

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕВОЧЕК ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Утамурадова Нигора Абдурахмановна

ассистент кафедры "Общей гигиены и экологии"

Самаркандского государственного медицинского университета

Рахманова Камола Комилжоновна

клинический ординатор I-курса

Аннотация: Изучение репродуктивного здоровья населения является ведущим направлением современных гигиенических исследований. Формирование репродуктивных функций девочек является ключевым звеном роста и развития женщины в целом. Репродуктивное здоровье и детородная функция женщин формируются со школьного возраста и это статья раскроет некоторые детали физического и психологического развития девочек в школьном возрасте

Ключевые слова: репродуктивного здоровье, психо-вегетативные расстройства, менструальный цикл, соматические заболевания, пубертатный возраст

С развитием вторичных половых признаков у девочек формируется строение тела в соответствии с полом. Развитие девочек заключается не только в внешнем виде, но и в их характере, в поведении, в выполнении домашних дел, в менталитете, в мировоззрении и др.

Следует отметить, что девочки биологически сильнее мальчиков, но физически они слабее. Период полового созревания девочек - с 11-12 лет до 18-20 лет.. Формирование репродуктивных функций, а также их первые ежемесячные менструации происходят в 12-14 лет. Формирование репродуктивного процесса нарушает баланс различных функций в организме. Возникают неврозы, психо-вегетативные расстройства, снижение умственных способностей, иногда депрессивные состояния и прочие.

В таких случаях необходимо облегчить учебную нагрузку, правильно организовать учебный процесс, снизить нормы физической подготовки. Необходимо ограничить физические тренировки у девочек в дни менструации, а в некоторых случаях полностью запретите это.

Реализация репродуктивного здоровья основана на обеспечении следующих принципов

- Учебная нагрузка школьниц должна соответствовать состоянию здоровья

• В период полового созревания, в пубертатном возрасте школьниц учебные нагрузки не должны выходить за пределы установленных и научно обоснованных требований.

• Содержание занятий физической культурой школьниц должно определяться с учетом задач, связанных с их будущим материнством и воспитанием ребенка.

• Обучение девочек в школе и дома должно осуществляться вместе с элементами полового воспитания.

Менструации у разных девушек могут иметь разные периоды, в том числе 21-24-28-30 дней, все эти периоды в норме. Менструальный цикл начинается с первого дня менструации в предыдущем месяце и заканчивается с первым днем менструации в предыдущем месяце. В следующем месяце количество соответствует в среднем 3-5 дням. Анализ причин нарушения менструального цикла у девушек, у которых менструальный цикл не формируется правильно в течение 3 и более лет, показывает, что в его основе обычно лежат:

- Хронические соматические заболевания;
- Чрезмерная учебная нагрузка на организм девочки (изучение языков в музыкальной школе и т.п.).
- Недостаточная выработка половых гормонов в организме в период полового созревания
- Установлено отсутствие одной или нескольких из перечисленных причин.

Вредные привычки, такие как курение, употребление спиртных напитков и т. д. наносят вред организму девочки. К негативным факторам, отрицательно влияющим на репродуктивное здоровье, относится низкий уровень общей культуры семьи, недостатки воспитания, незавершенное образование, некачественное использование свободного времени, недостаточная поддержка и любовь со стороны близких. Это может привести к безответственному отношению к своему здоровью и раннему началу половой жизни

Репродуктивное здоровье и детородная функция женщин формируются со школьного возраста, в котором на патологическое течение менструального цикла отрицательно влияют высокие учебно-воспитательные нагрузки. Менструальный цикл лежит в основе репродуктивного здоровья женщины. По этой причине девушкам необходимо следить за своим менструальным циклом.

Подготовить здоровых и сильных матерей к будущему – значит подготовить здоровое поколение.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Jurakulovna R. D., Utamuradova N. A. RISK FACTORS AFFECTING THE MENTAL HEALTH OF FREQUENTLY ILLNESSES PRESCHOOL

- CHILDREN //Western European Journal of Linguistics and Education. – 2024. – Т. 2. – №. 2. – С. 29-33.
2. Абдурахмановна ООН ВЛИЯНИЕ ЭМБРИОТОКСИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА Плод //Западноевропейский журнал медицины и медицинской науки. – 2024. – Т. 2. – №. 3. – С. 6-13.
 3. Abdiraxmanovna U. N. THE ROLE OF DYSMETABOLIC NEPHROPATHY IN THE DEVELOPMENT OF SECONDARY PYELONEPHRITIS IN CHILDREN //American Journal of Interdisciplinary Research and Development. – 2024. – Т. 26. – С. 157-164.
 4. Zhurakulovna R. D. Abdurakhmanovna UN Current State of the Problem of Rationalization of Schoolchildren's Nutrition //Eurasian Medical Research Periodical. – 2023. – Т. 19. – С. 81-89.
 5. Рахимова Дурдона Джуракуловна, Нигора Абдурахмановна Утамуродова ФАКТОРЫ РИСКА, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧАСТО БОЛЕЮЩИХ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА //Западноевропейский журнал лингвистики и образования 6 февраля 2024 г том 2 №2
 6. Рахимова Д. Д., Шайхова Г. И. 7-17 YOSHLI MAKTAB OQUVCHILARINING JISMONIY RIVOJLANISHINI VAHOLASH //журнал репродуктивного здоровья и уро-нефрологических исследований. – 2022. – Т. 3. – №. 4.
 7. ENVIRONMENTALLY FRIENDLY PRODUCT IS A PLEDGE OF OUR HEALTH! Utamurodova Nigora Abduraxmanovna Abdumuminova Ra'no Narbuvayevna, Qurbonova Latofat Murodulloyevna., WEB OF SCIENTIST:INTERNATIONAL SCIENTIFIC RESEARCH JOURNAL 2022/2№3
 8. Narbuvayevna A. R., Murodulloyevna Q. L., Abduraxmanovna U. N. Environmentally friendly product is a Pledge of our health!. – 2022.
 9. Abdiraxmanovna U. N. THE ROLE OF DYSMETABOLIC NEPHROPATHY IN THE DEVELOPMENT OF SECONDARY PYELONEPHRITIS IN CHILDREN //American Journal of Interdisciplinary Research and Development. – 2024. – Т. 26. – С. 157-164.
 10. Нурмуминовна Г.Г., Абдурахмановна ООН КЛИНИКО-ЛАБОРАТОРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ НЕФРОПАТИИ У ДЕТЕЙ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ //Репозиторий открытого доступа. – 2023. – Т. 9. – №. 2. – С. 116-122.
 11. Utamuradova N., Isanova S. САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКОЕ УЛУЧШЕНИЕ ПИТЬЕВОЙ ВОДЫ //MedicineProblems. uz-Topical Issues of Medical Sciences. – 2024. – Т. 2. – №. 1. – С. 79-84.
 12. Нарбуваевна А.Р., Муродуллоевна К.Л., Абдурахмановна ООН Экологически чистый продукт – залог нашего здоровья!. – 2022.
 13. Норбуваевна А.Р. Значение нитратов в обеспечении безопасности пищевых продуктов //Зона конференций. – 2022. – С. 148-150.
 14. Утамуродова Н. А., Эльмуродова М. А. EFFECT OF COMPONENT APPLICATION OF ORGANIC AND BIOLOGICAL FERTILIZERS ON HEAVY METALS AND PESTICIDE RESIDUES IN SOIL //Web of Medicine: Journal of Medicine, Practice and Nursing. – 2024. – Т. 2. – №. 2. – С. 5-11.