



EOC
EUROASIAN
ONLINE
CONFERENCES

ENGLAND CONFERENCE

**INTERNATIONAL CONFERENCE ON
MULTIDISCIPLINARY STUDIES AND
EDUCATION**



Google Scholar





INTERNATIONAL CONFERENCE ON MULTIDISCIPLINARY STUDIES AND EDUCATION: a collection scientific works of the International scientific conference – London, England, 2026. Issue 6

Languages of publication: Uzbek, English, Russian, German, Italian, Spanish

The collection consists of scientific research of scientists, graduate students and students who took part in the International Scientific online conference «**INTERNATIONAL CONFERENCE ON MULTIDISCIPLINARY STUDIES AND EDUCATION**». Which took place in London 2026.

Conference proceedings are recommended for scientists and teachers in higher education establishments. They can be used in education, including the process of post - graduate teaching, preparation for obtain bachelors' and masters' degrees. The review of all articles was accomplished by experts, materials are according to authors copyright. The authors are responsible for content, researches results and errors.





BIR YOSHGACHA BO'LGAN BOLALARNI OVQATLANTIRISHNING DOLZARB MASALALARI

G'aniyeva To'xtaxon

Qo'qon JST hamshiralik ishi kafedrasasi o'qituvchisi

Elektron pochta : g'aniyevato'xtaxon@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu tezisda bir yoshgacha bo'lgan bolalarni ratsional va muvozanatli ovqatlantirishning zamonaviy muammolari tahlil qilingan. Ko'krak suti bilan boqishning ahamiyati, qo'shimcha ovqatlarni (prikorm) kiritish muddatlari va yo'l qo'yiladigan asosiy xatolar ko'rib chiqilgan. Bolalar salomatligini mustahkamlash bo'yicha amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: go'daklar, ko'krak suti, qo'shimcha ovqat, gipogalaktiya, ratsional ovqatlantirish, nutritsiologiya.

Kirish. Hayotning birinchi yilida bolaning o'sishi va rivojlanishi juda tez sur'atlar bilan kechadi. Bu davrda to'g'ri ovqatlantirish nafaqat jismoniy rivojlanishni, balki bolaning kelajakdagi intellektual salomatligi va immunitet tizimini ham belgilab beradi. So'nggi yillarda sun'iy aralashmalarning ko'payishi va noto'g'ri qo'shimcha ovqatlantirish oqibatida go'daklar o'rtasida kamqonlik (anemiya), raxit, semizlik va allergiya kasalliklari ko'p kuzatilmoqda. Shu sababli, go'daklarni ovqatlantirishni optimallashtirish zamonaviy pediatriyaning eng dolzarb masalalaridan biridir.

Tadqiqot maqsadi. Bir yoshgacha bo'lgan bolalarni ovqatlantirishda amaliyotda uchrayotgan asosiy xatoliklarni aniqlash va ratsional ovqatlantirish tamoyillarini takomillashtirish.

Material va usullar. Tadqiqot davomida 2024–2025-yillarda shahar oilaviy poliklinikalarida nazoratda turgan 60 nafar 1 yoshgacha bo'lgan bolalar va ularning onalari o'rtasida anketalashtirish o'tkazildi. Onalarning bolani emizish rejimi, qo'shimcha ovqat kiritish muddatlari va mahsulotlar ketma-ketligi o'rganildi va statistik tahlil qilindi.

Natijalar va ularning muhokamasi. Tahlillar natijasida quyidagilar aniqlandi:



Kuzatilgan onalarning faqat 52% qismi bolani 6 oygacha faqat ko'krak suti bilan boqqan. Gipogalaktiya (sut kamligi) sababli 28% holatda sun'iy aralashmalar asossiz ravishda erta kiritilgan.

Onalarning 35% qismi qo'shimcha ovqatlarni (prikorm) juda vaqtli (4 oydan oldin) yoki kech (7 oydan keyin) boshlagan.

Birinchi qo'shimcha ovqat sifatida asosan tayyor suli bo'tqalari (kashalar) berilgan bo'lib, sabzavotli pyurelar chetda qolib ketgan. Bu esa keyinchalik bolalarda qabziyat va ortiqcha vazn vaziyatlariga sabab bo'lgan.





Bolalarning **15%** qismida noto'g'ri ovqatlantirish oqibatida yengil darajadagi temir tanqisligi anemiyasi va allergik dermatit belgilari kuzatildi.

Xulosa

1. Bir yoshgacha bo'lgan bolalarni ovqatlantirishda onalarning tibbiy va nutritsiologik savodxonligini oshirish zarur.
2. Bolani kamida 6 oygacha faqat ko'krak suti bilan boqishni targ'ib qilish gipogalaktiyaning oldini oladi.
3. Qo'shimcha ovqatlarni individual yondashuv asosida, 6 oydan boshlab, sabzavotli pyurelar yoki glyutensiz bo'tqalar bilan ketma-ketlikda kiritish go'daklar salomatligini ta'minlashning asosiy omilidir.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (JSST). Go'daklar va kichik yoshdagi bolalarni ovqatlantirish bo'yicha global strategiya. – Jeneva, 2021.
2. Axmedova D.R., SHamsiyev F.S. Pediatriya va bolalar parvarishi (Darslik). – Toshkent: "Medicina", 2022. – B. 112-125.
3. Voronsov I.M., Mazurin A.V. Spravochnik po detskoj diyetetike. – Moskva: Meditsina, 2019. – S. 88-94.
4. Karimov J.A. "Go'daklik davrida qo'shimcha ovqatlantirish muddatlarining bolalar rivojlanishiga ta'siri". O'zbekiston Tibbiyot Jurnal, 2023, №4, B. 45-49.

