



НОРАЦИОНАЛ ОҚСИЛ ЮКЛАМАЛИ ОВҚАТЛАНИШНИНГ ТАНА ВАЗНИ ВА УМУМИЙ ХОЛАТИГА ТАЪСИРИ

Умарова Нодира Арабжоновна¹

¹ Андижон давлат тиббиёт институти
<https://doi.org/10.5281/zenodo.5813671>

MAQOLA TARIXI

Qabul qilindi: 20-Dekabr 2021
Ma'qullandi: 25-Dekabr 2021
Chop etildi: 30-Dekabr 2021

KALIT SO'ZLAR

Норационал оқсил юкламали овқатланиш, ёғ, углевод, сув, минерал моддалар, витаминлар, гипотрофия ва спортчилар.

ANNOTATSIYA

Инсон организми яшаш ва кундалик энергетик эhtiёжи озиқ таркибидаги: оқсил, ёғ, углевод, сув, минерал моддалар, витаминлар ва бошқа қўшилмалар орқали тўлдиради. Хаётий жараёнлар оқсил моддаларга ва уларнинг биологик функциясига боғлиқ. Норационал оқсил юкламали овқатланиш икки мақсадда қўлланилмоқда. Биринчидан ортиқча тана вазнини йўқотиш бўлса, иккинчидан турли хасталикларда (гипотрофияда, спортчиларда, сурункали юқумли касалликлар билан хасталанган беморларда) қувватловчи ва тана вазнини оширувчи сифатида қўлланилмоқда. Ушбу ишда экспериментал шароитда норационал оқсил юкламали овқатланишни умумий тана вазнига таъсири ўрганилди.

Долзарблиги

Бугунги кунда Республикамиз аҳолисини рационал овқатланишини ташкил қилиш баркамол авлодни тарбиялашда нақадар муҳим муаммолардан бири эканлиги барчамизга маълум.

Шунга биноан давлатимиз томонидан ушбу муаммони бартараф этиш бўйича қатор ижобий ишлар олиб борилмоқда ва бу кўп ҳолларда ўз самарасини бермоқда. Жумладан ҳозирга қадар Республикамизда истиқомат қиладиган аҳолини

овқатланишини ўрганиш бўйича кўплаб тадқиқотлар ўтказилган бўлиб, уларнинг аксариятида мактаб ўқувчиларининг озиқ моддалар билан таъминланиш даражаси таҳлил қилинган, шунингдек оқилона овқатланишни ташкил қилиш бўйича айрим таклифлар берилган. Бироқ ҳали бу борада тадбирларни давом эттириш, айтиб ўтилган аҳоли контингентининг овқатланиши билан боғлиқ масалаларни илмий нуқтаи -назардан янада чуқурроқ ўрганиш бугунги куннинг энг муҳим масалаларидан бири



бўлиб қолмоқда. Нораціонал оқсил юкламали овқатланиш беморларни оқсилли пархезларида: гипотрофия ва сурункали юқумли касаллаклар билан касалланган беморларда қувватловчи ҳамда тана вазнини ошириш мақсадида қўлланиб келинмоқда. Бундан ташқари спортчилар ва ўсмир ёшлар турли хилдаги оқсил маҳсулотларини истеъмол қилишни одат қилмоқда. Интернет маълумотларига кўра ривожланган мамлакатларда оқсил юкламали овқатланишдан ортиқча тана вазнини йўқотиш мақсадида фойдаланилаётганлиги маълум бўлди.

Тадқиқот мақсади: Оқсил юкламали овқатланишни умумий тана вазнига таъсирини экспериментал усулда ўрганиб, тиббиётнинг даволаш, диетология ва ўқув-услубий, илмий жараёнларига тадбиқ этиш.

Материал ва услублар: Тадқиқот объекти сифатида умумий тана вазни 160 грамм бўлган, 70 дона оқ, эркак жинсига мансуб, постнатал онтогенезнинг 120-суткасидаги тажриба каламушлари олинди. Тажриба 60 сутка давом этиши белгиланди. Биринчи гуруҳ назорат гуруҳи бўлиб, виварий рационда (қотган нон, дон маҳсулотлари, турли хилдагисабзавотлар, кўкатлар... ва сув)озиклантирилди. Иккинчи гуруҳ тажриба ҳайвонлари бўлиб 60 сутка мобайнида фақат бир хил турдаги озиқ-қайнатилган тухум оқсили билан боқилди. Хар куни тажриба ҳайвонлари эрталаб соат 7⁰⁰ дан 8⁰⁰ гача электрон тарози ёрдамида истеъмол қилган озиғи миқдори ва тана вазни мунтазам тажриба якунига қадар ўлчаб, таққослаб борилди.

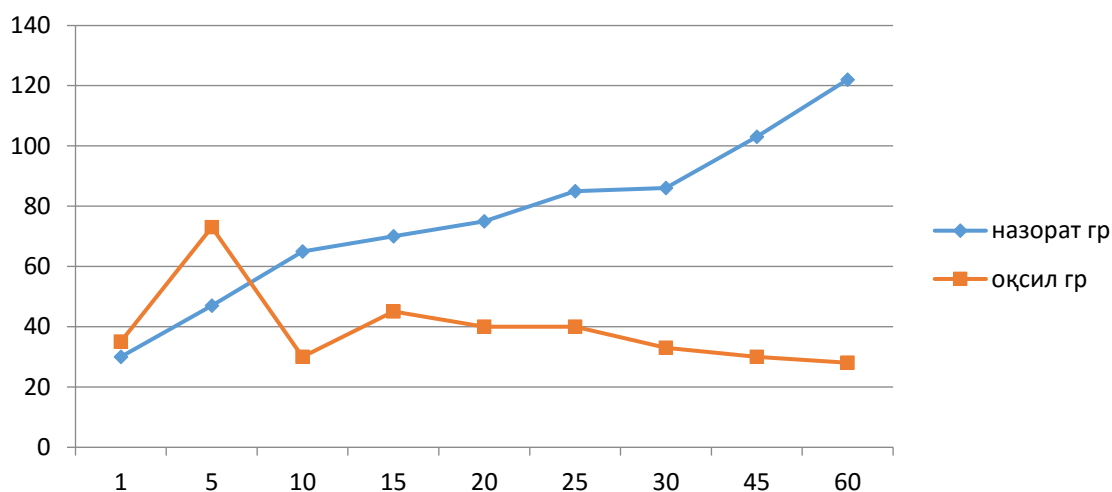
Бажарилган ишнинг асосий натижалари: Биринчи гуруҳ ҳайвонларнинг ташқи кўринишида, тажриба бошланган кундан бошлаб секин аста юнглари тозаланиб, ранглари тиниқлашиб борди. Тажриба якунида юнгларининг узунлиги ва қалинлиги сезиларли даражада ортиб, бир оз хурпайди. Бу гуруҳ ҳайвонлари ташқи турли хил таъасуротларга сезгирлиги ва таъсирчанлиги пасайиб мостлашиб борди. Иштаҳаси эса тажрибанинг учинчи кунда энг юқори бўлиб, кейинчалик секин аста стабил ҳолатга ўтди.

Иккинчи тажриба гуруҳи ҳайвонлари ташқи кўриниши тажрибанинг еттинчи кунигача, юнглари тозаланиб тиниқлашиб борди, сўнгра секин аста нурсизланиб, хиралашиб, сийраклаша бошлади. Тажриба якунига келиб юнглари хира, нозик ва сийрак ҳолатга келди. Бу ҳайвонларнинг ташқи таъсирларга сезгирлиги (айниқса шовқинга) тажрибанинг еттинчи-саккизинчи кундан бошлаб орта бошлади, тажриба якунига келиб ҳар қандай таъсирга ҳам ортиқча таъсирчан бўлиб қолди. Бу гуруҳ ҳайвонларининг иштаҳаси ўзгарувчан ҳолатда бўлиб, тажрибанинг бешинчи суткасида энг юқори, ўнинчи суткасида энг паст даражага тушиб кетди. Умумий ҳолатда тажрибанинг ўн бешинчи суткасида бошлаб тажриба якунига қадар иштаҳа секин аста пасайиб борди. Тажриба ҳайвонларининг кунлик истеъмол қилган озиғи миқдори жадвал ва график тасвирда кўрсатилган.



Тажриба хайвонларининг истеъмол қилган озиғи миқдори бўйича кўрсаткичлар(гр)

Сутка	1	5	10	15	20	25	30	45	60
Назорат гр	30±5	47± 6	65± 5	70± 6	75± 4	85± 5	86± 4	103±5	122±3
Оқсил гр	35±4	73±7	30±6	45±5	40± 6	40± 3	33± 3	30± 4	28± 6



Тажриба хайвонларининг умумий тана вазни хар куни ўлчаб борилди. Биринчи назорат гуруҳи хайвонларининг тана вазни тажрибанинг якунигача ортиб борди. Айниқса тажрибанинг биринчи ярмида кескин ортиб борди. Ўн олтинчи кундан бошлаб, эса ўсиш бироз секинлашди ва тажриба якунига қадар бир меъёрда ортиб борди. Назоратдаги биринчи гуруҳ хайвонларининг, тажрибанинг биринчи ярмида ўртача тана вазни 38% га, иккинчи ярмида эса 10% га ортганлиги аниқланди. Фақат тухум оқсили билан боқилган тажриба

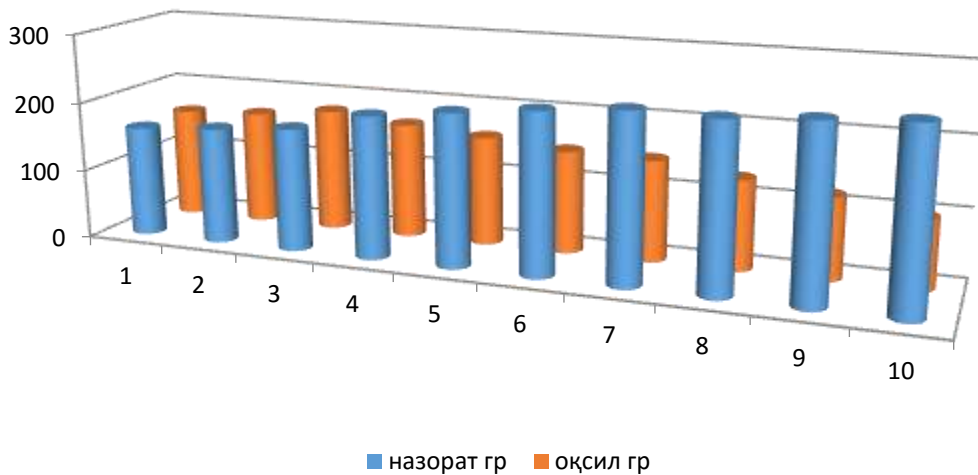
хайвонларининг тана вазни, тажрибанинг биринчи кундан ўнинчи кунигача секин-аста 20% гача камайиб борди, тажрибанинг ўн биринчи кундан бошлаб, тажриба якунигача секин аста камайиб борди.



Тана вазни бўйича кўрсаткичлари (гр)

Сутка	1	3	7	12	17	22	26	30	45	60
Назорат гр	160 ±10	168 ±9	178 ±8	206 ±5	220 ±7	232 ±6	242 ±5	240 ±5	248 ±5	255 ±3
Оқсил гр	160 ±7	165 ±8	178 ±7	167 ±5	158 ±7	148 ±6	146 ±6	130 ±5	118 ±6	100 ±5

Назорат ва тажриба ҳайвонларининг тана вазни бўйича кўрсаткичлари



Юқоридаги кўрсаткичларидан кўриниб турибдики, тажриба ҳайвонлари тана вазни , биринчи назорат гуруҳида доимий бир маромда ортиб бориб, тана вазнини ¼ қисмини ташкил этган. Иккинчи оқсил юкломали тажриба гуруҳи ҳайвонларининг тана вазни тажриба якунигача 1/6 қисмига

камайган. Биринчи назорат гуруҳи ва иккинчи оқсил юкломали тажриба гуруҳи ҳайвонларининг тана вазнини тажриба давомида таққосланганда, тажриба гуруҳи ҳайвонларининг тана оғирлигини кескин ортда қолганлиги, уларнинг ўсиши ва ривожланишини ҳам ортда қолганлигини кўрсатмоқда.



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Дилекова О. В. Морфофункциональная характеристика многокамерного желудка овец в; пренатальном онтогенезе: дис. . канд. ветеринар, наук / О. В: Дилекова. М., 2006. - 133 с.
2. Покровский В. И. Политика здорового питания. Федеральный и региональный уровни / В. И. Покровский, Г. А. Романенко, В. А. Княжев. Новосибирск: СУМ, 2002. - 19 с.
3. Санжапова А.Ф. Особенности постнатального морфогенеза слизистой оболочки фундального отдела желудка белых крыс при длительном потреблении диспергированной пищи / автореф. дис. канд. мед.наук / Санжапова А.Ф.Ульяновск 2008 г.
4. Абатуров Б. Д. Кормовые ресурсы, обеспеченность пищей и жизнеспособность популяций растительноядных млекопитающих / Б. Д. Абатуров // Зоологический журнал. — 2015. — Т. 84, № 10. — С. 1251-1271.
5. Anderson R. Potential antioxidant effects of zinc and chromium supplementation in people with type 2 diabetes mellitus / R. Anderson., A. Roussel., N. Zouari // J. Am. Coll. Nutr. 2011. - Vol. 20, № 3. -P. 212-218.
6. <http://www.aptecka.ru>
7. <http://www.curaremed.ru>
8. <http://www.doktor-zdorovie.ru>
9. <http://www.gigal.uz>
10. <http://www.gkl.uz>
11. <http://www.Lex.uz>