

HOMILADORLIK FIZIOLOGIYASI

Pulatov Dilshod Mashrab o'g'li

Samarqand Davlat tibbiy Universiteti

3 son Akusherlik va Ginekologiyasida

I-bosqich klinik ordinatori

+998995781353

Jalolova Yulduz Muhiddin qizi

Jizzax davlat pedagogika universiteti tyutori

Yulkamuxiddinovna@gmail.com

Dilshod.pulatov.97@mail.ru

Annotatsiya: *Maqola davomida, urug'langan tuxum hujayraning ona organizmida rivojlanib yetuk homilaga aylanishi, homila, homiladorlik paytida ona organizmida ro'y beradigan o'zgarishlar, homiladorlikning bosqichlari va tug'ruq jarayoni haqida so'boradi.*

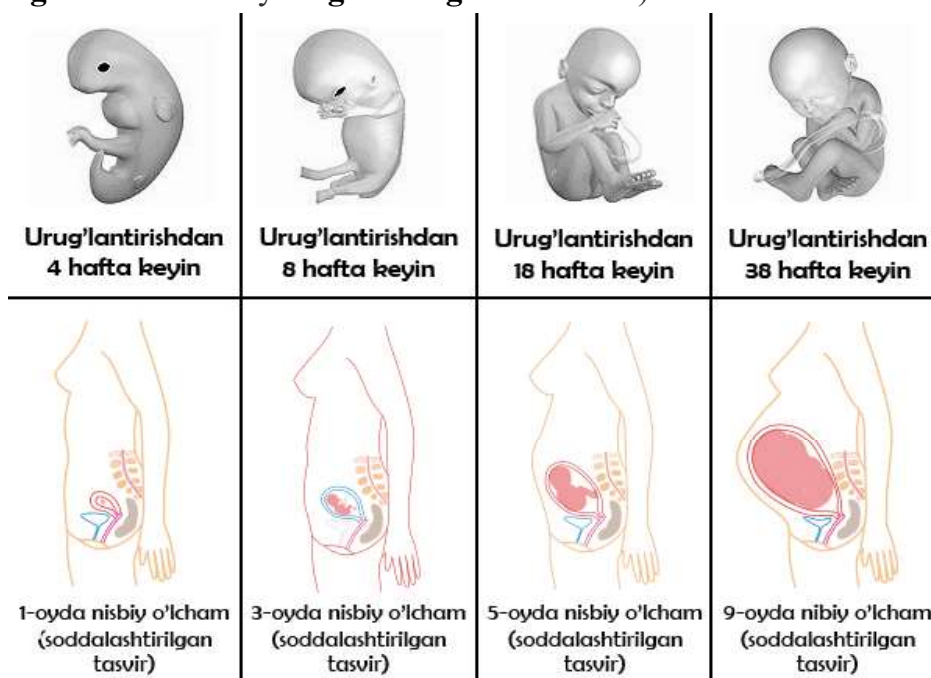
Kalit so'zlar: *Homiladorlik, zigota, vorsinkalar, platsenta, yo'ldosh, tug'ruq.*

Asosiy qism: **Homiladorlik** (lot. *graviditas.*) — ayol organizmining maxsus holati bo'lib, uning reproduktiv a'zolarida rivojlanayotgan embrion yoki homila mavjudligidir. Homiladorlik bachadon nayida ayol va erkak jinsiy hujayralarining birlashishi natijasida sodir bo'ladi, natijada 46 xromosomani o'z ichiga olgan **zigota** shakllanadi.

Homiladorlik, og'ir oyoqlik -urug'langan tuxum hujayraning ona organizmida rivojlanib, yetuk homilaga aylanishidan iborat fiziologik jarayon. Ayol tuxumdonida yetilib chiqqan tuxum hujayraning erkak jinsiy hujayrasi bilan qo'shilishi (urug'lanishi)dan boshlanadi va o'rta hisobda 280 kun, ya'ni 10 qamariy oy davom etadi. Urug'lanish bachadon nayida ro'y beradi. Urug'langan tuxum hujayra bachadon nayining chugalchangsimon qisqarishi tufayli bachadon bo'shlig'iga qarab surilib boradi, shu vaqtda u mayin tuklar (vorsinkalar) bilan qoplanib, ko'p hujayrali embrionga aylanadi, o'sha tuklar yordamida bachadon shilliq pardasiga payvandlanib oladi. Shu vaqtdan boshlab homila shakllana boshlaydi va ayol organizmidagi ba'zi sistemalar funksiyasi tegishlicha o'zgarib boradi. Embriinning bachadonga payvandlangan joyida tuklar juda o'sib ketadi va ulardan platsenta, ya'ni yo'ldoshning tarkibiy qismi — bola o'rni hosil bo'ladi, u kindik orqali homila bilan tutashadi. Kindik qon tomirlari bo'ylab platsenta orqali ona organizmidan homilaga oziq moddalar, kislorod kelib turadi va homiladan keladigan almashinuv mahsulotlari chiqib ketadi. Bachadon naylarining turli kasalliklarida tuxum hujayraning bachadonga qarab surilib kelishiga to'sqinlik qiladigan o'zgarishlar oqibatida tuxum hujayra bachadon nayiga payvandlanib qolishi mumkin. Bu bachadondan tashqari homiladorlik deb ataladi. Homiladorlik davrida ayol organizmida har xil funksional o'zgarishlar ro'y berib, homilaning yaxshi rivojlanib borishi uchun qulay sharoitlar yuzaga keladi. Bu davrda markaziy nerv sistemasi funksiyasi bir qadar o'zgarib, natijada orqa miyaning qo'zg'aluvchanligi pasayadi, bu — bachadon muskullarining bo'shashishi va uning tinch holatda bo'lishiga olib keladi.

Homiladorlik paytida hosil bo'ladigan sariq tana va platsenta homilaning oy-kuni yetib tug'ilishi uchun zarur gormonlar ishlab chiqaradi; platsentadan ishlanib chiqadigan va boshqa gormonlar ta'sirida sut bezlari kattalashib, Homiladorlik oxiriga borganda, undan og'iz suti, chilla davrida esa sut kela boshlaydi. Bachadonda ham talaygina o'zgarishlar ro'y beradi: u ham bo'yiga, ham eniga qarab o'sib, platsentaga qon olib keladigan yirik va mayda qon tomirlari nihoyatda ko'payadi. Ayol chuqurroq nafas oladigan bo'lib qoladi, bu — qonning kislorod bilan ko'proq to'yinishini ta'minlaydi. Yurakning qisqarish xususiyati sezilarli darajada kuchayadi, natijada kislorod bilan to'yingan qon ayolning hayot uchun muhim a'zolariga, jumladan bachadoniga tezroq yetkazib beriladi. Buyraklar ham zo'r berib ishlab, ona organizmidagina emas, balki homilada ham paydo bo'lgan almashinuv mahsulotlarini ajratib chiqarib turadi. Ko'mikda eritrotsitlar hosil bo'lishi tezlashadi, ya'ni qon miqdori ko'payadi, qon tomirlari kengayib, gaz almashinuvi kuchayadi. Shu bois homilador organizmidagi a'zo va sistemalarning normal ishlab turishini ta'minlash hamda homila rivojlanadigan qulay sharoit vujudga keltirish uchun oziq moddalar va kislorod ko'p bo'lishi kerak. Homiladorning ahvoli va o'zini qanday tutishi ko'p jihatdan Homiladorlikning normal kechishi, homilaning keyin qanday rivojlanib borishi va bo'lg'usi bolaning sog'ligini belgilab beradi. Homilador ayolning biror kasallik (gripp, sil, revmatizm, angina, qandli diabet, kamqonlik, jigar, buyrak, yurak kasalliklari va boshqalar) bilan og'rishi, noto'g'ri ovqatlanish, kun tartibini buzishi, vrach buyurmagan dorilarni ichishi homila taraqqiyotiga yomon ta'sir qilishi mumkin.

Homiladorlik birinchi uch oyida (birinchi trimestr) homilaning a'zolari shakllanadi, 12-haftaning oxiriga borib yo'ldosh to'liq shakllanib bo'ladi. Yo'ldosh orqali homila ozuqa moddalarini oladi va metabolizmning yakuniy mahsulotlari chiqarib yuboriladi. Inson homiladorligi muddati 9 oy yoki 40 akusherlik haftani (oxirgi hayzdan sanab) tashkil qiladi. Akusherlikda fiziologik va patologik homiladorlik ajratiladi. Odatda, har qanday homiladorlik tug'ruq akti bilan tugaydi — bola dunyoga keladi, ko'p homilali homiladorlik taqdirida esa — egizaklar (**gomozigotali** — bir xil yoki **geterozigotali** — turli).



Homiladorlik chog'ida turli asoratlar bo'lmashligi uchun mumkin qadar barvaqt (hayz to'xtashi bilan) ayollar maslahatxonasiga borib, tekshiruvdan o'tish va kerakli maslahatlar, zarur bo'lsa, tegishli davo olish lozim. Homiladorlik davrida ayol o'z badani va kiyim-kechaklari tozaligiga alohida e'tibor berishi kerak. Homiladorlikka oid foydali kitob, jurnal, sayt va mobil ilovalardan foydalanishi lozim

Homiladorlik normal o'tayotgan bo'lsa, ayol odatdagi turmush tarzini o'zgartirishi shart emas, u o'z yumushlarini dam olib bajaraverishi mumkin. Faqat og'ir narsa ko'tarmaslik, qaltis, keskin harakatlar qilmaslik maqsadga muvofiq.

Tiniqib uxlashning ahamiyati bor, ayol kamida 8 soat uxlashi, kechqurun yotishdan oldin ochiq havoda bir oz sayr qilishi va xonani shamollatishi tavsiya etiladi. Sog'lom homiladorlarning vrach tavsiyasiga ko'ra havo va quyosh vannalari qabul qilishiga ruxsat etiladi. Homiladorlik normal o'tayotgan bo'lsagina ayol daryo va anhorlarda cho'milishi mumkin. Homiladorlikning birinchi kunlaridan boshlab ochiq havoda imkoni boricha ko'proq bo'lishga harakat qilish lozim, chunki odam uy ichida o'tiraversa kislorodga yolchimay qolishi, natijada har xil asoratlar yuz berishi mumkin. Homiladorlikning eson-omon o'tishi va homilaning yaxshi rivojlanib borishi uchun asosiy shartlardan biri yaxshi ovqatlanishdir; ovqat to'yimli, xilma-xil, oqsillar va vitaminlar (foliy kislotasi, C vitamini) ga boy bo'lishi kerak. Masalan, homiladorlikdan oldin va birinchi trimesterdan foliy kislotasini to'g'ri miqdorda, kuniga 400 mkg (0,4 mg) qabul qilib borish tug'ma nuqsonlarning rivojlanish ehtimolini keskin kamaytiradi. Homiladorlikning oxirgi oylarida yog'liq va xamir ovqatlarni ko'p tanovul qilish yaramaydi, chunki bunday ovqat homilaning ancha kattalashib ketishi va tug'ishning qiyinlashib qolishiga sabab bo'lishi mumkin.

Tug'ruq — homiladorlikni yakunlaydigan murakkab fiziologik jarayon. Tug'ruqdan homila va yo'ldosh tug'ruq yo'llaridan o'tib, ajralib chiqadi. Tug'ruq normal kechganida homila 10 akusher (9 kalendar) oyida tug'iladi; bu davrda homila yetuk, bachadondan tashqarida yashash qobiliyatiga ega bo'ladi. Homilador ayollarning ko'pchiligida Tug'ruqdan 2 hafta oldin tug'ruq nishonasi ko'rinadi; bunda bachadon tubi keskin oldinga egiladi, qorin pastga tushadi va ayol yengil nafas ola boshlaydi; organizmdan ajralgan suyuqlik hisobiga vazni bir qadar yengillashadi; bachadon muskullari vaqti-vaqti bilan qisqarib taranglashadi. Ayolning ko'zi yorishiga 1—2 kun qolganida qindan quyuq cho'ziluvchan shilliq ajraladi, ba'zan shilliq bir oz qon aralash bo'ladi (homiladorlik davomida bachadon bo'yni kanalini to'ldirib turgan shilliq tiqin ajralib chiqadi), qorin pastida, dum'azada, bel sohasida tarqoq og'riq kuzatiladi. Tug'ruq nishonasidan ayol cho'chimasligi, aksincha Tug'ruqning yaqinlashib qolganligini his qilishi lozim. Ana shunday belgilar ko'ringanida ayol uyda bo'lib turgani ma'qul, chunki tez orada to'lg'oq kuchayib, uni zudlik bilan tug'ruqxonaga eltish zarur bo'ladi. Tug'ruq kechishi 3 jarayonga bog'liq: 1. tug'ruq yo'llari; 2. Tug'ruq xaydovchi kuchlar; 3. homila va uning yo'ldoshi.

Tug'ruq jarayoni uch davrga bo'linadi: 1. Bachadon bo'ynining ochilishi; 2. Homilaning haydalishi; 3. Yo'ldoshning tug'ilish davri. Ba'zi ayollarda tug'ruq nishonasi boshlanganida qog'onoq suvi ketib qoladi; bunday belgilar paydo bo'lganda ayolni darhol tug'ruqxonaga yotqizish kerak, aks holda qog'onoq suvi bilan birga homilaning kindik halqasi yoki ko'li qinga tushishi mumkin. Bundan tashqari, qog'onoq suvi tug'ruqdan oldin ketib qolsa, qin

orqali bachadonga infeksiya kirishi osonlashadi. Homilador ayol tugʻishiga yaqin dard tuta boshlaydi. Homila oʻtadigan tugʻruq yoʻli (tugʻruq kanali) — kichik chanoq suyaklari va yumshoq toʻqimadan (bachadon boʻyni, bachadon tubi muskullaridan) tashkil topgan boʻlib, shakli egilgan nayga oʻxshash.

Tugʻruq kanalining kirish qismi qattiq suyak halqadan iborat, eni 13 sm, boʻyi 11 sm. Bu oʻlchamlar homila boshining normal oʻtishiga moye boʻladi; oʻlchamlarning bundan kichik boʻlishi (tor chanoq) tugʻruqni mushkullashtiradi. Bunday vaqtda operatsiya qilib tugʻdiriladi.

Birinchi marta tugʻayotgan ayollarda 15—24 soat, takror tugʻayotgan ayollarda 10—12 soat davom etishi mumkin. Tugʻruqning qancha davom etishi ayolning yoshiga (yoshi kattaroq ayollar birinchi marta tugʻayotganida tugʻruq uzoq davom etadi), homilaning kattakichikligiga, chanoq oʻlchamiga, bachadon muskullarining qisqarishiga bogʻliq.

Tugʻruq uch davrni oʻz ichiga oladi. Birinchi davr uzoqroq (birinchi marta tugʻayotgan ayollarda 13—18 soat, takror tugʻayotganlarda 6—9 soat) davom etadi. Bu davrda bachadon boʻyni astasekin tekislanib, tugʻruq kanali kengayadi. Bachadon boʻynining tashqi teshigi toʻla ochilgach qogʻonoq (homila pufagi) yoriladi. Baʼzi hollarda homila pufagi yorilmay qolsa, bola "pardali" tugiladi, bu homila uchun juda xavfli, chunki u dimiqib nobud boʻlishi mumkin. Bachadon boʻynining toʻla ochilishi va qogʻonoq suvining ketishi bachadon muskullarining qisqarishiga va homilaning tugʻilishiga imkon beradi (ikkinchi davr). Bu davrda bachadon muskullarining ritmik qisqarishi yanada kuchliroq va uzoqroq davom etib, unga krrin devori muskullari hamda diafragmaning qisqarishi qoʻshiladi, yaʼni kuchaniq roʻy beradi. Ayol har kuchanganida homila tugʻruq kanali boʻylab surila boshlaydi, bunda homila maʼlum harakatlar qilib suriladi, bu esa uning osongina tugʻilishini taʼminlaydi. Homila boshi chanoqning katta oʻlchamiga moslashib siljiydi, bu davrda homila boshi bukiladi va engagi koʻkragiga tegadi, yuzi oʻng yoki chapga qaraydi. Homila tugʻruq kanali boʻylab siljiganda ensa qismi bilan oldinga, yuzi bilan dumʼaza tomonga oʻgirilib oladi. Homilaning boshi chanoq tubi, toʻgʻri ichak va tashqi chiqaruv yoʻlini bosadi, bunda ayolning hojati qistagandek tuyuladi. Keyinchalik ayol har kuchanganida homila boshi jinsiy oraliqda koʻrinadi, kuchaniq toʻxtashi bilan koʻrinmay qoladi; tez orada shunday payt keladiki, kuchaniq tutmay turganida xam homila boshi koʻrinib turaveradi. Bu vaqtda tugʻruqni boshqaruvchi akusherka chaqaloqni tugʻdirishga kirishadi. Homilaning tugʻilish davrida ayol akusherkaning aytgani boʻyicha kuchaniqni tezlatishi yoki sekinlatishi mumkin, bunda bola chiqayotganida tugʻruq yoʻlidagi yumshoq toʻqimalar yirtilmay qoladi. Homilaning boshi chiqishi bilan tanasi koʻrinadi. Shu bilan tugʻruqning ikkinchi, yaʼni homilaning tugʻilish davri tugaydi. Bu davr birinchi bor tugʻayotgan ayollarda 1,5—2 soat, takror tugʻayotgan ayollarda yarim soatdan bir soatgacha davom etadi. Chaqaloq bilan yoʻldoshni birlashtiruvchi kindik kesib bogʻlanadi. Chaqaloq tugʻilishi bilanoq yigʻlaydi, nafas ola boshlaydi. Endi uchinchi davr, yaʼni yoʻldosh tushish davri boshlanadi, bu oʻrtacha 30 min.dan 1 soatgacha davom etadi. Bunda yoʻldosh bachadon devoridan koʻchadi va tushadi; bir oz (250 ml cha) qon ketadi. Yoʻldosh tushish davrini vrach sinchiklab kuzatib turadi, chunki yoʻldosh butunligicha tushmay, biror boʻlagi qolib ketsa, qon ketishiga sabab boʻlishi mumkin. Yoʻldosh tushishi bilan tugʻruq tugab, chilla davri boshlanadi.

Xulosa: Ushbu maqolada, homiladorlikning nimaligi, homiladorlikdagi zigota, embrion davri bosqichlari, ona organizmida ro'y berayotgan o'zgarishlar, homilaning asosan birinchi uch oyligidan homila a'zolarining rivojlanishi, tug`ruq davri jarayoni uning qancha davom etishi haqida so`z borgan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

<https://avitsenna.uz/homiladorlik-belgilari/>

<https://www.verywellfamily.com/1-week-pregnant-4158813>↑

<https://www.aptaclub.co.uk/pregnancy/diet-and-nutrition/understanding-food-groups/why-is-salt-important.html>

↑ <https://meduza.io/feature/2017/07/28/govoryat-pri-beremennosti-nelzya-zanimatsya-sportom-krasit-volosy-i-letat-na-samolete-eto-pravda>

<https://mymedic.uz/homiladorlik/homiladorlik-haqida-toliq-malumot/>

<https://uz.wikipedia.org/wiki/Tug`ruq>