



**Yoshlarni ayniqsa qizlarni oilaviy
hayotga tayyorlash, erta turmush
qurishning oldini olish**



Muhtaram Prezidentimiz “Yuksak ma`naviyat yengilmas kuch” asarlarida alohida ta`kidlaganlaridek, “Aqli raso har qaysi inson yaxshi anglaydiki, bu yorug` dunyoda hayot bor ekan, oila bor. Oila bor ekan, farzand deb atalmish bebaho nemat bor. Farzand bor ekan, odamzot hamisha ezgu orzu va intilishlar bilan yashaydi”.

Shunday ekan oila –o`zining bir qator jihatlari bilan ajralib turadi:

Birinchi dan, oila ko`p muddatga, yani bir necha o`n yillar va ko`p yillarda mavjud bo`ladi;



Ikkinchidan, oilada shaxslararo

- **munosabatlarning bir necha turlari amalga oshadi, yani milliy mafkuramizga oid ilk tushunchalar, avvalo oila muhitida singadiva bu jarayon bobolar o`giti, ota ibрати, ona mehri orqali amalga oshadi. Bunda oilaviy munosabatlarda tarbiyaviy, psixologik, hissiy, moliyaviy, jinsiy va boshqa vazifalarning amalga oshirilishi kuzatiladi;**

Uchinchidan, oiladagi barcha munosabatlar zaminida ijobiy yoki salbiy holatlar yuzaga keladi, yani oila a`zolaridan kimnigdir kimgadir ta`siri oqibatida shaxs komil inson darajasiga yetishi yoki tarbiyasi o`gir, xulqi buzuvchi odam bo`lib tarbiyalanishi mumkin.



Oilaning mustahkamligi –oila qurayotgan yoshlarning , ayniqsa qizlarning oilaviy hayotga qay darajada “yetilgan”liklariga bog`liq. Nikohga yetuklik deyilganda oila quruvchi yoshlarning jismoniy(fiziologik), psixiologik, jinsiy, ma`naviy-axloqiy, huquqiy kabi yetuklik jihatlarini farqlash mumkin.

Yoshlar oila qurayotganlarida bu hususiyatlar hal qiluvchi bo`lib hisoblanadi. Albatta bunday qobiliyatlar bir kunda shakllanmaydi. Ular oldingi hayoti davomida unga berilgan tarbiya ta`sirida sata-sekinlik bilan shakllanadi. Qizlarni oilaviy hayotga tayyorlashda quyidagilarga e`tibor berish lozim:



Yer yuzida yashovchi odamlarning yarmidan ortig'i - bu 25 va undan katta yoshdagilardir.

Bir yarim milliard aholini 10-24 yoshdagilar tashkil etadi.

Erta turmush qurish va erta ota-onalik muammolari ortib bormoqda.

Nikohgacha va erta jinsiy munosabatlar soni ortib bormoqda.

OITS va JYOYuKlar bilan birlamchi kasallanish asosan yoshlar o'rtasida keng tarqalmoqda.

Zararli moddalar miqdori borgan sari ortmoqda.



JINSIY SALOMATLIK
BORASIDA MUAMMOLAR
QANDAY
VUJUDGA KELADI?



Ko'pgina jinsiy muammolar o'smirlar o'z jinsiy harakatlarini nazorat qilib bilmasliklari natijasida kelib chiqadi. Ular bu borada o'z xohishlari bilan jinsiy hayotni boshlagan bo'lsalar, uning OQIBATLARI to'g'risida kam ma'lumotga egadirlar yoki ulardan kuchliroq biror bir shaxs bu yo'lga ularni majburlagandir.

Jiddiy oqibatlardan biri erta nikoh qurish hamda farzandning dunyoga kelishi hisoblanadi.

Onalar o'limining 15-19 yoshli o'smir qizlar orasidagi ko'rsatkichi 20-24 yoshli qizlar orasidagi ko'rsatkichdan 3 barobar yuqori turadi. Bolalar o'limining ko'rsatkichlarini kamaytiruvchi omillardan biri, 18 yoshdan so'ng birinchi farzandni ko'rish hisoblanadi.



Bu mavzuga aloqador yana bir muammasi qarindoshlar o'rtasida ya'ni er va xotin yaqin qarindosh bo'lganda turmush qurishdir.

Bu ko'p hollarda madaniy, ijtimoiy, ta'lim va din sohasidagi omillarga bog'liqdir. Qarindoshchilik bundan tashqari bexatar bo'lmagan onalikni asosiy omili hisoblanadi: (asoratlangan homiladorlik, o'lik homila, bolalar va go'daklar o'limi, tug'ma nuqsonlarning yuqori havfi, o'sma kasalliklari va boshqalar).

Xirsiy zo'ravonlik ham jinsiy salomatlikning asosiy muammolaridan biri hisoblanadi. Bunga o'smir qizlarni havfli vaziyatlarda zo'rlash, tegajog'lik qilish, do'q-po'pisa qilish, kamsitish yoki foxishalikka majburlashlar kiradi.

ERTA TURMUSH QURISH VA ERTA OTA-ONALIK



Ko'pincha nikoh, ayniqsa, qizlar uchun ulg'ayish belgisi bo'lib hisoblanadi. 18 yoshdan - 34 yoshgacha bo'lgan ayollarga nisbatan o'smir qizlarda kasallanish va o'limga olib kelishi havfi yuqori bo'ladi. Bundan tashqari, bu jarayon qiz bolani ta'lim olishini to'xtatishga majbur etadi. Uning iqtisodiy kelajagini qisqartiradi, boshqalarga tobe qilib qo'yadi. Homiladorlik vaqtida esa uning o'zi uchun va bolasi uchun katta havf tug'diradi. Ko'pincha turmushga chiqmagan qiz homiladorligi tufayli nikohdan o'tishga majbur bo'ladi. Uning sherigi bunga tayyor bo'lmaganligi sababli, keyinchalik ajralib ketishi mumkin.

Bu esa yakka onalik qilishga olib kelib, kelajakda uning qiyin iqtisodiy va ijtimoiy ahvolini vujudga keltiradi.

ISTALMAGAN HOMILADORLIK VA ABORT



O'smirlarda istalmagan homiladorlikning havfini oshiruvchi bir nechta omillari mavjud. Ko'p hollarda istalmagan homiladorlik o'smirlar o'rtasidagi jinsiy munosabatlar natijasida kelib chiqadi. Chunki, jamoatchilik orasida jinsiylik mavhum mavzu hisoblanadi.

Yosh o'smirlar jinsiylik to'grisida aniq bo'lmagan va noto'g'ri fikrlarga ega. Kasallanish va o'lim havfi ona va bola uchun o'smir ona qanchalik yosh bo'lsa, shuncha yuqoridir. Istalmagan homiladorlik bundan tashqari abortga olib keladi. Ayniqsa, tajribasiz va uyatchang o'smirlarda bu hol ko'p uchraydi. Agarda abort noqonuniy bajarilgan bo'lsa, sog'liqni yo'qotish va kelgusida farzand ko'rish qobiliyatini yo'qotish havfi yuqori bo'ladi.

JINSIY YO'L ORQALI YUQADIGAN KASALLIKLAR



O'smirlar orasida himoyalannmagan jinsiy aloqaning asosiy oqibatlaridan biri - bu kelgusida ayolning farzand ko'rishiga ta'sir qiluvchi jinsiy yo'l orqali yuqadigan kasalliklardir (JYOYuK).

O'smirlar orasida ohirgi 20 yil ichida JYOYuK ko'payib bormoqda. Ko'p uchraydigan kasalliklar orasida so'zak, xlamidioz, zahm va herpes, hamda OITSGa olib keluvchi OIV - infeksiyasidir. Bu kasallikni oldini olish uchun, jinsiy aloqadan tiyinish va jinsiy aloqa vaqtida prezervativlardan keng foydalanish kerak.

ZARARLI ODATLAR



° Muammo tug'diradigan hatti-harakatlar; spirtli ichimliklar, giyohvand moddalar va tamaki mahsulotlarini iste'mol qilish hisoblanadi.

Spirtli ichimliklarni iste'mol qilish muammosi, nisbatan ko'prok uchraydi. Alkogolizm ijtimoiy o'zgarishlarga qarshi bo'lgan hulq-atvorni shakllanishiga olib keladi va shu bilan birga u ko'pgina yo'l-harakati fojialariga olib kelib, bu o'z o'rnida yoshlarni nogironligi va o'limiga sabab bo'ladi.

Alkogolizm muammolari o'smirning yoshi ulg'aygani sari ko'payib boradi va u qizlardan ko'ra yigitlar orasida ko'proq tarqalgandir. Asosan, spirtli ichimliklarni o'smirlar tomonidan iste'mol qilinishiga ular tomonidan tashkil etilayotgan yig'inlar sabab bo'lmoqda.


JINSIY TARBIYA VA HULQ ATVOR



Jinsiy tarbiya umumahloqiy tarbiyaning bir qismi bo'lib, uning asosida o'smir yoshlarni «katta hayot» va mas'uliyatli ota-onalikka tayyorlash yotadi. Bu tarbiya o'smir ulg'aygani sari murakkablashib boradi.

Bugungi kunda yoshlar jinsiy munosabatlar haqida yetarlicha ma'lumotga ega bo'lmasada, jinsiy hayotni erta boshlashmoqda. Xo'sh, jinsiy tarbiyani qaysi yoshdan boshlab berish kerak va u o'z ichiga nimalarni qamrab olishi kerak?

Jinsiy tarbiyani farzand balog'at yoshiga yetgan davrdan emas, balki uning murg'aklik davridanoq boshlash kerak.



Dunyoda har yili 15 yoshdan 19 yoshgacha bo'lgan qizlarning 14 millioni turmushga chiqib va chiqmasdan homilador bo'ladilar. Ma'lumot va bilimning yetarli emasligi o'smirlar orasidagi istalmagan homiladorliklarga sabab bo'lmoqda. Ushbu yoshlarda, homilador bo'lish qizlarning ko'pgina asoratli tug'ruqlarga, hattoki, ularning o'limga yuz tutishlariga olib kelmoqda. O'smir qizlarda tug'ruq yo'llarining hali tug'ruqlar uchun yetarlicha rivojlanmaganligi ko'pincha asoratli tug'ruqlarga sabab bo'ladi. Hisobotlarga qaraganda, shu tariqa ketsa rivojlanayotgan mamlakatlarda 10 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan o'smir qizlar orasida turmushga chiqish 82 millionni tashkil etishi mumkin.

Erta turmushga chiqish va farzand ko'rish bunday qizlarning bilim olishlarini chegaralaydi. Ayni paytda 15 yoshdan 19 yoshgacha bo'lgan turmushga chiqqan ayollarning 17%i homiladorlikdan saqlanish vositalaridan foydalanadilar.

O'SMIRLAR ORASIDAGI HOMILADORLIK OQIBATLARI

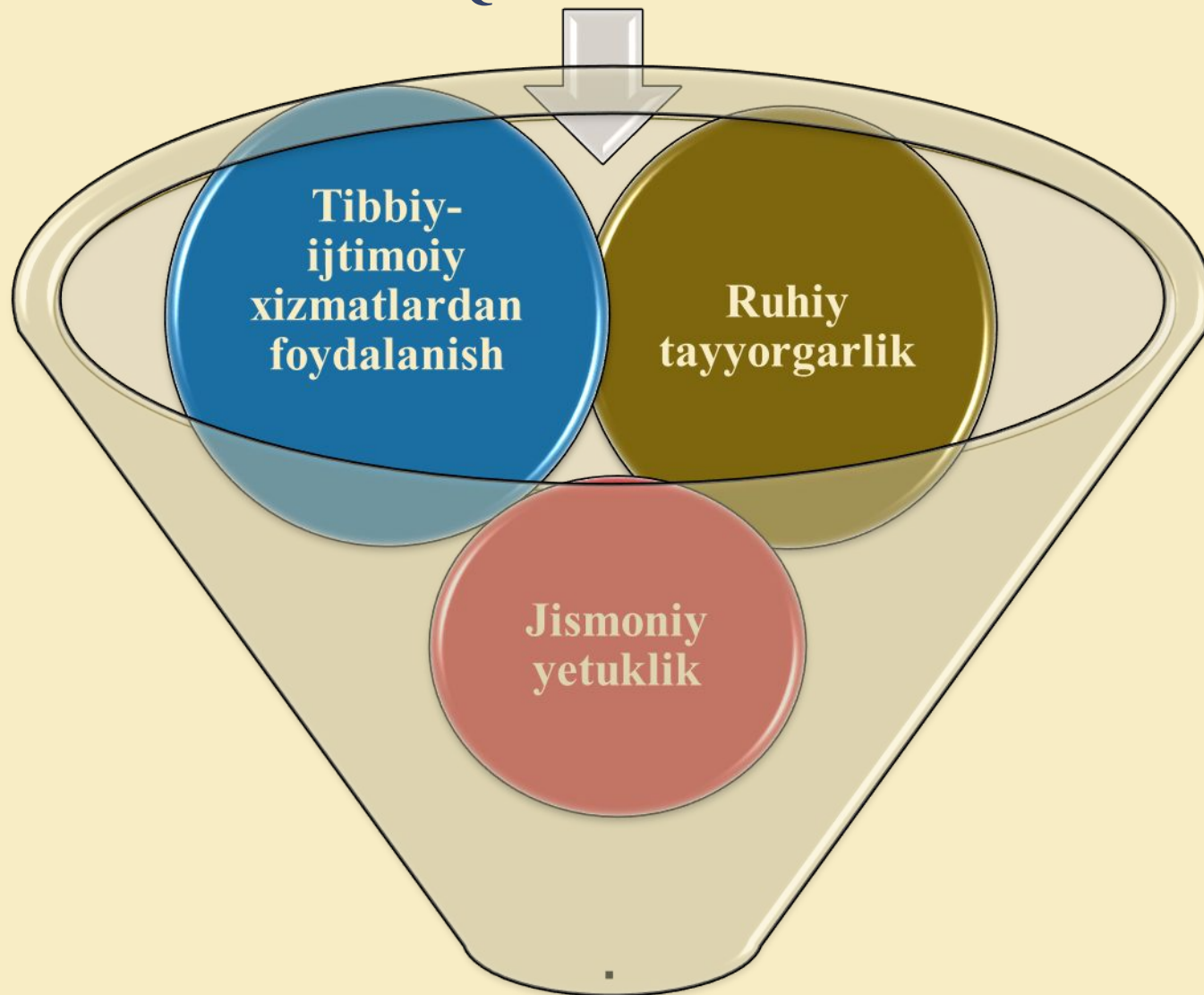


O'smirlik davrida o'smir qiz bola organizmi balog'atga yetadi. Balog'atga yetish davrining tugashi bo'lib hayz ko'rish kuzatiladi. Lekin o'smir qizda hayz ko'rish tananing homilador bo'lishga tayyor ekanligini ko'rsatsada, homilador bo'lishga jinsiy jihatdan tayyor bo'lsada, hali u jismoniy va ruhiy jihatdan tayyor emas.

Homiladorlik uning salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Balog'atga yetish davridagi qiz bola tanasining o'ziga xos xususiyatlari homiladorlikning kechishi va tug'ruq vaqtida ta'sirini ko'rsatadi.

O'SMIRLAR HOMILADORLIGINING KECHISHI QUYIDAGI OMILLARGA BOG'LIQ BO'LADI





Bachadonning to'liq rivojlanishi oxirigacha yetmaganligi uchun homilaning tushishi, chala tug'ilish kuzatiladi. O'smir qiz bola organizmiga xos gormonlarning homiladorlik vaqtida yetarli ishlab chiqmasligi ham, bolaning ona qornida mukammal o'sishiga salbiy ta'sirini ko'rsatmay qo'ymaydi va homila rivojlanishidagi turli o'zgarishlarni kuzatilishi mumkin.

Balog'atga yetmagan onaning suyak sistemasi to'liq yetilib ulgurmagan bo'ladi va homilaning shakllanishi va rivojlanishi uchun barcha mikroelementlar, oqsil moddalari ona organizmidan olinib, shu bilan onaning ham bolaning ham nosog'lom bo'lishiga olib keladi.

O'smirlar homiladorligida kamqonlilik ko'p uchraydi va ulardan ham kamqon, nimjon bolalarning tug'ilish ehtimoli ko'p bo'ladi.



Homiladorlik kuchli toksikoz bilan kechishi, tug'ruqlarning vaqtidan oldin bo'lishi va turli asoratlar bilan tugashi mumkin. O'smir qizning tos suyagi o'lchamining yetarli darajadagi hajm va kattalikka ega bo'lishga ulgurolmasligi oqibatida, tug'ruq davrida turli asoratlar kuzatilishi mumkin.

Yosh ayollar uchun, asosan, o'smir qizlar uchun tug'ruq ancha havflidir.

Homiladorlik vaqtidagi va tug'ruq vaqtidagi turli havflar 15-19 yoshli onalar o'rtasida 2 marta, 15 yoshgacha bo'lgan qizlar orasida esa 5 marta ko'p kuzatilmoqda, 13-17 yoshli onalar o'rtasida onalar o'limi 5-8 marta oshadi.

Shuning uchun tug'ruq uchun eng qulay vaqt oralig'i 20 yoshdan to 30 yoshgacha deb tanlangani tajribada ma'lum.



Турмуш қуришда қизлар учун керакли маслаҳатлар.



Ёш қизлар оила қуриш учун қуйидагиларни билишлари керак:



- Неча ёшдан турмуш қуриш керак;
- Никоҳдан аввалги тиббий кўрик;
- Ҳомиладор бўлишнинг энг қулай даври;
- Туғруқ орасидаги интервал;
- Эрта турмуш қуришнинг оқибатлари;
- Қариндош – уруғлар ўртасидаги никоҳларнинг салбий оқибатлари.



Неча ёшдан турмуш қуриш керак?



- Республикамизда ёшларнинг турмуш қуриши учун «Оила кодекси»га асосан эркеклар учун 20 ёш, аёллар учун 18 ёш белгиланган.
- Далилларга асосланган тиббиёт хулосалари бўйича оила қуриш учун энг қулай давр қизлар учун 20-24 ёш, йигитлар учун 24-26 ёш ва уларнинг ёшлари орасидаги фарқ 3-6 ёшгача бўлгани маъқул. Аввало йигит ва қизларимиз турмуш қуришдан олдин тиббий кўрикдан ўтишлари лозим.



Никоҳдан аввалги тиббий кўрик



Вазирлар Маҳкамасининг 2003 йил 25 августдаги «Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўриқдан ўтказиш Низоми тўғрисидаги» 365-сонли Қарори асосида никоҳланувчи шахслар ФХДЁ бўлимига ариза берганларидан сўнг қуйидаги касалликларни аниқлаш учун текширувлардан ўтадилар:

1. Руҳий касалликлар
2. Гиёҳвандлик
3. Сил касаллиги
4. Жинсий йўл орқали юқадиган касалликлар
5. Орттирилган Иммуни Танқислиги Синдроми



- Никоҳдан аввалги тиббий кўрик – никоҳланувчи шахсларнинг юқоридаги мутахасисликлардан тиббий кўриқдан ўтиб, уларнинг соғлигини аниқлаш.
- Тиббий кўрик вақтида юқорида қайт этилган касалликлардан биронтаси аниқланса, касал бўлган шахс маълум бир вақт ичида ушбу касалликдан даволангандан сўнг никоҳ қайд этилиши мумкин.
- Улар ўзлари яшайдиган ҚВП, оилавий поликлинаикалар, тиббиёт марказларидан маслаҳат олишлари мумкин.
- Бу ирсий касалликларининг олдини олишда муҳим аҳамиятга эга.





Тиббий кўриқдан
соғлом деб
топилгандан сўнг
никоҳ қайд этилиб
соғлом ва бахтли
оила барпо этиш
учун қадам
ташланади.

Келинлик бурчини адо этган холда,
янги ҳаётга, янги оилага қадам қўяди.
Бу эса унинг келажакда шу оилага
соғлом авлодни дунёга келтириш
мажбуриятини юклайди.



- **Ҳомиладор бўлишнинг энг қулай даври:**
- Аёллар учун фарзанд кўришнинг энг қулай даври **20-30 ёш** оралиғи ҳисобланади. Ҳомиладорлик муддати тўққиз ой давом этади. Ҳомиладорлик даврида тиббий кузатув олиб борилади. Тиббий кузатувлар аёл ва бўлажак фарзандини ҳомиладорлик ва ундан кейинги даврда соғ-саломат бўлишларини таъминлайди.
- Қиз болалар **18 ёшгача** ҳомиладор бўлиши мумкин эмас, чунки унинг танаси ҳомиладорликга тайёр бўлмайди. (агар аёл 18 ёшгача ҳомиладор бўлиб қолса, бу унинг ва ҳомиланинг саломатлигига салбий таъсир кўрсатиши мумкин).



Хомиладорлик яхши кечиб,
оилада соғлом авлод дунёга
келишига шароит яратилади.
Кейинги авлодни соғлом
туғилиши учун албатта
туғруқ оралиғига риоя
қилиш керак бўлади. Бу ҳам
онанинг саломатлигини ва
бола соғлом бўлишини
таъминлайди.



Туғруқ орасидаги интервал:

Туғруқ оралиғи – бу туғруқдан кейин она саломатлигини тўла тиклаб олиши учун зарур бўлган муддатдир. Туғруқлар оралиғи камида 3 йил бўлиши керак.

Бу муддат фарзандларнинг етарли даражада жисмоний ва ақлий ривожланиши учун шароит яратиб беради.



Туғруқ оралиғининг қисқа бўлиши нималарга олиб келади?

- Онада камқонлик ривожланада;
- Касалликларга берилувчан бўлиб қолади;
- Навбатдаги хомиладорлик туфайли кўкрак билан эмизишни давом эттириб бўлмайди;
- Ҳомиланинг ривожланиши ва ўсиши учун зарур бўлган озиқ моддалар етарли даражада бўлмайди;
- Болани парвариш қилишга эътибор пасаяди.



Туғруқ оралиғидаги муддатни сақлашнинг фойдаси:

- Аёл саломатлиги тўлиқ тикланади;
- Кейинги ҳомиладорлик ва туғруқ фаолияти давомида юзага келиши мумкин бўлган асоратлар камаяди;
- Болага эътибор бериш имконияти ортади ва соғлом ўсади;
- Оналар ва болалар ўлими камаяди;
- Оиладаги иқтисодий ва руҳий муҳит яхшиланади.



- Турмуш қуриш яхши, лекин ҳамма нарсани ўз вақти, соати бўлгани яхши. Эрта турмуш қурилса кўплаб муаммоларга дуч келиш мумкин.



Эрта турмуш қуриш оқибатида қуйидаги муаммоларга дуч келадилар.

- Эрта турмуш қуриш оқибатида қиз болалар ўз мустақилликлари ва эркинликларидан чекланадилар.
- Эрта турмуш қуриш оқибатида оилада мавжуд бўладиган муаммолар ечимини тўғри ва мақсадли хал этишда қийинадилар.



- Эрта турмуш куриш оқибатида дунёга келган фарзандларини парвариш қилишда ва тарбиялашда жуда кўп қийинчиликларга дуч келадилар. (чунки ёш ўсмир қиз ўзи тарбияга мухтож)
- Эрта турмуш куриш оқибатида ўз тенгдошлари каби хаёт ғўзаллигидан тўлиқ бахраманд бўла олмайдилар. (ўз истаклари ва орзу хавасларини рўёбга чиқаришда жуда кўп қийинчиликларга дуч келадилар).



Турмушга чиқаётганингизда албатта кимлиги билан қизиқинг, чунки қариндош — уруғ ўртасидаги никоҳдан ногирон фарзанд туғилиши мумкин.



Қариндош – уруғлар ўртасидаги никоҳларнинг салбий оқибатлари.

Қариндош – уруғлар ўртасидаги никоҳлар сабабли улардан ирсий касалликка чалинган фарзандлар туғилади.

Носоғлом фарзанд туғилиш хавфи қариндош – уруғлар қанчалик яқин бўлса, шунчалик юқори бўлади.

Ирсият деганда - ота-оналарнинг ўзига хос белгиларни навбатдаги авлодларга бериш хусусияти тушунилади.



Ҳозирги вақтда 6 мингдан ортиқ туғма ирсий касалликлар мавжудлиги қайд этилган. Шулардан 1,5 мингтаси даволаб бўлмайдиган ёки умрбод даволаш керак бўлган касалликлардир. Чақалоқларнинг 5 % ирсий касаллик билан туғилаётганлиги, 1 % ҳолатда болаларнинг ўлик туғилаётганлиги, аёллар ва эркекларнинг бепуштлиги, 1 ёшгача бўлган болалар ўртасидаги ўлимнинг бир қисми ирсий омиллар билан боғлиқ.

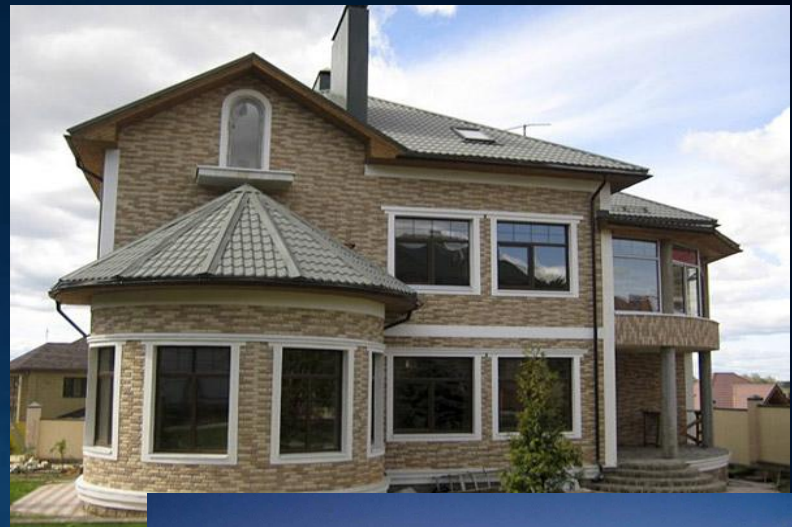




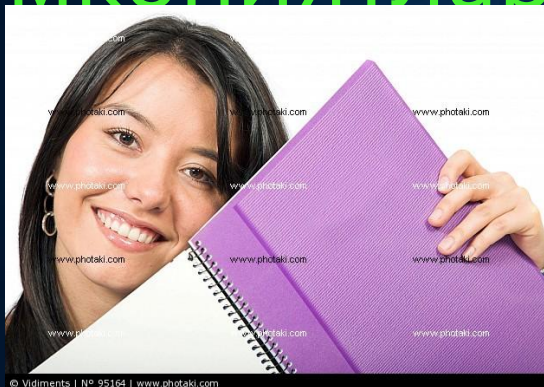
Фарзандларингиз
келажагини ўйлаб
уларнинг соғу-саломат,
баркамол бўлиб вояга
етишини истасангиз
қариндош-уруғлар
ўртасидаги
никоҳлардан
воз кечинг!



Қизлар вақтни бой
бермасдан сизлар учун
яратилаётган
имкониятлардан
фойдаланиб қолинг.



Усмир қизлар учун имкониётлар.



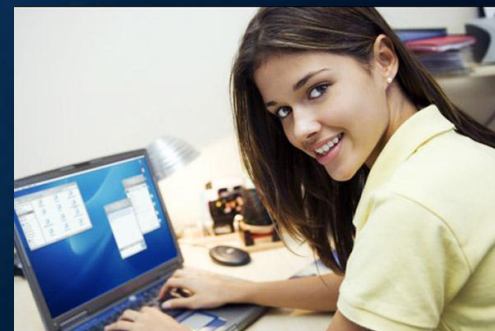
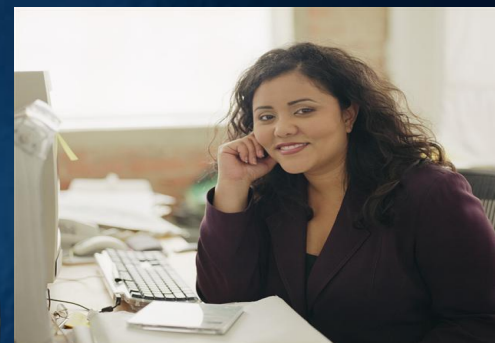
Ўқиш ва
касб
ҳунар
эгаллаш



Саёҳат



Карьера





***ЭЪТИБОРИНГИЗ УЧУН
РАХМАТ!***