

РОЛЬ ПЕДИАТРОВ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ

Худоярова Г. Н.
Муродуллаев Дилшод
Бойкулов Сардор
Хандамов Санжар

Самаркандский государственный медицинский университет
<https://doi.org/10.5281/zenodo.10320916>

Аннотация. Обучение вопросам питания. Поликлиники могут предлагать программы обучения правильному питанию для родителей и детей, уделяя особое внимание важности сбалансированного питания. Они могут дать рекомендации по размеру порций, соответствующему возрасту, включению фруктов и овощей, а также ограничению употребления сладких и обработанных пищевых продуктов. Нас сейчас не может удовлетворить то понимание профилактики, которое включает в себя только предупреждение развития заболевания. Проблемы семьи и здорового образа жизни остаются крайне актуальными для нашей страны. Острота демографической ситуации, связанная в основном с кардинальными социально-экономическими переменами последних десятилетий, напрямую затрагивает жизненные интересы всего российского общества.

Ключевые слова: динамика, профилактика, здоровья ребенка, воспитания, способность, степень, питание.

Введение. Жизнь детей большую часть времени проходит в семье, поэтому их здоровье испытывает на себе весь комплекс благоприятных и неблагоприятных влияний, определяемых образом жизни их родителей. Здоровье ребенка в большой степени зависит от здоровья родителей. В последние годы широко стала применяться антенатальная профилактика. При этом полученные нами данные доказывают, что правильно питаясь, регулярно чередуя труд и отдых, избегая различные вредные воздействия внешней среды мать может «управлять» развитием здорового будущего ребенка. Загипнотизированные понятием «динамичность века» некоторые родители спешат обучить своего ребенка чуть ли не 2-3 летнего возраста грамоте, счету, заставляют заниматься иностранными языками, гимнастикой. Этого не следует делать слишком рано, развитие одних способностей неизбежно идут в ущерб других. А возместить то, что было упущено в детстве, иногда бывает нелегко. Растить ребенка необходимо в обстановке спокойной, естественной, разумной среде.

Целью исследования. Роль педиатров в формировании здорового образа жизни у детей

Материалы и методы. Для исследования нам понадобятся 26 ребят от 3 до 6 лет. Вопросы воспитания детей в семье сложны и многообразны. От родителей требуется большие познания, вдумчивость, умение принимать индивидуальный подход к своему ребенку. Для реализации поставленных задач были разработаны этапы проведения обследования и реабилитации детей. В Центр здоровья дети 6 лет и старше направлялись: по инициативе родителей; после пребывания в стационаре по поводу острого заболевания; по рекомендации врача педиатра или медицинских работников образовательных учреждений. Существует метод, который, во всяком случае для

первых лет жизни ребенка, можно назвать универсальным, ибо оно одинаково способствует и укреплению здоровья ребенка и правильному его воспитанию.

Результаты и обсуждение. Установлено, что среди детей, имеющих отклонения в здоровье, практически каждый третий ребенок ведет нездоровый образ жизни, тогда как в контрольной группе таких детей насчитывалось. Это- соблюдение режима дня. Ребенка необходимо вовремя и правильно кормить, укладывать спать, выносить на прогулку и такая постоянная соразмерность создает наилучшие условия для жизнедеятельности организма. В отношении детей, которые ведут частично здоровый образ жизни, существенных различий не выявлено как среди тех, кто не всегда соблюдает здоровый образ жизни, так и среди детей, которые выполняют рекомендации по здоровому образу жизни не в полном объеме. Всем этим достигается двойная польза: одна, состоящая в том, чтобы с самого раннего возраста выработался твердый характер, другая- чтобы такое развитие положительно влияло на его здоровье. Колыбельные песни матери, общение матери с ребенком, находящимся еще в чреве матери, благоприятно действует на психическое развитие будущего ребенка. Таким образом, изучение социально-гигиенической характеристики детей, имеющих отклонения в здоровье, позволило выявить наиболее значимые элементы образа жизни данной группы, а также особенности образа жизни их семей. К этим элементам относятся: неблагоприятные анамнестические данные (заболевания матери во время беременности, осложнения во время беременности, возраст матери), несоблюдение в семье здорового образа жизни, невысокий уровень медицинской активности. Полученные данные свидетельствуют о необходимости пропаганды здорового образа жизни, информирования родителей о факторах риска возникновения заболевания.

Заключение. Уделяя внимание этим аспектам, поликлиники могут внести существенный вклад в формирование здорового образа жизни у детей, направив их на путь к пожизненному благополучию. Особое значение в оздоровлении детей имеет организация центров здоровья, которые позволят не только выявить заболевания на ранних стадиях скрининговыми методами, но и проводить профилактику, повышать медицинскую активность родителей и детей, воспитывать мотивирование личной ответственности за свое здоровье, консультировать по вопросам сохранения и укрепления здоровья, включая рекомендации по коррекции питания, двигательной активности, занятиям физической культурой и спортом, режиму сна, условиям быта, учебы и отдыха, разрабатывать индивидуальную программу по ведению здорового образа жизни.

References:

1. Xudoyarova G.N., Abdusalomova F.O., & Tolibova J.J. (2023). SHIFOXONADA PNEVMONIYA KASALLIGINING KLINIK KECHISHI. OBRAZOVANIE NAUKA I INNOVACIONNYYE IDEI V MIPE, 33(2), 18–23. Retrieved from.
2. Вахидова А.М., Худоярова Г.Н., & Саъдуллаев Лазизбек. (2023). ВАКЦИНАЦИЯ ПРИ МЕНИНГОКОККОЙ ИНФЕКЦИИ. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 33(2), 24–26. Retrieved from
3. Khudoyarova Gavhar Nurmamatovna, Vakhidova Adolat Mamatkulovna. THE VALUE OF THE BLOOD GROUP IN ECHINOCOCCOSIS Teikyo Medical Journal 1 (Volume 46, Issue 01),

7611-7616

4. X.G. Нурмаматовна. ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ ОСТРОЙ ПНЕВМОНИЕЙ У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА В САМАРКАНДСКОМ ОБЛАСТИ. "Экономика и социум" 112 (9), 6
5. Zbrziyat Muratova Adolat Vahidova , Gavhar Xudoyorova . Efficacy of lymphotropic administration of bactox (amoxicilin) in the treatment of chronic pneumonia in children . Журнал The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research. Volume 04 Страницы 4-6. 2022.
6. Bobokandova M.F.Xudoyarova G.N. Vaxidova A.M. Kattalarda tillarang stafilokokk infeksiyasi va uning antibiotikka sezgirligi. Перспективные задачи разработки и внедрения инновационных технологий и ветеринарии и животноводстве международная научно-практическая конференция 14-15 октября 2022 г 34-39 стр.
7. Вахидова А.М., Муратова З.Т., Худоярова Г.Н. Плазмокоагулирующее и гемолитические способности штаммов золотистых стафилококков, взятых из содержимого эхинококковых пузырей. Scientific progress. volume 2 | 1 | 1 май 2021.
8. Xudoyarova G.N. (2023). TITANIUM DIOKSIDINING ORGANIZMGA TA'SIR MEXANIZMI. Лучшие интеллектуальные исследования, 8(3), 91–94. Retrieved from.



INNOVATIVE
ACADEMY