

СОҒЛОМ ОИЛАНИ ШАКЛЛАНТИРИШДА ЗАМОНАВИЙ КОНТРАЦЕПЦИЯ ВОСИТАЛАРИ БЎЙИЧА МАСЛАХАТЛАР БЕРИШ.

Я.А. Сатимова

Республика ўрта тиббиёт ва фармацевт ходимлар малакасини ошириш ва
уларни ихтисослаштириш Андижон филиалининг акушерлик фани
ўқитувчиси врач-педагог
<https://doi.org/10.5281/zenodo.7344630>

Аннотация: Ушбу мақолада Репродуктив саломатлик Фуқоролар контрацепция усуллари танлаш, улардан фойдаланиш, шунингдек уларни рад этиш ҳуқуқлари, Оилани режалаштириш бўйича кўрсатиладиган хизматларнинг зарурий маслаҳат бериш, тўғри овқатланиш, репродуктив аъзоларининг яллиғланиш касалликлари ва бепуштлиқ холлари камайиши, Оналар ва болалар ўлими, Интергенетик давр болани кўкрак сути билан боқиб бориш унинг саломатлиги яхшиланиши каби маълумотлар баён этилган.

Калит сўзлар: репродуктив ҳуқуқ, контрацепция, саломатлик, хомиладорлик, узлуксизлик, насл қолдириш

Соғлиқни сақлаш тизимида фаолият юритаётган барча тиббиёт ходимларини соғлом авлодни дунёга келтириш, маънавий ва жисмонан баркамол авлодни тарбиялаш борасидаги ишларни амалга оширишда, уларни юқори даражадаги касб малакаларига эга бўлишига, масъулиятли, билимли бўлишига чорлайди.

Ҳар бир инсоннинг ўз репродуктив ҳуқуқи мавжуд бўлиб, Ўзбекистон Республикасининг 2019-йил 11-мартдаги “Фуқороларнинг репродуктив саломатлигини сақлаш” тўғрисида №528сонли Қонунининг 17-моддасида: Фуқоролар контрацепция усуллари танлаш, улардан фойдаланиш, шунингдек уларни рад этиш ҳуқуқига эга, фуқороларга соғлигининг ҳолати, ёши ва индивидуал хусусиятлари ҳисобга олинган ҳамда эҳтимолдаги ҳар қандай номақбул оқибатлар ҳақида огоҳлантирган ҳолда контрацепция усуллари яқка тартибда танлаш бўйича тиббий ёрдам кўрсатилади дейилган. Оилани шакллантириш, эр-хотин ўз фарзандлари сонини режалаштириши, улар орасидаги вақтни оқилона белгилаш контрацепция усуллари орқали амалга оширилади.

Маълумотларга асосланиб контрацепция воситаларини танлаш бу онгли равишда маслаҳат бериш – оилани режалаштириш бўйича кўрсатиладиган хизматларнинг зарурий ва жуда муҳим қисмидир. У маслаҳатчи ва

мижознинг ўзаро шахсан мулоқотида асосланган бўлади ва натижада, турли контрацепция усуллари тўғрисида тегишли маълумотларга асосланиб, улардан бирини танлашида миждозга ёрдам беради.

Репродуктив саломатлик (РС). Инсоннинг фақат репродуктив саломатлиги системасига, унда кечадиган жароёнларга, маълум касалликлар ёки бирон-бир мажруҳлигига тааллуқли бўлмасдан, балки унинг тўлиқ жисмоний, ақлий ва ижтимоий раванқи ҳолати деб ҳисобланади. “Репродукция” сўзи отинча сўз бўлиб, ге-тикланиш, такрорланиш, productio-яратаман маъносини англатади. Репродукция — биологияда организмнинг ўзига ўхшаш организмларни яратиши, кўпайиши маъносини билдиради.

Репродуктив саломатлик – инсоннинг насл қолдиришга тегишли бўлган ақлий, жисмоний ва ижтимоий етуқлигидир. Репродуктив саломатликнинг янада кенгроқ маъноси қуйидагилардан иборат:

- Инсоннинг фарзанд кўришига бўлган зарур эҳтиёжларини қондириш.
- Оналар соғлигини таъминлаш ва болалар ўлимини камайтириш.
- Жинсий йўл орқали юқадиган касалликларни, шу жумладан СПИД ва бошқа таносил касалликларини олдини олиш ва уларни даволаш
- Аёллар ва эркакларнинг насл қолдиришига зиён етказувчи ва уларни мажруҳ қилувчи муҳитларни бартараф қилиш
- Репродуктив аъзоларнинг касалликларини олдини олиш, эрта аниқлаш ва ўз вақтида даволашни таъминлаш
- Аҳолини репродуктив ҳуқуқларини ҳимоя қилиш, яъни ҳар бир инсоннинг

насл қолдиришга, хомиладорлик вақтда фарзанд кўришга, репродуктив саломатликка оид бўлган (исталмаган хомиладорликдан сақланиш, хомиладорлик вақтида тиббий назоратда бўлиш.)

Репродуктив ҳуқуқ бу-инсонларни фарзанд кўриш ҳуқуқи, ҳар бир инсон қанча ва қачон фарзандли бўлишини ўзи хал қилишини кўзда тутаяди, лекин кўп фарзандлик ўзбек оналарининг миллий анъанаси сифатида жамиятимизда сақланиб қолган бўлсада, кетма-кет туғруқлар ва уларнинг асоратлари ҳақида ҳар бир оила аъзоси билиши керак. Янги ҳаётни юзага келтирувчи ота-она унинг олдида жавобгардир. Туғилажак фарзанд яхши шароитда ўсиб улғайишига, маънавий ва жисмоний жихатдан мукаммал инсон бўлиб етилишига ҳақлидир. Соғлом оилани юзага келтириш – бевосита аёл ва эркакнинг эҳтиёридадир.

Жахон соғлиқни сақлаш ташкилотининг маълумотларига кўра одамлар саломатлигининг атиги 10-20% соғлиқни сақлаш муассасаларининг фаолиятига боғлиқ. Аҳолининг асосий қисми ўз турмушининг тарзи туфайли саломатлигини йўқотиб қўяди. Оилани соғлом турмуш тарзини ўрнатиш орқали аҳоли саломатлигини мустахкамлаш мумкин.

Оилани режалаштириш хизматига мурожаат этган ҳар бир мижоз қуйидаги ҳуқуқларга эга:

1. Маълумотларга эга бўлиш. Оилани режалаштиришнинг устунлик томонларини ва ўзининг шу соҳада кўрсатиладиган хизматлардан фойдаланиш имкониятларини билиш.
2. Хизматларнинг ҳаммабоплиги. Ўз жинси, дини, миллати, терисининг рангининг оқ-қоралиги, оилавий ҳолати, яшаш жойидан қатъий назар, шу соҳада кўрсатиладиган хизматлардан фойдаланиш.
3. Танлов. Оилани режалаштириш усулларни қўллаш ёки қўлламаслик, қайси усулларни қўллаш масалаларини эркини ҳал қилиш.
4. Ҳавфсизлик. Оилани режалаштиришни хавфсиз ва самарали усулларидан фойдаланиш.
5. Алоҳида шароит. Маслаҳатчи билан алоҳида юзма - юз суҳбатлашиш.
6. Қадр-қиммат. Ўзига нисбатан яхши муносабат ва иззат - ҳурматни ҳис этиш.
7. Хуфёналик. Ўзига таалуқли маълумотлар сир қолишига ишонч ҳосил қилиш.
8. Узлуксизлик. Контрацепция усулларидан фойдаланиш зарурияти келиб чиққан давр мобайнида уларни қўллаш.
9. Қулайлик. Қабул чоғида ўзини қулай ва эркин ҳис қилиш.
10. Эркин фикр билдириш. Кўрсатилган хизматлар тўғрисида ўз фикрини билдириш.

Маълумотларга асосланиб танлаш бу онгли равишда маслаҳат бериш – оилани режалаштириш бўйича кўрсатиладиган хизматларнинг зарурий ва жуда муҳим қисмидир. У маслаҳатчи ва мижознинг ўзаро шахсан мулоқотига асосланган бўлади ва натижада, турли контрацепция усуллари тўғрисида тегишли маълумотларга асосланиб, улардан бирини танлашида мижозга ёрдам беради.

Маслаҳат беришнинг олти асосий тамойиллари:

- 1-маслаҳат. Ҳар бир мижозга бир хил яхши муомилада бўлинг. Агар маслаҳатни хушмуомила бўлса, ҳар бир мижозга иззат-ҳурмат билдирса, у албатта ўзига нисбатан ишонч қозонади. Маслаҳатчи тинглашга тайёр

бўлиб диққат-эътибор, сабр-қаноат билан мижознинг саволларини эшитиши, мижоз эса ўзини маълумотларини таркаб кетмаслигига ҳамда ҳеч каерда муҳокама қилинмаслигига ишонч ҳосил қилиши керак.

2-маслаҳат. Маслаҳат бериш бу маслаҳатчи ва мижознинг ўзаро ҳаракатидир. Маслаҳатчи тинглайди, аниқлайди ва мижозга жавоб қайтаради. Ҳеч қачон иккита бир хил мижоз учрамайди. Ва агар маслаҳатчи мижознинг вазиятини, эҳтиёжини ва муаммосини тушуна олсагина, у мижозга энг яхши ёрдам бериши мумкин.

3-маслаҳат. Мижознинг эҳтиёжидан келиб чиққан ҳолда маълумотларни ёритинг. Масалан, аёлларнинг ёшига қараб турли усулларни таклиф қилиш мумкин. Маслаҳатчи ўз вазиятидан келиб чиқиб, ёритилган маълумотни тушуниб олишида ва қабул қилишида мижозга ёрдам бериши керак.

4-маслаҳат. Маълумотлар жуда катта ҳажмда берилмаслиги муҳим аҳамият касб этади. Танлаб олиши учун мижозга оилани режалаштириш бўйича барча маълумотларни ёритиб бериш керак. Шу билан бир пайтда у ҳар бир усул тўғрисидаги маълумотдан фойдаланмайди. Кўп ҳажмдаги маълумот энг асосий жойларини эслаб қолишга ёрдам бермайди. Маслаҳатчи ортиқча маълумотларни ёритса, муҳокама қилиш ва саволларга жавоб бериш учун оз вақт қолади.

5-маслаҳат. Мижознинг хоҳшига қараб маслаҳат беринг. Маслаҳатчи маълумотларга асосланган ҳолда танлаб олишида мижозга ёрдам бериши ва ҳаттоки барча таклиф қилинган усулларни мижоз рад қилган ёки қарор қабул қилишни кейинга сурган ҳолларда ҳам мижознинг танловини ҳурмат қилиши керак.

6-маслаҳат. Мижознинг тушунуб олишига ва эслаб қолишига ёрдам беринг. Маслаҳатчи ҳар бир усулнинг қанақалигини ва ундан қандай фойдаланиш мумкинлигини кўрсатиб бериши керак. Шунингдек ахборотли ва кўрсагазмали қўлланмалардан ҳам фойдаланиш зарур, мижоз уларни диққат билан ўрганиши ёки ўзи билан олиб кетиши мумкин.

Репродуктив саломатлик фақат соғлом оилани шакллантиришнинг ўзини назарда тутиш билангина чекланмайди. Оилани соғлом ва фаровон қилиб шакллантиришда хомиладор бўлишдан асрайдиган воситалар, яъни контрацептивлардан фойдаланиш, шубҳасиз репродуктив саломатликнинг биринчи поғонасидир. Шунда абортлар камайиши, болалар бенуқсон бўлиб туғилиши бундан ташқари жинсий йўл билан юқадиган касалликлар, репродуктив система аъзоларининг рак олди ва рак касалликлари камаяди. Жинсий саломатлик масалаларини ҳал қилиш

репродуктив саломатлик билан бевосита боғлиқ. Репродуктив саломатликни сақлаб мустаҳкамлаб бориш жамиятда ижтимоий ўзгаришлар рўй беришга олиб келади. Оила ва жамиятнинг иқтисодий аҳволи яхшиланади. Тўғри овқатланиш имкони туғилади. Чаноқ аъзоларининг яллиғланиш касалликлари ва бепуштлик холлари камаёди. Оналар ва болалар ўлими камаёди. Интергенетик давр узайиб, болани кўкрак сути билан боқиб бориш унинг саломатлиги яхшиланишга ёрдам беради.

Фойдаланилган адабиётлар рўйхати:

1. Ф.М. Аюпова, Г.А. Ихтиярова, Г.И. Матризаева. "Акушерлик ва гинекология" Бухоро-2021 й. Электрон дарслик. 407-416-бетлар
 2. Г.А. Ихтиёрова, Х.Н. Негматшаева, Х.Т. Шодиева. Акушерлик ва гинекологияда хамширалик иши" Тошкент-2019 й. Электрон дарслик. бет. 324-344-бетлар
 3. Я.Н. Аллаёров, Д.Қ. Тошева " Оналикда хамширалик парвариши" Тошкент. 2012 й. 114-120-бетлар
 4. "Аҳоли ўртасида репродуктив саломатлик борасида билим даражасини ошириш." Ўқув кулланма. Ташмухаммедова Д.Г. Асадов Д.А. ва бошқалар. Тошкент 2019 й 39-45-бетлар.
 5. Замонавий контрацепция усуллари бўйича маслаҳатлар бериш Семинар иштирокчилари учун ўқув-услубий қўлланма. Ўзбекистон, 2019 й.
 6. ЖССТ хужжатлари асосида тузилган. Соғлиқни сақлаш дастури. GFA. "Контрацепция усулини танлаш учун қарор қабул қилиш бўйича қўлланма" 2016 й
- Интернет-сайт: www.medi.ru, www.medlinks.ru, www.medscape.com,
www.medland.ru, www.med-lib.ru, www.ksmed.ru/pat/gynecology,
www.medsan.ru,