



**MAKTAB YOSHIDAGI BOLALAR D VITAMINI YETISHMOVCHILIGIDA  
KLINIK VA LABORATOR O'ZGARISHLAR**

**Ergasheva Yulduz Sultonovna**

Buxoro Davlat Tibbiyot Instituti

Bolalar kasalliklari propedevtikasi va bolalar nevrologiyasi kafedrası assistenti

[yulduzergasheva777@gmail.com](mailto:yulduzergasheva777@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqola maktab yoshidagi bolalarda D vitamini yetishmovchiligining klinik va laborator o'zgarishlarini o'rganishga bag'ishlangan. D vitamini tanada kaltsiy va fosforning so'rilishi, suyaklar va immun tizimining normal ishlashida muhim rol o'ynaydi. Maqolada D vitamini yetishmovchiligining asosiy klinik belgilaridan, shu jumladan suyaklar deformatsiyasi, o'sishning sekinlashishi va immun tizimining zaiflashishi haqida batafsil ma'lumot berilgan. Shuningdek, laborator tahlillar orqali bu kasallikni aniqlash usullari, masalan, qon tarkibidagi D vitamini darajasini o'lchash, kaltsiy va fosfor miqdorini baholashga e'tibor qaratilgan. Maqola D vitamini yetishmovchiligining oldini olish va davolash bo'yicha amaliy tavsiyalarni ham o'z ichiga oladi, bu esa bolalar salomatligini yaxshilashga xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar:** D vitamini, yetishmovchilik, maktab yoshi, klinik belgilar, laborator tahlillar, suyaklar deformatsiyasi, o'sish sekinlashishi, immun tizimi, kaltsiy, fosfor, bolalar salomatligi, davolash usullari.

**Kirish.**

D vitamini inson organizmi uchun juda muhim bo'lib, suyaklar va tishlarning mustahkamligini ta'minlashda, shuningdek, immun tizimining normal faoliyatini saqlashda muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, maktab yoshidagi bolalar uchun D vitamini yetarli miqdorda bo'lishi zarur, chunki o'sish va rivojlanish jarayonlarida bu vitaminning ta'siri alohida ahamiyatga ega. D vitamini yetishmovchiligi bolalarda turli xil sog'liq muammolariga, jumladan, suyaklarning deformatsiyasi, o'sishning sekinlashishi, immun tizimining zaiflashishi kabi holatlarga olib kelishi mumkin. Bu muammo nafaqat bolalar orasida, balki butun dunyo bo'ylab keng tarqalgan. Maktab yoshidagi bolalarda D vitamini yetishmovchiligi odatda klinik belgilari aniq ko'rinmasligi yoki oson aniqlanmasligi sababli uzoq muddat davomida e'tibordan chetda qolishi mumkin. Biroq, vaqtida aniqlanib, to'g'ri davolash choralari ko'rilmasa,





bu holat bolaning sog'lig'iga jiddiy zarar yetkazishi mumkin. Ushbu maqola D vitamini yetishmovchiligini aniqlash va davolashning asosiy usullari, shuningdek, bolalar organizmida yuzaga keladigan klinik va laborator o'zgarishlarni tahlil qilishga bag'ishlangan. Maqolada D vitamini yetishmovchiligining bolalardagi o'sish, suyak tuzilishi va immun tizimiga ta'siri, shuningdek, ushbu holatni aniqlashda qo'llaniladigan laborator tahlillar haqida batafsil ma'lumot beriladi. Maqsad – D vitamini yetishmovchiligining oldini olish va davolash bo'yicha amaliy tavsiyalarni taqdim etishdir.

### **Asosiy qism.**

#### 1. D vitamini va uning organizmda tutgan o'rni

D vitamini organizm uchun juda muhim bo'lib, uning asosiy vazifalari orasida kalsiy va fosforning organizmda so'rilishini boshqarish, suyak va tishlarning normal rivojlanishini ta'minlash, shuningdek, immun tizimini mustahkamlash kiradi. D vitamini, asosan, quyosh nuri yordamida teri orqali sintezlanadi, ammo oziq-ovqat mahsulotlari orqali ham olinishi mumkin. D vitamini yetishmovchiligi tanada kalsiy va fosforning yutilishiga to'sqinlik qilishi, bu esa suyaklarning zaiflashishiga olib keladi. Bolalarda bu holat suyaklar deformatsiyasi va o'sishning sekinlashishiga sabab bo'lishi mumkin.

#### 2. D vitamini yetishmovchiligining klinik belgilari

Maktab yoshidagi bolalarda D vitamini yetishmovchiligi klinik jihatdan turli ko'rinishlarda ifodalanadi. Eng keng tarqalgan alomatlar orasida suyaklarda og'riq, mushaklar zaifligi, o'sishning sekinlashishi, suyaklarning egilishi yoki deformatsiyasi mavjud. Bu holatlar "rahit" deb nomlanuvchi suyak kasalligi bilan bog'liq bo'lishi mumkin, u bolalar organizmida D vitamini yetishmovchiligi natijasida yuzaga keladi. Boshqa klinik belgilar esa immun tizimining zaiflashishi, tez-tez kasallanish, charchoq va uyqusizlik kabi holatlar bo'lishi mumkin.

#### 3. Laborator tahlillar orqali D vitamini yetishmovchiligi aniqlanishi

D vitamini yetishmovchiligi laborator tahlillar yordamida aniqlandi. Eng asosiysi, qondagi 25-hidroksi vitamin D (25(OH)D) darajasini o'lchashdir. D vitamini darajasi past bo'lgan bemorlarda, odatda, kalsiy va fosforning qon tarkibi ham o'zgarishi mumkin. Bu laborator tahlillar yordamida D vitamini yetishmovchiligi darajasini aniqlash va davolash strategiyasini belgilash mumkin. Bundan tashqari, suyak rentgenografiyasi, ultratovush tahlillari va boshqa suyak tahlillari ham suyaklar tuzilishini tekshirishda qo'llanilishi mumkin.





#### 4. D vitamini yetishmovchiligi va uning bolalar salomatligiga ta'siri

D vitamini yetishmovchiligi bolalar organizmida bir qancha salbiy ta'sirlarni keltirib chiqarishi mumkin. O'sishning sekinlashishi va suyaklarning noto'g'ri rivojlanishi bolalarda uzoq muddatli invalidlikka olib kelishi mumkin. D vitamini yetishmovchiligi immun tizimining zaiflashishiga, organizmning turli infeksiyalarni yuqtirishiga va kasalliklarga qarshi kurashish qobiliyatining pasayishiga olib keladi. Shu bilan birga, bu holat bolalarning psixomotor rivojlanishini ham sekinlashtirishi mumkin, chunki ularning energiya darajasi past bo'ladi va ular o'z faoliyatlarida cheklangan bo'lishi mumkin.

#### 5. D vitamini yetishmovchiligining oldini olish va davolash

D vitamini yetishmovchiligining oldini olish uchun birinchi navbatda quyosh nurlaridan to'g'ri foydalanish, ya'ni bolalar uchun etarli darajada ochiq havoda bo'lish zarur. Bundan tashqari, D vitamini bilan boyitilgan oziq-ovqat mahsulotlari, masalan, sut mahsulotlari, baliq va tuxum, kundalik ratsionga kiritilishi lozim. Agar D vitamini yetishmovchiligi aniqlansa, shifokor tomonidan tavsiya etilgan dozada D vitamini preparatlari qabul qilinishi kerak. Odatda, D vitamini preparatlari suyuqlik yoki kapsula shaklida beriladi va davolash kursi bir necha hafta davom etishi mumkin. Shuningdek, bolalar salomatligini yaxshilash uchun muntazam ravishda monitoring o'tkazilishi zarur.

#### **Xulosa:**

Maktab yoshidagi bolalarda D vitamini yetishmovchiligi global miqyosda keng tarqalgan muammo bo'lib, uning salbiy ta'siri organizmning rivojlanishi va sog'lig'iga jiddiy zarar yetkazishi mumkin. D vitamini yetishmovchiligi bolalarda suyaklarning deformatsiyasi, o'sishning sekinlashishi va immun tizimining zaiflashishiga olib keladi. Klinik va laborator tahlillar yordamida ushbu holatni aniqlash va davolash jarayonini samarali amalga oshirish mumkin. D vitamini yetishmovchiligi oldini olish uchun quyosh nurlaridan etarlicha foydalanish, to'g'ri ovqatlanish va zarur vitaminlar bilan boyitilgan mahsulotlarni iste'mol qilish muhim ahamiyatga ega. Davolash esa D vitamini preparatlari yordamida amalga oshiriladi, bu esa bolalarning sog'lig'ini tiklashga va ularning to'g'ri o'sishiga yordam beradi. Shu sababli, D vitamini yetishmovchiligi bo'yicha ijtimoiy va tibbiy e'tiborni kuchaytirish, bola salomatligini yaxshilashga qaratilgan dasturlarni joriy etish zarurdir. Ularning rivojlanishida va sog'lig'ida ijobiy o'zgarishlar yaratish uchun har tomonlama ko'mak va ilmiy asoslangan yondashuvlar zarur.





**Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. M. N. S. Nurmatov. D vitamini va uning inson organizmidagi roli. Tibbiyot jurnali, 2020, 45(3), 21-30.
2. R. K. Ismailov. Bolalarda D vitamini yetishmovchiligi: klinik va laborator tahlillar. Pediatriya va bolalar kasalliklari, 2019, 12(2), 45-50.
3. G. A. Mirzaeva. Bolalar salomatligini saqlashda D vitamini ahamiyati. Sog'liqni saqlash ilmi, 2021, 67(4), 109-116.
4. T. S. Abdullaeva. O'sish jarayonlarida D vitamini yetishmovchiligining ta'siri. Pediatrik ilmiy ishlanmalar, 2018, 8(1), 34-40.
5. K. S. Karimov, A. I. To'xtashov. D vitamini va uning kasalliklarning oldini olishdagi roli. Sog'liqni saqlash va tibbiyot, 2022, 39(5), 17-25.
6. M. V. Zayniddinov. D vitamini yetishmovchiligining klinik belgilarini aniqlash va davolash. Yangi tibbiyot, 2020, 55(6), 62-69.
7. World Health Organization (WHO). Global prevalence of vitamin D deficiency in populations with specific health needs. WHO Report, 2017.
8. N. F. Yusupov. Immun tizimi va D vitamini. Immunologiya va allergologiya, 2019, 22(3), 50-56.

