

COVID-19 PANDEMIYASI KELIB CHIQISHI SABABLARI, BOLALAR VA O'SMIRLARNING PANDEMIYA DAVRIDAGI O'ZGARISHLAR VA ULARNING KUN TARTIBI

Narmetova Yulduz Karimovna

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi dotsenti

Asomov Jur'atbek Mexridin o'g'li

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi talabasi

Xurramov Og'abek Erkin o'g'li

Toshkent Tibbiyot Akademiyasi talabasi

Annotatsiya: *Maqola ilmiy tadqiqot natijalariga asoslangan bo'lib, 2019-yilda namoyon bo'lgan koronavirus kasalligining kelib chiqish sababi bo'lgan COVID-19 koronavirus infeksiyasi, ilk marotaba 2019- yilning dekabrda Xitoyning Uxan shahrida qayd etilganligi , kasallik 2020-yilning 11-martida Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti tomonidan pandemiya deyilganligi, bolalar va o'smirlar organizmida salomatlik holatini rivojlanishi bilan bir qatorda ularning kun tartibiga salbiy va ijobiy ko'rsatgichlar alohida gigiyenik, fiziologik va statistik tomondan o'rganildi. Tadqiqotga Toshkent viloyati Parkent tumani 21- umumiy o'rta ta'lim maktabining 8-11-sinflarda ta'lim olayotgan jami 89 nafar 14-18 yoshdagi bolalar jalb etildi. Tadqiqotlar natijasida bolalarning kunlik ratsionida bo'layotgan o'zgarishlar xususan, taomnamalar, jismoniy holatlari, kasalliklarga chalinish holatlari, tana vaznlaridagi o'zgarish, vaqtni kun tartibida taqsimlanishi, bajarilgan mashg'ulotlar bayon etildi. Ushbu ilmiy risolada pandemiyaning kelib chiqishi, bolalar va o'smirlar organizmiga ta'sir qilgan turli ijobiy va salbiy omillar haqida ma'lumotnoma sifatida taqdim etildi.*

Kalit so'zlar: *Pandemiya , COVID-19, koronavirus, salomatlik holati, kun tartibi, jismoniy rivojlanish, bolalar va o'smirlar, an'anaviy ta'lim, masofaviy ta'lim.*

Abstract: *The article is based on the findings of a scientific study and the observation that the COVID19 coronavirus infection, which is the cause of the coronavirus sickness that first manifested in 2019 and was published on March 11, 2020, was first detected in Wuhan, China, in December of that year. Global Health The development of health issues in children and adolescents' bodies, the health organization's designation of it as a pandemic, and both bad and positive indications of their agenda were investigated from distinct hygienic, physiological, and statistical. The study recruited 89 children aged 14 to 18 who were enrolled in the eighth through eleventh grades at the 21st general secondary school in the Parkent district of the Tashkent area. The study's findings were used to explain changes in the children's daily diet, including food lists, physical conditions, disease instances, changes in body weight, time allocation in the daily schedule, and activities that were accomplished. The origin of the pandemic, as well as a number of favorable and unfavorable elements that had an impact on children's and adolescents' bodies, were discussed in this scholarly pamphlet.*

Keywords: *Agenda, physical development, children and adolescents, traditional education, COVID-19, distance learning, and pandemic.*

Аннотация: *Статья основана на результатах научных исследований, а также на том факте, что коронавирусная инфекция COVID-19, являющаяся причиной появившегося в 2019 году коронавирусного заболевания, впервые была зарегистрирована в китайском городе Ухань в декабре 2019 года, а заболевание было зарегистрировано 11 числа 2020 г. В марте Всемирная организация здравоохранения назвала его пандемией, наряду с развитием состояния здоровья детей и подростков изучались отрицательные и положительные показатели их повестки дня отдельно от гигиенических, физиологических и статистических точки зрения. В исследовании приняли участие 89 детей 14-18 лет, обучающихся в 8-11 классах 21-й общеобразовательной школы Паркентского района Ташкентской области. В результате исследования были описаны изменения в ежедневном рационе детей, в частности, перечни продуктов, физическое состояние, случаи заболеваний, изменения массы тела, распределение времени в распорядке дня, выполненные упражнения. В этой научной брошюре в качестве справочной информации представлены причины возникновения пандемии, различные положительные и отрицательные факторы, повлиявшие на организм детей и подростков.*

Ключевые слова: *Пандемия, COVID-19, коронавирус, состояние здоровья, повестка дня, физическое развитие, дети и подростки, традиционное образование, дистанционное образование.*

KIRISH

COVID-19 koronavirus infeksiyasi odatda shaxsdan-shaxsga yo'tal va aksa berish davomida chiqariladigan tomchilar orqali yuqadi. Virusni yuqtirgandan keyin kasallik simptomlar yuzaga kela boshlagunicha o'rtacha 5 kun o'tadi. Bu davr 2 kundan 14 kungacha davom etishi mumkin. Tashxis qo'yishning standart uslubi burun bo'shlig'i yoki tomoqdan olingan suyuqlikni teskari transkripsiyali polimeraza zanjiri reaksiyasi (inglizcha: Reverse transcription polymerase chain reaction (rRT-PCR)) yordamida tekshirishdan iborat. Shuningdek, bemorga simptomlar, risk unsurlari hamda pnevmoniya belgilarini aniqlash uchun kompyuter tomograf yordamida tashxis qo'yish mumkin.

Jahon sog'liqni saqlash vazirligi SARS-CoV-2 koronavirusi ko'rshapalaklardan odamga boshqa hayvon orqali yuqqan paytda paydo bo'lganini ma'lum qildi. tadqiqotchilar koronavirus paydo bo'lishi bilan bog'liq 4 ta taxminni ehtimollik ko'rsatkichi bo'yicha ro'yxatlagan. Ularning orasida koronavirusning ko'rshapalaklardan odamga boshqa hayvon orqali yuqqan paytida paydo bo'lganligiga asosiy e'tibor qaratilgan. Virusning ko'rshapalaklardan odamlarga to'g'ridan-to'g'ri uzatilishi nisbatan past darajada baholangan bo'lsa, oziq-ovqat hamda laboratoriyadan tarqalish taxmini ehtimoldan yiroq qarash sifatida qayd etilgan.

COVID-19'ni keltirib chiqaradigan virusning eng yaqin qarindoshi ko'rshapalaklardan topilgan. Ammo, hisobotda aytilishicha, ko'rshapalaklarda aniqlangan viruslar va SARS-CoV-2 o'rtasidagi evolyusion masofa bir necha o'n yilliklarga teng bo'lib, bu, o'z navbatida, virusning ulardan tarqalmaganini ko'rsatadi.

Agentlikning alohida qayd etishicha, tadqiqot natijalari kutilganidek bo'lib chiqqan va ko'plab savollarni javobsiz qoldirgan. Mutaxassislar guruhi "laboratoriyadan kelib chiqish" haqidagi gipotezadan tashqari barcha taxminlar borasida qo'shimcha tadqiqotlar o'tkazishni taklif qilgan.

TADQIQOT

Buyuk Britaniyada 2021-yil mart oyidan ko'ngillilar orasida SARS-CoV-2 koronavirusining organizmga ta'sirini o'rganish dasturi — «Human Challenge Program» doirasidagi tibbiy tadqiqotlar boshlandi. Hukumat ushbu tadqiqot ko'ngillilarga SARS-CoV-2 koronavirusi ataylab yuqtirilgan dunyodagi birinchi izlanish ekanligini ta'kidlagan. Uning maqsadi COVID-19'ga qarshi vaksinalar va ushbu kasallikni davolash usullarini takomillashtirish hamda rivojlantirishni o'z ichiga oladi.

Birinchi ko'ngillilar guruhi bilan koronavirus xususiyatlarini o'rganayotgan Londonning «Royal Free Hospital» kasalxonasi mutaxassislari ish olib borgan. Tadqiqot ishtirokchilariga koronavirus xavfsiz hamda doimiy nazorat ostida bo'ladigan muhitda yuqtirildi. Ishtirokchilar shifokorlar va mutaxassislarning uzluksiz kuzatuviga olingan.

Izlanish davomida inson immunitet tizimining Sars-CoV-2 virusiga qanday javob qaytarishini va virus yuqtirilgan bemor uning zarralarini qanday atrofga tarqatishini aniqlash ko'zlangan. Sog'lom ko'ngillilar orasida bu kabi tadqiqot gripp va bezgakka qarshi vaksinalarni ishlab chiqishda ham o'tkazilgan. Ammo ushbu tadqiqotdan farqli tomoni shundaki, ushbu sinovlarning ishtirokchilari dastlab tegishli vakcina bilan emlangan.

OLDINI OLISH VA BOSHQARISH

Infeksiya oldini olish uchun qo'llarni tez-tez yuvish, boshqalardan uzoqroq masofada bo'lish hamda yuzni qo'llar bilan ushlamaslik tavsiya qilinadi. Niqoblardan foydalanish esa hamma uchun emas, balki virusni yuqtirganini shubha qilayotganlar hamda ularga qarayotganlargagina tavsiya qilinadi. Ayni damda COVID-19 ga qarshi vakcina yoki preparat bor . Kasallikni boshqarish simptomlarni davolash, izolyatsiya hamda eksperimental choralaridan iborat.

COVID-19, ya'ni koronavirus bu infeksiya-virusli, havo- tomchi orqali yuqadigan kasallik bo'lib, virusning tarqalishi birinchi marta 2019-yil dekabr oyida Xitoyning Vuhan shahrida qayd etilgan. 2020-yilning 30-yanvarida Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ushbu epidemiyani xalqaro ahamiyatga ega bo'lgan sog'liqni saqlash sohasidagi favqulodda holat, 11-martda esa pandemiya deb e'lon qildi. Virus barcha davlatlarda aniqroq qilib ta'kidlaganda, butun dunyoda pandemiya vaziyatiniyuzaga keltirdi va buning natijasida ko'plab muassasalar qatori umumiy o'rta ta'lim maktablari ham birdan ta'lim davomiyligini masafaviy tarzga o'tkazish hamda deyarli barcha bolalarning hech qayerga chiqmasdan faqat uyda dars mashg'ulotlarini davom ettirishni taqozo etdi. Aniq ma'lumot sifatida shuni

taqdim etish mumkinki, 188 mamlakatlar 1,5 milliarddan ortiq bolalar va o'smirlarga ta'sir ko'rsatadigan maktablarni yopish bo'yicha umum milliy choralar ko'rildi. Bu esa aholining barcha qatlamiga kun tartibiga hamda salomatlik holatiga ma'lum bir darajada salbiy tarzda ta'sir ko'rsatdi. Shunday qilib, covid-19 pandemiyasi tarixda ta'lim tizimlarining eng katta to'xtatilishiga olib keldi va 1,6 mamlakatlarida deyarli 190 milliard o'quvchiga ta'sir ko'rsatdi. COVID-19 pandemiyasi butun dunyodagi odamlarga salbiy ta'sir ko'rsatishda davom etar ekan, turli populyatsiyalar bu infektsiyaga va unga bog'liq cheklolarga turli xil ta'sir ko'rsatadi. Bolalar va o'smirlar, shuningdek, ularning yoshiga va COVID-19ga qanday ta'sir qilishiga va kasallikning oldini olish choratadbirlariga qarab, muayyan qiyinchiliklarga duch kelishadi. Bolalar va o'smirlarda, odatda, infektsion xavfi past bo'ladi va ular kasal bo'lib qolganda, kasallik ko'pincha yengil shaklda bo'ladi. Shu bilan birga, ba'zi bolalar va o'smirlar bu kasallikka toqat qilish qiyin kechadi va ularning bir nechtasi o'linga olib keladi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Tekshirish ob'ekti va usullari. Toshkent viloyati Parkent tumani 21-umumiy o'rta ta'lim maktabi 8-sinfidan 11-sinf gacha ya'ni, 14 yoshdan 18 yoshgacha bo'lgan bolalar va o'smirlarning kun tartibi va salomatlik holatini anketa so'rovnomasi asosida baholandi. So'rovnomada 14 yoshdan 18 yoshgacha bo'lgan 51 nafar o'g'il bolalar (O'B) va 38 nafar qiz bolalar (QB) jami 89 nafar maktab o'quvchilaridan kun tartibi hamda salomatlik holati bo'yicha yozma anketa savolnomalariga javoblar qabul qilinib, tahlil qilindi. So'rovnomada ishtirok etgan o'quvchilarning 24% i ko'p qavatli xonadonda va 76% i xovli uyda istiqomat qilishi ma'lum bo'ldi.

So'rovnomaning dastlabki savollarida bolalar va o'smirlarning pandemiya davridagi jismoniy rivojlanishiga alohida e'tibor berilgan bo'lib, o'quvchilarning "Jismoniy tarbiya mashqlarini kunning qaysi qismida shug'illanasiz?" degan savolga o'quvchilarning 59% i tongda, ya'ni kun boshida, 16%i kun o'rtasida va 25%i kun oxirida bajariganligini ko'rish mumkin. Demak, o'quvchilarning aksariyat qismi ertalab badan tarbiya bilan shug'illanishgan, buning asosiy sabablardan biri deb an'anaviy ta'limda o'quvchilar uydan maktabga borish vaqti eng kamida 20 daqiqadan 50-60 daqiqaga to'g'ri keladi. Lekin pandemiya davrida o'quvchilarning maktabga bormaganliklarini hisobga olsak, ular yuqorida ko'rsatilgan vaqt oralig'ida ertalabki badan tarbiya mashg'ulotlari bilan shoshilmasdan, o'z vaqtida bajarishgan.

Tadqiqotimizning yana muhim tahliliy qismlaridan biri karantin vaqtida bolalarda kasalliklarning asosiy holati o'rganildi. Natijalarga ko'ra barcha 14 yoshdan 18 yoshgacha bo'lgan o'g'il bolalarning 36% faqatgina mavsumiy yuqori nafas yo'llari kasalliklari va uning alomatlari kuzatilgan. 58% o'smirlarda hech qanday kasalliklar kuzatilmagan 6% bolalarda qo'shimcha boshqa kasalliklarning simptomlari, xususan, tish og'riqlari, turli toshmalar kuzatilgan. Bu esa pandemiya davrida yuqumli va yuqumsiz bo'lgan barcha turdagi kasalliklarning keskin kamayganligini anglatadi. Buning asosiy omillaridan biri aynan ko'chaga chiqmaslik, odamlar bilan suhbatlashmaslik, tibbiy niqob taqilishi ham aynan kasalliklarni keskin kamayishiga ijobiy ta'sirini ko'rsatdi. Shuni ham qo'shimcha qilib o'tish

joizki yuqorida bolalarning o'z vaqtida kalloriyali, issiq uy taomlarini tanavull qilishgani ham yana bir omil sifatida kasalliklarga kam chalinishning omili sifatida ta'kidlash mumkin.

NATIJA VA MUHOKAMA

Karantin davridan so'ng an'anaviy ta'lim boshlanishi natijasida o'quvchilarning moslashish jarayoni tahlil qilinganda salbiy ta'sirlar yuzaga kelganligi aniqlandi. Tahlilga ko'ra 14-17 yoshdagi o'g'il bolalarda darslarga qatnasha olmaslik, hayajon, an'anaviy ta'limga ko'nikishning qiyinlashuvi, uyqudan erta uyg'onish, kam uxlash, o'qish jarayonining ko'tarilishi, holsizlanish, bilimning masofaviy ta'limda pasayganligini, vaqt muammosi, xusnixatning o'zgarishi, to'garak va darslar qilishda vaqtning kamayishi kuzatilgan bo'lsa, 18 yoshlilarda faqat vaqtning yetmasliga aniqlandi. Qiz bolalarda esa 14-18 yoshlilarda o'tilgan mavzularni to'liq o'zlashtira olmaslik, bilim saviyasining pasayganligi, baholarni biroz pasayishi, tez charchash, uyqunu to'liq emasligi, vaqt yetishmovchiligi, holsizlanish, uyda o'tirishga o'rganib qolish, bilim saviyasining pasayganligi, dangasalik kabi turli xil izohlarni qoldirishgan.

XULOSA

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, pandemiya maktab o'quvchilari orasida ularning kun tartibi, salomatlik holatida hamda ruhiy rivojlanishida o'zgarishlar kuzatilgan. Xususan, bolalarning turli jamoaviy sport mashg'ulotlari bilan shug'ullana olmaganliklari, o'smirlarning karantin tufayli 65% dan ko'prog'ida tana vazning ortishi, 3-4 soatlab kompyuter oldida dars qilishi, 60% o'quvchilarda bilim saviyasining pasayishi kuzatilganligi va asosiysi karantindan so'ng an'anaviy ta'lim boshlanishi o'quvchilarning an'anaviy ta'limga ko'nikishi va bilim saviyasida kamchiliklar namoyon bo'ldi. Ammo pandemiya davrida o'quvchilarda yuqumli va yuqumsiz bo'lgan kasalliklarning kamayishi, vaqtida 2-3 mahal issiq taom istemol qilishi, uyqu fiziologiyasining barqarorlashuvi, tonggi badantarbiyani meyoriy bajarishlari, oila a'zolari bilan birga bo'lish, asosan bolalar va o'smirlar ota-ona mehrini yanada yaqinroq his qilishi, aynan karantining asosiy ijobiy taraflaridan bo'ldi. Albatta ushbu burilishlar ularning hayotida ko'plab jarayonlarning o'zgarishiga sabab bo'ldi, ularning sog'lom, psixologik va jismonan rivojlanishiga

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. COVID-19 и дети <https://www.euro.who.int/ru/health-topics/Life-stages/childand-adolescent-health/covid-19-and-children>
2. ЮНИСЕФ: Влияние COVID-19 на ухудшение психического здоровья детей и молодежи – это только «верхушка айсберга» <https://www.unicef.org/eca/ru/Press-relizy/yunisef-vliyaniye-covid-19-nauxudsheniye-psixicheskogo-zdorovya-detey-i-molodeji-eto-tolko>
3. Salomova F., Hakimova D., Yarmuxamedova N. Conditions of education and health status of pupils at schools// Journal of critical reviews ISSN- 2394-5125 VOL 7, ISSUE 09, 2020

4. Salomova F., Hakimova D., Yarmuxamedova N. Характеристика образа жизни и функционального состояния сердечно-сосудистой системы школьников //InterConf. – 2021. – S. 853-865.
5. Axmadaliyeva N.O., Toshmatova G.A., Mirsagatova M.R., Nigmatullayeva D.J. O'zbekistonda shahar va qishloq maktab yoshidagi bolalar ovqatlanishini ratsionalizatsiyalashning zamonaviy yondashuvlari //Konferensiya "Zamonaviy ta'lim tizimini rivojlantirish va unga qaratilgan kreativ g'oyalar, takliflar va yechimlar" Farg'ona - 2021. -№17. 121-125 b.
6. Нарметова, Ю. (2020). Организация психологической помощи в кардиологических заболеваниях. Scienceweb academic papers collection.
7. Нарметова, Ю. (2016). Организация психологической службы у больных с хронической почечной недостаточностью. Scienceweb academic papers collection.
8. Нарметова, Ю. (2019). СОҒЛИҚНИ САҚЛАШ ТИЗИМИДА ПСИХОЛОГИК ХИЗМАТ ФАОЛИЯТИНИ ТАШКИЛ ЭТИШНИНГ ЎЗИГА ХОС ХУСУСИЯТЛАРИ.
9. Karimovna, N. Y., & Shuhrat O'g'li, R. S. (2023). SHIFOKOR VA BEMOR O'RTASIDAGI SHAXSLARARO MUNSOBATNING O'ZIGA XOSLIGI. Scientific Impulse, 1(8), 695-700.
10. Нарметова, Ю. (2016). Вопросы организации психологической службы в перинатологии и родовспоможении. Фан ва жамият.
11. Мелибаева, Р. Н. (2022). КЛИНИК АМАЛИЁТДА КОГНИТИВ ФУНКЦИЯЛАР ВА УЛАРНИНГ БУЗИЛИШЛАРИ ПСИХОДИАГНОСТИКАСИ. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 2(Special Issue 4-2), 928-932.
12. Мелибаева, Р., & Абдиназарова, И. (2020). Тиббий психодиагностика: муаммо, мулоҳаза ва ечимлар.
13. Мелибаева, Р. Н. (2018). Из истории вопроса экспериментального исследования мышления в трудах психологов советского периода. In International scientific review of the problems and prospects of modern science and education (pp. 125-127).
14. Salokhiddinova Gazalkhon Bekmirzayevna (2018). Social pedagogue's responsibilities in cooperation with a family to increase child sociability. Достижения науки и образования, (19 (41)), 59-61.
15. Salokhiddinova Gazalkhon Bekmirzayevna (2018). Creativity and artistic thinking as important components of professional competencies of future teachers. Academy, (5 (32)), 69-70.