

HOMILADORLIKDAGI TOKSIKOZ ASLIDA NIMA?**Burxoniddinova Ismirabonu Iskandar qizi**

Toshkent davlat tibbiyot universitetining 4-bosqich talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17791955>

Annotatsiya. Ushbu maqolada homiladorlikdagi toksikozning sabablari, uning turlicha ko'rinishlari, uchrash ehtimolligi kimlarda yuqorilgi, uni yengillashtirishning usullari haqida so'z boradi.

Kalit so'zlar: progesteron, estrogen, helicobacter pylori, sezuvchanlik, homila jinsi, ruhiy holat, hCG gormoni.

Homiladorlik haqida xabar topilishi bilan beriladigan ilk savol: "Toksikozingiz qanday o'tyapti?"

Xo'sh, aslida toksikoz nima? Toksikoz- "toksin", ya'ni zahar so'zidan kelib chiqqan bo'lib, tanada yangidan paydo bo'lgan jismlarni-embriyon va uning vaqtinchalik tuzilmalarini (yo'ldosh, kindik tomirlari...) begona sifatida, ya'ni zahar sifatida qabul qilishidir.

Shu sababli ham homiladorlikdagi toksikoz holatlari 1-trimestrda, jarayonning ilk 3 oyligida yaqqolroq namoyon bo'lib, keyingi oylarda uning nisbatan yengillashishi tana yangi tuzilmalarni qabul qilib borishi bilan izohlanadi.

Homiladorlik toksikozi – ko'ngil aynishi, hidlarga yuqori sezuvchanlik, kuchli tana bo'shashishi, hissiy ta'sirchanlik, kekirish, qabziyat singari ko'rinishlarda namoyon bo'ladi.

Bularning barchasining zamirida homilador bo'lmagan inson jismida ishlab chiqarilmaydigan gormonlarning aynan homiladorlik davrida ishlab chiqarilishi yoki ular miqdorining keskin oshishi bilan bog'liqdir.

-Masalan, urug'lanish sodir bo'lishi bilanoq, xorion (yo'ldoshning dastlabki hujayralari)dan hCG, ya'ni inson xorionik gonadotropin gormoni ishlab chiqarila boshlaydi, homiladorlik testlari ham aynan shu gormonning siydik orqali ajralishi va bu siydikka hCG gormoni bilan reaksiyaga kirishib, rangini o'zgartira oladigan modda surilgan qog'oz testlarning kiritilishi bilan bog'liq.

Bu gormonning miqdori homiladorlikning 2-12 haftalarida yuqori bo'lib, miyadagi ko'ngil aynish markaziga – medulla oblongataga ta'sir o'tkazadi va kongil aynib, qushish refleksini chaqiradi.

Uning asl vazifalari: yo'ldosh shakllanishi, progesteron ishlab chiqarilishini, qalqonsimon bez faoliyatini rag'batlantiradi, bachadon qavatlarini homiladorlikning muddatiga mos ravishda o'zgarishini ta'minlaydi.

-Progesteron: asosiy vazifasi bachadonni kengaytirib, homila tushishi xavfini kamaytiradi.

Uning oshqozon-ichak tizimiga ta'siri aynan bachadon devorini bo'shashtirish davomida, oshqozon va ichaklarni ham bo'shashtirib, ularning hazm funksiyasini susaytirishi bilan bog'liq. Bu holat bachadon hamda oshqozon-ichak devorida joylashgan silliq mushaklarning ishlash mexanizmi, tuzilishi o'xshashligi bilan tushintiriladi.

Istalmagan holatda funksiyasi susaygan hazm tizimi o'z funksiyasi susayganligini ko'ngil aynishi, qusish (ovqatni to'g'ri chiqara olmaslik), kekirish (havoni to'g'ri chiqara olmaslik), qabziyat (najasni to'g'ri vaqt oralig'ida chiqarib yubora olmaslik) singari buzilishlar orqali namoyon qiladi.

-Estrogen- unig miqdori homiladorlik davomida 3-10 barobarga ortib, boshqa hissiyotga javob beruvchi gormonlarning: serotonin, dopamin, endorfinlarning metabolizmini o'zgartiradi.

Oqibatda, tez ranjish, yig'loqilik, uyquchanlik yoki uyqusizlik, birdan kulib, birdan yig'lash, kuchli hid sezish holatlariga sabab bo'ladi.

Bundan tashqari estrogen miqdorining ortishi tomirlarning kengayishiga, natijada shish,yuz qizarishi, burun shishib-bitishi, qon bosimning tushib, yurak urushlar sonining normadan ortishiga olib keladi.

Estrogen yuqorida keltirilgan progesteron bilan birgalikda bo'g'imlar, bog'lamlarning bo'shashishiga – ayol o'zini tez charchab, holsiz sezishiga sabab bo'ladi.

Bu o'zgarishlar sabablariga relaksin, kortizol, prolaktinlar miqdorining o'zgarishini ham olishi mumkin, yodda tutish kerakki, bu faol moddalar yolg'iz emas, balki bir-birining ishini kuchaytirgan holatda ishlaydi.

Yana savol yuzaga keladi: bu gormonal o'zgarishlar barcha ayollarda sodir bo'lsa, unda nega ularda toksikoz darajasi va belgilari har xil darajada namoyon bo'ladi.

Bu savolga yagona javob- har bir ayolning gormonlar o'zgarishiga ta'sirchanligi, moslashuvchanligi har xil.

Uni o'zgartirish inson qo'lida emas, ammo qisman nazorat qilish mumkin.

Yengillashtirish usullari:

- a) Hazm tizimiga yengillik yaratish
 - kam-kam miqdordan tez-tez ovqatlanish
 - yog'li, achchiq taomlardan tiyilish
 - erta tongda iliq suv bilan hazm tizimini uyg'otib olish
- b) Hidga sezuvchanlikni kamaytirish uchun
 - xonani shamollatish
 - yoqmaydigan hidlardan uzoq tutish
- c) hCGga bog'liq ko'ngil aynishini kamaytiruvchi modda
 - Vitamin B6(piridoksin) 25mg
 - Zanjabilli choy ichish
- d) Qo'shimcha usullar
 - akupressura nuqtasiga(googledan qarang) bosish
 - uyqu va yetarli dam olish tana muvozanatini tiklashini osonlashtiradi.

Homilador ayollar toksikozni boshlaridan o'tkazish davomida vazn yo'qotsa, siydik va najas miqdori keskin kamaysa, qusishlar soni kuniga 4 martadan ortiq bo'lsa, shifokorga murojaat qilishlari zarur.