 1. 119-314.

