ئاتا- ئانا بولۇش ئالدىدا تۇرغانلار دىققىتىگە

مەمەت ئىمىن دوختۇر

كىرىش سۆز

بالا بىر ئاھىلىنىڭ ۋە بىر مىللەتنىڭ كېلەچىكى.

بىر ئائىلىنىڭ ۋە شۇنداقلا بىر مىللەتنىڭ كەلگۈسى بۇ ئاھىلە ۋە بۇ مىللەت ئەۋلادلىرىنىڭ ئەقىل پاراسەتلىك ۋە ساغلام تۇغۇلىشى ۋە ئۆسۈپ يېتىلىشىگە باغلىق.

ئاتا- ئانا بولۇش ئالدىدا تۇرغانلار دىققىتىگە

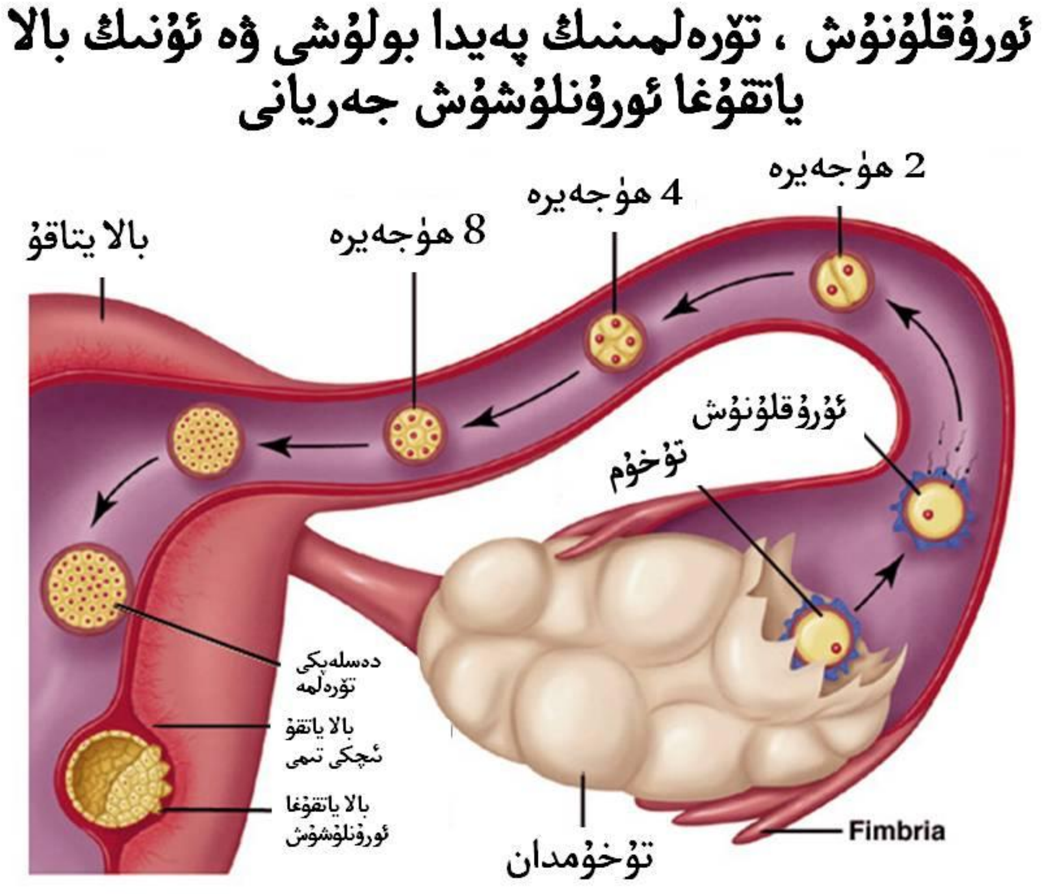
مەمەت ئىمىن

جەمىيەتنىڭ تەرەققىياتىغا ئەگىشىپ ، كىشىلەرنىڭ كېيىنكى ئەۋلاتلىرىغا بولغان كۆز قاراشلىرى ۋە تەلەپلىرى ئۈزلۈكسىز ئۆزگەرمەكتە. كىشىلەر ئەۋلاتلىرىنىڭ ساننى قوغلىشىشتەك ئەنەنىۋى قاراشتىن ، سۈپەت قوغلىشىشتەك يېڭى قاراشقا كۆچمەكتە. نەتىجىدە تىخمۇ كۆپ كىشىلەر قانداق قىلغاندا كەلگۈسى ئەۋلاتلىرىنىڭ ساغلام ۋە ئەقىللىق بولۇشىغا كاپالەت قىلغىلى بولىدىغانلىق توغۇرسىدا ئىزدەنمەكتە.

مەن بۇ يەردە تەكتلەۋاتقان بالىنىڭ سۈپىتىنى يۇقىرى كۆتىرىش دىگەندە ئاساسلىقى ئاپىسى هاملە بولغاندىن باشلاپ بالىنىڭ ئاپىسىنىڭ قوسىقىدا بارلىق ئەزالىرىنىڭ تولۇق يىتىلىشىنى ، ئەقىل پاراستىنىڭ زەخمىگە ئۇچۇرماي ساغلام تۇغۇلۇشىنى ، ۋە ساغلام ئەقىللىق ئۆسۈپ يىتىلىشى كۆزدە تۇتۇلغان.

مەن تۆۋەندا يىگى توي قىلىپ ، تۇنجى قىتىم ئاتا- ئانا بولۇش ئالدىدا تۇرىۋاتقان ياش بىر جۈپلەرگە ۋە ياكى باللىق بولۇش ئالدىدا تۇرىۋاتقان ئاتا ئانىلارغا ئاز تولا پايدىسى بولۇپ قالار دىگەن مەخسەتتە ، ئۆزەمنىڭ بىلگەنلىرى بىلەن بەزى ماتىرىياللارنى بىرلەشتۇرۇپ ، بۇ ئاددى ساۋاتنى يىزىپ ئوقۇرمەنلەرگە سۇندۇم. مەن تۆۋەندە ئاساسى تىمىغا كىلىشتىن ئىلگىرى ئالدى بىلەن تۇخۇمنىڭ ئۇرۇقلۇنۇش ۋە تۆرەلمىنىڭ پەيدا بولۇش جەريانى توغۇرسىدا قىسقىچە توختۇلۇپ ئۆتمەكچىمەن.

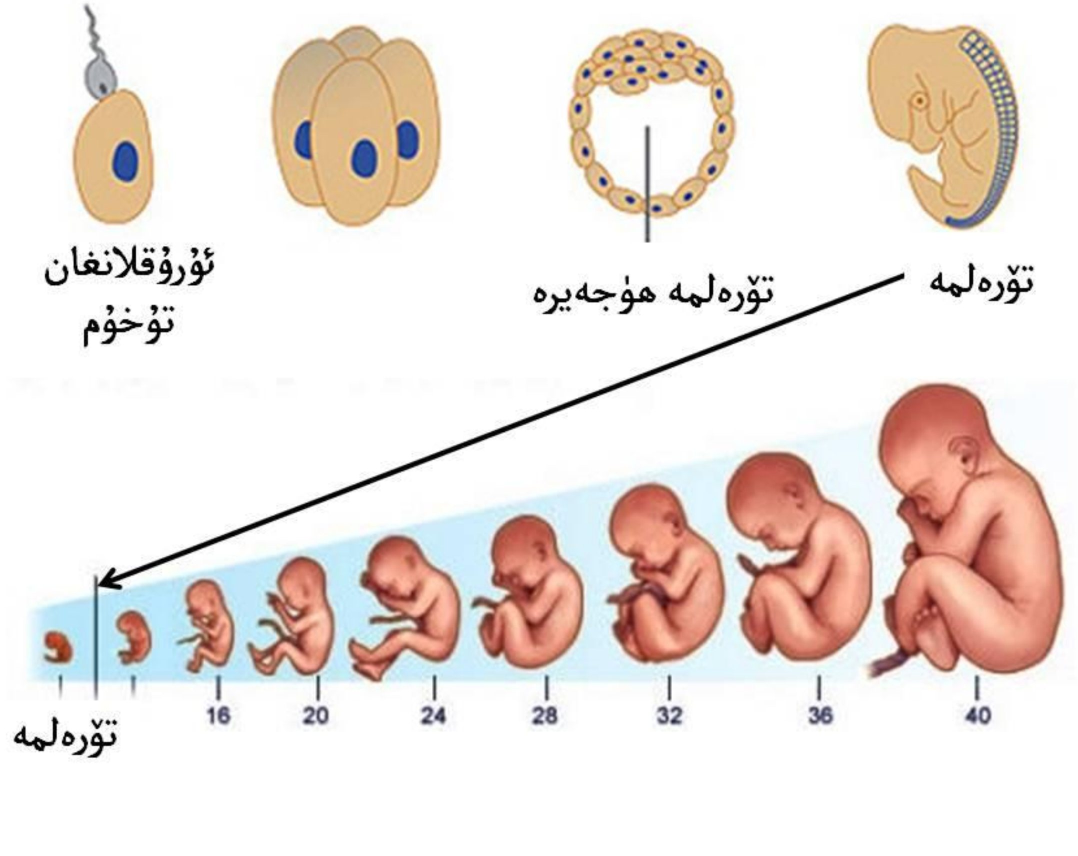
ئۇرۇقلۇنۇش ، تۆرەلمىنىڭ (embryo) نىڭ پەيدا بولۇشى ۋە بالىنىڭ يېتىلىشى



ئەر ئايال جىنسى مۇناسىۋەت قىلغاندا ، ئەر تەرەپنىڭ ئۇرۇقى (spermatozoa) بىلەن ئايالنىڭ تۇخۇمى (egg, ovum) بالا ياتقۇنىڭ ئوڭ ۋە ياكى سول قانىتىدا ئۇز ئارا

ئۇچۇشۇپ ، ئۇرۇقلانغان تۇخۇم بارلىققا كىلىدۇ ، ئاندىن ئۇرۇقلانغان تۇخۇم دەسلەپكى تۆرەلمىگە تەرەققى قىلىدۇ ۋە بالا ياتقۇنىڭ ئوتتۇرسىغا بىرىپ ، ئۇ يەردە بالا ياتقۇ تېمىغا ئورونلىشىدۇ ، ئاندىن رەسمى تۆرەلمە (embryo) پەيدا بولىدۇ.

تۆرەلمە پەيدا بولۇش ۋە بالىنىڭ يىتىلىش جەريانى



تۆرەلمە ئاپىنىڭ بالا ياتقۇسىدا بارا بارا چوڭىيىپ بالا بولۇپ يېتىلىدۇ ، ۋە 40 ھەپتە ئۆسۈپ يېتىلگەندىن كېيىن ، بۇ دۇنياغا كۆز ئاچىدۇ.

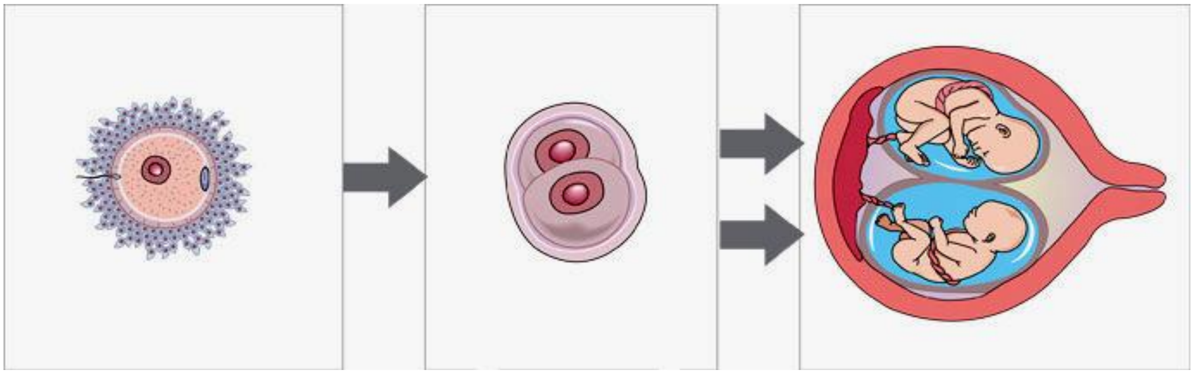
نورمال ئەھۋالدا ، ئاياللارنىڭ ئوڭ سول ئىككى تەرىپىدە ئىككى تۇخۇمدان (ovary) بولۇپ ، بىر ئايدا بىر قېتىم ھەيز كۆرىدىغان ئايال ، بىر ئايدا بىر تۇخۇم ئاجرىتىپ چىقىرىدۇ (ovulation). قىسمەن ئاياللار ئىككى ۋە ئۇنىڭدىن ئارتۇق تۇخۇم ئاجرىتىپ چىرىشى مۇمكىن. يەنە بەزى ناھايىتى ئاز ساندىكى ئاياللار ، بىر ئايدا ئىككى قېتىم ھەيز كۆرىدىغان بولۇپ ، بۇنداق ئاياللار بىر ئايدا ئىككى قېتىم تۇخۇم ئاجرىتىپ چىقىشى مۇمكىن.

نورمال ئەھۋال ئاستىدا ، ئەرلەرنىڭ ئىككى ئۇرۇقدانى (testicular) بولۇپ ، بىر ھەپتىدە ئىككى قېتىم جىنسى مۇناسىۋەت قىلىدىغان ئەر ، بىر قېتىمدا تەخمىنەن 2~

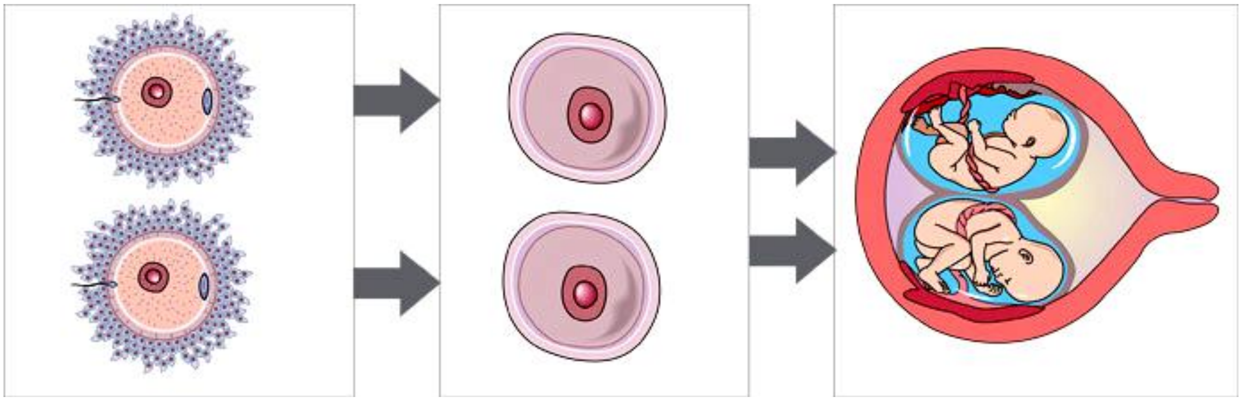
5 مىللىلىتىر مەنىي ، 40 مىليوندىن 100 مىليونغىچە ئۇرۇق (spermatozoa) ئاجرىتىپ چىقىرىدۇ. بۇ ئۇرۇقلارنىڭ ئىچىدە ، شەكلى ۋە ھەركىتى نورمال ئۇرۇق 60% دىن ئارتۇق بولىدۇ. ئەگەر مەنىي ئىچىدىكى ئۇرۇقنىڭ سانى 20 مىليوندىن ئاز بولسا ، ياكى نورمال ئۇرۇق 30% دىن تۆۋەن بولسا ، بۇنداق ئەرنىڭ تۇغماسلىق ئېھتىمالى يۇقىرى بولىدۇ ، ياكى بالىنىڭ سۈپىتى ئېغىر دەرىجىدە تەسىرگە ئۇچرايدۇ.

جىنسى مۇناسىۋەتتىن كېيىن ئەر ئاجرىتىپ چىقارغان ئۇرۇق ، ئايالنىڭ تۇخۇمى بىلەن ئۇچرىشىپ ، ئۇرۇقلانغان تۇخۇم ھاسىل بولىدۇ ؛ ئەگەر بۇ ئۇرۇقلانغان تۇخۇم بىر تورەلمىگە تەرەققى قىلسا ، بىر بوۋاق پەيدا بولىدۇ. ئەگەر بۇ ئۇرۇقلانغان تۇخۇم ، بۆلۈنۈپ ئىككى تۆرەلمىگە تەرەققى قىلسا ، بىر تۇخۇملۇق قوش كىزەك بوۋاق دۇنياغا كېلىدۇ. بۇنداق

قوش كىزەكلەرنىڭ چىرايى ، خۇي پەيلى ، بىر بىرسىگە
بەكمۇ ئوخشۇشۇپ كىتىدۇ.



ئەگەر ئەرنىڭ ئىككى ئۇرۇقى ئايالنىڭ ئىككى تۇخۇمى
بىلەن ئۇچۇراشسا ، ئىككى ئۇرۇقلانغان تۇخۇم ھاسىل
بولىدۇ ، ئەگەر ئۇلاردىن ئىككى تۆرەلمە ھاسىل بولسا
ئىككى تۇخۇملۇق قوش كىزەك دۇنياغا كىلىدۇ.



بۇنداق قوش كىزەكلەر ، بىر تۇخۇملۇق قوش كىزەكلەرگە نىسبەتەن سەل پەرقلىق بولىدۇ. يەنى ئۇلارنىڭ چىرايىدا ۋە ھۆيي پەيلىدە پەرقلەر كۆپرەك بولىدۇ. ئادەتتە قوش كىسەزلەرنىڭ كۆپ قىسمى مۇشۇ تۈرگە كىرىدۇ.

ئەگەر ئەرنىڭ بىر نەچچە ئۇرۇقى ، ئايالنىڭ بىر نەچچە تۇخۇمى بىلەن بىرلەشسە ، ۋە ياكى بىر نەچچە ئۇرۇقلانغان تۇخۇم بۆلۈنۈپ بىر نەچچە تۆرەلمە ھاسىل بولسا ، بىر نەچچە بوۋاق دۇنياغا كېلىدۇ. بىراق بۇ خىل ئاۋھال ناھايىتى ئاز ئۇچرايدۇ.

ئاياللارنىڭ بىر بالىغا هامىلە بولۇش ، ياكى قوش كىزەككە هامىلە بولۇش ۋە ياكى كۆپ بالىغا هامىلە بولۇشى ئەر ۋە ياكى ئايالغا باغلىق ئەمەس ، هەم ئۇنى هېچكىم كونتۇرۇل قىلالمىدۇ.

نورمال ئەهۋال ئاستىدا ئايالنىڭ تۇخۇم ئاجرىتىپ چىقىدىغان ۋاختى ئىككى قىتىملىق هەيىزنىڭ دەل ئوتتۇرىسىغا توغۇرا كېلىدىغان بولۇپ ، بۇ ۋاقىتتا ئەر ئايال جىنسى مۇناسىۋەت قىلسا ، ئايالنىڭ ئىغىر ئاياق بولۇش نىسبىتى ئەڭ يۇقۇرى بولىدۇ. مەسىلەن 30 كۈندە بىر قىتىم هەيىز كېلىدىغان ئايالنىڭ تۇخۇم ئاجرىتىپ چىقىرىدىغان ۋاختى ، تەخمىنەن هەيىزنىڭ 14 ، 15 - ياكى 16 - كۈنلىرىگە توغۇرا كېلىدۇ.

تۇخۇمنىڭ ئۆمۈرى ئادەتتە 24 سائەت ئەتراپىدا بولىدۇ. ئەر ئاجرىتىپ چىقارغان ئۇرۇق ، ئايالنىڭ جىنسى

ئەزاسىدا ، ئادەتتە 48 سائەتتىن 72 سائەتقىچە ياشىيالايدۇ. قىسمەن ئەھۋال ئاستىدا ئۇنىڭدىن ئارتۇق ياشىشىمۇ مۇمكىن. مۇنداقچە ئەيتقاندا ، ئايالنىڭ ھەر ئايدا ئىغىر ئاياق بولۇش ۋاختى ، ئادەتتە 3 كۈندىن 5 كۈن ئەتىراپىدا بولىدۇ. مەسىلەن ئايالنىڭ ھەيىزنى ھەر ئاينىڭ 1-كۈنى باشلاندى دەپ قارىساق ، ئادەتتە 3 ، 4 ، ۋە ياكى 5 - كۈنلىرى ھەيز ئاخىرلىششى مۇمكىن ، 15 - كۈنلىرى تۇخۇم ئاجىرتىپ چىقىرىشى مۇمكىن. شۇنداق بولغاندا ھەيىزنىڭ 11- كۈندىن 16-كۈنگىچە بولغان 5 كۈن ئارىلىقتا ، ئايالنىڭ ھامىلدار بولۇش نىسبىتى ئەڭ يۇقىرى بولىدۇ. ئەلۋەتتە بۇ پۈتۈنلەي مۇتەلق ئەمەس ، بەزىدە ئالاھىدە ئەھۋال يۈز بىرىشى مۇمكىن.

ھەيز ھەر ئايدا ناھايىتى نورمال كېلىدىغان ئايالنىڭ ، كىيىنكى قېتىملىق ھەيز كېلىش ۋاختى 10 كۈندىن ئارتۇق ئۆتۈپ كەتكەن بولسا ، ئىغىر ئاياق بولۇپ قېلىش

ئېھتىماللىقى يۇقىرى بولغان بولىدۇ. بۇنداق ئەھۋالدا ئەڭ ياخشىسى تەكشۈرتۈپ بېقىش كېرەك.
ئادەتتە ئېغىر ئاياق (ھامىلە) بولغاندىن كېيىن نېمىلەرگە دىققەت قىلىش كېرەك ئىكەنلىكىنى تۇنجى قېتىم دوختۇرغا كۆرۈنۈپ، ئېغىر ئاياق بولغانلىقى ئېنىق بولغاندىن كېيىن، تۇغۇت بۆلۈمىنىڭ دوختۇرى تەپسىلىي دەپ بېرىدۇ. شۇنداقتىمۇ مەن تۆۋەندە ئېغىر ئاياق بولۇشنىڭ ئالدى كەينىدە نېمىلەرگە دىققەت قىلىش كېرەكلىك توغرىسىدا، ئۆز كۆز قاراشلىرىمنى ئوتتۇرىغا قويۇپ ئۆتمەكچىمەن.

ئەرلەر دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

كېيىنكى ئەۋلادلارنىڭ سۈپىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش ئۈچۈن ئەرلەر نېمىلەرگە دىققەت قىلىش كېرەك؟ قانداق

ئامىللار كىينكى ئەۋلاتلارنىڭ سۈپىتىگە بىۋاستە ۋە ۋاستىلىق ھالدا تەسىر كۆرسىتىدۇ ؟

بالا ئىلىشقا پىلان قىلغان ئەر ، جىنسى مۇناسىۋەت قىلغاندا كەيپىياتى ناھايىتى ياخشى بولۇش ، ھەددىن زىيادە ھېرىپ چارچاپ كەتمىگەن بولۇشى كېرەك.

تۆۋەندە ئوتتۇرغا قويۇلغان ھەر قانداق ئەھۋال بولغاندا ، ئەڭ ياخشىسى ۋاختىنچە بالا ئالماسلىق كېرەك ، ياكى بالا ئالماقچى بولغاندا تۆۋەندىكى ئەھۋاللاردىن ئىمكان بار ساقلىنىش كېرەك. تۆۋەندىكى ئەھۋاللار ئەرلەرنىڭ ئۇرۇق سۈپىتىگە ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر كۆرسىتىپ ، كىينكى ئەۋلاتقا بىۋاستە تەسىر يەتكۈزىدۇ ، نەتىجىدە بالىلارنىڭ سۈپىتىگە ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر يەتكۈزىدۇ.

1. هاراق ئىچىپ مەس بولۇپ قالغاندا.
2. ھەددىن زىيادە كۆپ تاماكا چىكىۋاتقان مەزگىلدە.
3. نەشە ۋە بەزى زەھەرلىك چېكىملىك چىكىۋاتقاندا.
4. راك كېسىلى بولۇپ شىمىيەلىك ۋە رادىياكتىپلىق داۋالاش ئېلىپ بېرىۋاتقاندا.
5. يۇقۇملۇق زۇكام قاتارلىق ۋىرۇس كەلتۈرۈپ چىقارغان بەزى كېسەل بولغاندا.
6. سۈدۈك يولى، جىنسى ئەزا ۋە جىنسى بەزلەر ياللۇغىغا گىرىپتار بولغاندا.
7. بەزى دورىلارنى بولۇپمۇ دورا ئۈستىدە ئۇزۇنقا تەسىر كۆرسىتىدىغانلىقى ئېنىق ئەسكەرتىلگەن بەزى دورىلارنى ئىستىمال قىلىۋاتقان مەزگىلدە.
8. سىماپ، قوغۇشۇن قاتارلىق بەزى خىمىيەلىك ئېلىمىنتلار ۋە خىمىيەلىك ماددىلار بىلەن ئۇچرىشىۋاتقان ۋاقىتتا.

9. دىخخانچىلىق دورىلىرى ۋە ھاشارەت ئۆلتۈرۈش دورىلىرى بىلەن ئۇچۇرشىۋاتقاندا.
10. ھەرقانداق نەرسە بىلەن زەھەرلەنگەندە.
11. رادىياكتىپلىق نۇر بىلەن ئۇچۇرشىۋاتقاندا.
ئۇندىن باشقا ئالاھىدە يۇقۇرى تېمپىراتۇرغا يېقىنلاشماسلىق ، ياكى يۇقۇرى تېمپىراتۇرلۇق شاراھىتتا ئۇزۇن مۇددەت خىزمەت قىلماسلىق كىرەك.
خىزمەتنىڭ ئېھتىياجى بىلەن شۇنداق بولۇشقا توغۇرا كەلگەندە ئۇرۇقدانىنى قوغداش تەبىرى قوللۇنۇش كىرەك. ئادەتتە ئەرلەر ئۇرۇقدانىنىڭ تېمپىراتۇرسى بەدەن تېمپىراتۇرسىدىن 2 گرادۇس تۆۋەن بولۇپ ، يۇقۇرى تېمپىراتۇر بىلەن ئۇچۇراشقاندا ياكى ئۇرۇقدان ئۇزۇن مۇددەت بەدەنگە چاپلىشىپ تۇرغاندا ، ئۇرۇقدانىنىڭ تېمپىراتۇرسى بەدەن تىپىراتۇرسى بىلەن يېقىنلىشىپ ، ئۇرۇقنىڭ سۈپىتى مەلۇم دەرىجىدە زەخمىگە ئۇچۇرايدۇ. بۇ كېيىنكى ئەۋلاتقا بىۋاستە تەسىر

كۆرسىتىدۇ. شۇڭا ئەڭ ياخشىسى بەك تار ئىچ كىيىم ياكى ئىشتان كەيمەسلىك كېرەك. ئۇرۇقدانىنىڭ تېمپېراتۇرىسى يۇقۇرلاپ ، ئۇرۇقنى زەخىملەندۈرۈشتىن ساقلىنىش كېرەك.

ئاياللار دىقەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

كېيىنكى ئەھۋلاتلارنىڭ سۈپىتىنى يۇقۇرى كۆتۈرۈش ئۈچۈن باللا ئىلىشنى پىلان قىلغان ئاياللارمۇ ئەرلەرگە ئوخشاھسلا كەپپىياتى ياخشى بولۇش كېرەك. ئالاھىدە چارچاپ ، بەك جىددىلىشىپ كەتمەسلىك كېرەك ، روھى ھالىتىنى ناھايىتى ياخشى تۇتۇش كېرەك.

ئاياللارنىڭ روھى ھالىتى كېيىنكى ئەھۋالاتلارنىڭ سۈپىتىگە نىسبەتەن ئەرلەرنىڭ روھى ھالىتىدىن بەكرەك مۇھىم بولۇپ ، ئاياللارنىڭ روھى ھالىتىنىڭ قانداق

بولۇشى ، ئۇغىر ئاياق بولۇش بولماسلىقىقا ، تۇخۇمىنىڭ سۈپىتىگە بىۋاستە تەسىر كۆرسىتىدۇ.

ئەرلەرنىڭ ئۇرۇق ئاجرىتىشى جىنسىي ھەۋەس بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇپ ، جىنسىي ھەۋەس قوزغالغان شۇ مىنۇتنىڭ ئىچىدە ئۇرۇق ئاجرىتىپ چىقىرالايدۇ ؛ بىراق ئاياللار بىر ئايدا ئاران بىر قېتىم ، قىسمەن ئەھۋالدا بىر ئايدا ئىككى قېتىم تۇخۇم ئاجرىتىپ چىقىرىدىغان بولۇپ ، تۇخۇمنىڭ ئاجرىلىپ چىقىشى چوڭ مىڭە ، نۇرغۇن جىنسىي بەزلەر ۋە جىنسىي ھورمۇنلار بىلەن بىۋاستە مۇناسىۋەتلىك. ئەگەر ئايالنىڭ روھىي ھالىتى ، كەيپىياتى ياخشى بولمىغاندا ، چوڭ مىڭىگە بىۋاستە تەسىر قىلىپ ، جىنسىي بەزلەرنىڭ ھورمۇن ئاجرىتىپ چىقىشىغا تەسىر كۆرسىتىدۇ ، ئاخىردا تۇخۇم ئاجرىتىپ چىقىشمۇ تەسىرگە ئۇچرايدۇ. نەتىجىدە ئۇغىر ئاياق

بولالماسلىق ۋە بالىنىڭ سۈپىتىگە دەخلى قىلىشتەك ئاقىۋەت كېلىپ چىقىدۇ.

ئاپا بولۇشقا پىلان قىلغان ئاياللار، يۇقۇردا دەپ ئۆتكەن ئەرلەر دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلارغا دىققەت قىلىشى، ياكى يۇقۇرىدىكى ئەھۋاللاردىن ئىمكان بار ساقلىنىشى، ۋە ياكى بۇ خىل ئەھۋال ئاستىدا ۋاختىنچە بالا ئالماسلىقى كېرەك.

ئاياللارنىڭ يېشى، كېيىنكى ئەۋلاتنىڭ سۈپىتىگە بىۋاستە تەسىر كۆرسىتىدىغان مۇھىم ئامىللارنىڭ بىرى بولۇپ، ئاياللار ئەڭ ياخشىسى تۇنجى بالىسىنى 30 ياشتىن بۇرۇن تۇغۇش، ئەڭ كىچىككەندىمۇ 35 ياشتىن بۇرۇن تۇغۇشى كېرەك. ئاياللارنىڭ يېشى ئەرلەرنىڭ يېشىغا نىسبەتەن كېيىنكى ئەۋلاتلارنىڭ سۈپىتىگە تېخىمۇ چوڭ تەسىر كۆرسىتىدۇ. ئاياللار 35 ياشتىن

ئاشقاندا ، هورمۇنلار تەڭپۇڭلىقىدا بەزى ئۆزگىرىشلەر يۈز بېرىشكە باشلايدىغان بولۇپ ، بۇ بالىنىڭ خىروموسومىسىدا (chromosome) ئۈشتۈمتۇت ئۆزگىرىش (mutation) پەيدا قىلىشى مۇمكىن ، شۇنىڭ بىلەن يېڭى هاياتلىقتا بەزى نورمالسىزلىق پەيدا بولىدۇ. نەتىجىدە بالىدا هەر خىل تۇغما كېسەل پەيدا بولۇشى مۇمكىن. ئۇندىن باشقا تۇنجى بالىنى 35 ياشتىن كېيىن ئالغاندا ، تۇغۇتتا بەزى هادىسىنىڭ يۈز بېرىش نىسبىتىمۇ يۇقىرى بولىدۇ. بۇ ئاپا بالىنىڭ ئىككىلىسىگە پايدىلىق ئەمەس.

ئەگەر ئاياق بولغانلىقىنى بىلمىگەن ئەهۋال ئاستىدا ۋىتامىن قاتارلىق بىر قىسىم دورىدىن باشقا ، ئىستېمال قىلىنغان مۇتلەق كۆپ ساندىكى دورا ، يېڭى هاياتلىق پەيدا بولغان دەسلەپكى ئۈچ ئاي ئىچىدە ، يېڭى هاياتلىققا ئوخشىمىغان دەرىجىدە تەسىر كۆرسىتىپ ، كېيىنكى

ئەۋلاتنىڭ سۈپىتىگە دەخلى قىلىشى مۇمكىن. شۇڭا بالا ئىلىشنى پىلان قىلغان ئايال ئىماكان بار كىسەل بولۇپ قالماسلىقى ، ئەگەر بەزى ئۇششاق كىسەل بولۇپ قالغان تەقدىردە ، ئەڭ ياخشىسى ۋاختىنچە دورا ئىستىمال قىلماسلىق كېرەك. ئەلۋەتتە ئىغىر ئاياق بولغانلىقىنى بىلگەندىن كېيىن ، دوختۇر بۇلارغا ئالاھىدە دىققەت قىلىدۇ. مەسىلە ئىغىر ئاياق بولغاننى بىلمىگەن ئەھۋال ئاستىدا ، بەزى دورىلارنى بىلمەستىن ئىستىمال قىلىش ئەڭ خەتەرلىك.

ئەگەر يۇقارقى ئەھۋاللار يۈز بەرگەندە ، قانچە ۋاقىتتىن كېيىن بالا ئىلىش خەتەرسىز؟

ئەگەر سىز بىلىپ بىلمەي ياكى خىزمەتنىڭ ئېھتىياجى بىلەن يۇقارقى ئەھۋاللارغا دۇچ كېلىپ قالغان بولسىڭىز ، بالا ئىلىشتىن بۇرۇن ئۇلار بىلەن

ئۈچۈرشۈشنى توختۇتىشىڭىز ۋە يۇقارقى ئەھۋاللارنىڭ يۈز بېرىشىدىن ئىمكان بار ساقلىنىشىڭىز كېرەك. بۇ ئەھۋاللار بىلەن ئۈچۈرشۈشنى توختۇتۇپ قانچىلىك ۋاقىتتىن كېيىن بالا ئىلىش خەتەرسىز دىگەندە ، بۇ پۈتۈنلەي سىز ئۈچۈراشقان ماددىلارنىڭ تۈرى ، مىقدارى ، ۋاختى ، بەدەنگە بولغان تەسىرى ۋە بەدەندىن تازلىنىپ چىقىش ئۈچۈن كەتكەن ۋاختى بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

بەزى دورىلار ۋە خىمىيەلىك ماددىلارنىڭ بەدەندىن تازلىنىپ چىقىپ كىتىش ۋاختى بىرنەچچە سائەتلا بولىدۇ ، بەزىلىرىنىڭ بىر نەچچە يىل بولىدۇ. كۈنىگە 1 قېتىم يەيدىغان دورىنىڭ ، بەدەندىن يېرىمى تازلىنىپ چىقىپ كىتىشكە كەتكەن ۋاختى 24 سائەت بولىدۇ. كۈندە 2 قېتىم يەيدىغان دورىنىڭ بەدەندىن يېرىمى تازلىنىپ چىقىشقا كەتكەن ۋاقىت 12 سائەت ئەتراپىدا

بولىدۇ. كۈنگە 3 قېتىم يەيدىغان دورىنىڭ ، بەدەندىن
يېرىمى تازلىنىپ چىقىپ كېتىشكە كەتكەن ۋاختى 8
سائەت ئەتراپىدا بولىدۇ. ئادەتتە دورا ياكى
كىسەللىكنىڭ تەسىرى شۇ دورىنى ئىستىمال قىلىش
توختىتىلغاندىن كېيىن ياكى شۇ كېسەل پۈتۈنلەي
ساقىيىپ ئككى ھەپتىدىن كېيىن ئاساسەن تۈگەيدۇ ،
بىراق دورا ئىچىۋاتقان مەزگىلدە ياكى كېسەل ۋاختىدا
زىيانغا ئۇچرىغان ئۇرۇق ۋە تۇخۇم بەدەندىن چىقىپ
كەتكەندىن كېيىن ئاندىن ھەقىقى بىخەتەر ھېسابلىنىدۇ.

رادىياكتىپلىق نۇر ، بەزى ھىمىيەلىك مادا ، خىروين
قاتارلىق زەھەرلىك چېكىملىك ۋە بەزى دىخانچىلىق
دورىلىرىنىڭ زىيىنى خېلى ئۇزۇن داۋام قىلىدۇ ، بەزىلىرى
ھەتتا ئۇمۇرۋايەت تەسىر قىلىشى ، تۇغماسلىقنى ، بالا
بالدۇر چۈشۈپ كېتىشنى ، بالىنىڭ ئۆلۈك تۇغۇلۇپ

قىلىشنى ياكى بالىنىڭ مىيىپ تۇغۇلۇپ قىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىشى مۇمكىن.

ئايال ھامىلە بولغاندىن كېيىن دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلار

ئاياللار ھامىلە بولغان دەسلەپكى ئۈچ ئايا بالىنىڭ ساغلام يېتىلىشىگە بەكلا مۇھىم. بالىلاردا بولىدىغان نۇرغۇن تۇغما كېسەللەر مۇشۇ دەسلەپكى ئۈچ ئاي ئىچىدە يۈز بېرىشى مۇمكىن. شۇڭا دەسلەپكى ئۈچ ئاي ئىچىدە ھامىلە ئايال ئامال بار زۇكام بولۇپ قىلىشتىن ۋە باشقا كېسەللەرگە گىرىپتار بولۇشتىن ئالاھىدە ساقلىنىش كېرەك ، زىيانلىق ماددىلارغا ۋە خىمىيەلىك دورىلارغا ئۇچرىشىشتىن ساقلىنىش كېرەك. كېسەل بولۇپ قېلىپ دورا ئىشلىتىش زۆرۈر بولغاندا ، دورىنىڭ قوساقتىكى بالىغا بولغان تەسىرىگە ئالاھىدە دىققەت قىلىش كېرەك.

رىتتىگىن ۋە رادىياكتىپلىق نۇرغا يىقىنلاشماسلىق كىرەك.

ساغلام يىمەكلىكلەر ئىستىمال قىلىش، ئانا بالىنىڭ ئوزۇقلۇققا بولغان ئېھتىياجىنى تولۇق قاندۇرۇشقا كاپالەت قىلىش بىلەن بىرگە، ھامىلە ئايال بەك سەمرىپ كەتمەسلىك كىرەك. ئانا بەك سەمرىپ كەتكەندە، قوساقتىكى بالىنىڭ ئېغىرلىقىمۇ ئېشىپ كىتىشى مۇمكىن. ئەگەر بالىنىڭ ئېغىرلىقى 4 كىلوگورامدىن يۇقۇرى بولغاندا، بىر تەرەپتىن تۇغۇتنىڭ قىيىن بولۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقارسا، يەنە بىر تەرەپتىن بالىنىڭ ئەقىل پاراستىگە ۋە ساغلاملىقىغا تەسىر كۆرسىتىدۇ. ئۇندىن باشقا ئوزۇقلۇق تەڭپۇڭلىقىغىمۇ ئالاھىدە دىقەت قىلىش كىرەك.
ھەر خىل ۋىتامىن، بولۇپمۇ ۋىتامىن د، كالتسى ۋە تومۇر تولۇقلاشقا ئالاھىدە ئەمىيەت بىرىش كىرەك.

كالتسى بالىنىڭ نۇرغۇن ئەزالىرىنىڭ نورمال يېتىلىشىدە مۇھىم رول ئۇينايدۇ. تۇمۇر قان ئىشلەپ چىقىرىشتا كەم بولسا بولمايدىغان مۇھىم ماددا.

ئۇسۇزلۇقنى يەنى سۇنى يېتەرلىك ئىچىپ بېرىش كېرەك. تۇزنى يەنى ناترىينى كۆپ ئىستىمال قىلماسلىق ، قان بېسىمى يۇقۇرلاپ كېتىشتىن ساقلىنىش كېرىك. داۋاملىق يول يۇرۇش ۋە ھەركەت قىلىش كېرەك.

باللارنىڭ سۇپىتىگە تەسىر يەتكۇزىدىغان ئەھۋاللار ۋە كېسەللىكلەر

1. ھەر خىل تۇغما كېسەللىكلەر

تۇغما كېسەللىكلەرنىڭ بىر قىسمى بىزنىڭ كونتۇرۇل قىلىشىمىزدا بولمىسمۇ ، بىراق خىلى كۆپ قىسىم كېسەللىكلەر تامامەن ئاتا ئانىنىڭ سەۋەنلىكىدىن

كىلىپ چىقىدۇ ، نەتىجىدە بالىغا ۋە پۈتۈن بىر ئائىلىگە بىر ئۆمۈر بەختسىزلىك ئېلىپ كېلىدۇ. شۇڭا ئەر ئايال دىققەت قىلىشقا تېگىشلىك ئىشلارغا ئامال بار دىققەت قىلىش ، تۇغما كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇش نىسبىتىنى ئەڭ يۇقۇرى دەرىجىدە تۆۋەنلىتىش كېرەك.

2. ھەر خىل ئىرسىي كېسەللىكلەر

نۇرغۇن ئىرسىي كېسەللىكلەر ئاتا ئانىدىكى ۋە ياكى ئەجداتلىرىدىكى مەلۇم يوشۇرۇن ئەھۋالنىڭ مەۋجۇت بولۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان بولۇپ ، كۆپۈنچىسى ئاتا ئانىنىڭ كونتۇرۇللۇقىدا ئەمەس.

3. تۇغۇت جەريانىدىكى ھەر خىل زەخمە

تۇغۇت جەريانىدىكى ھەر خىل زەخمە تۇغۇتنىڭ ئوڭۇشلۇق بولۇش بولماسلىقىغا ، بالىنىڭ بالا ياتقۇدىكى ئورنىغا ، بالىنىڭ بەدەن ئېغىرلىقىغا ، تۇغۇت ئانىنىڭ ۋە ياكى تۇغۇت دوختۇرىنىڭ تەجرىبىسىگە ، تۇغۇۋاتقان

شەرىت شاراھىت قاتارلىق ئامىللار بىلەن مۇناسىۋەتلىك.

تۇغما كېسەللىكلەر

تۇغما كېسەللەر (Birth Defects) دېگىنىمىز بالا تۇغۇلۇشتىن بۇرۇن پەيدا بولغان بارلىق نورمالسىزلىقلارنى كۆزدە تۇتىدىغان بولۇپ ، بەدەن قۇرۇلۇشى جەھەتتىكى نورمالسىزلىق بىلەن ئىقتىدار جەھەتتىكى نورمازلىقنىڭ ھەر ئىككىلىسىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ.

تۇغما كېسەللەرنىڭ كۆپىنچىسى بالا تۇغۇلۇپ 24 سائەتتىن 72 سائەتكىچە بولغان ۋاقىت ئىچىدە ئېنىقلىنىپ چىقىدۇ ، بىر قىسمى بولسا 4 ، 5 ياشقا كىرگەندە ئاندىن ئېنىقلىنىپ چىقىدۇ ، يەنە ئاز بىر

قسمى بولسا ھەتتا بالاغەتكە يەتكەندە ئاندىن ئىپادىلىنىپ چىقىدۇ.

كىسەل ئالامەتلىرىنىڭ كىچىكىپ ئىپادىلىنىشى يەنى 15 ، 16 ياشقا كىرگەندە ئاندىن ئىپادىلىنىپ چىقىشى ، ھەرگىزمۇ ئۇ كىسەلنىڭ تۇغما كىسەل ئەمەسلىكىدىن دېرەك بەرمەيدۇ. يەنە بىر قىسىم بالا ئەلۋەتتە ئۆلەك تۇغۇلۇپ قېلىشى ۋە ياكى تۇغۇلۇش ۋاختى كەلمەي تۇرۇپلا بالدۇر چۈشۈپ كېتىشى مۇمكىن.
بەزىلەر بالا تۇغۇلۇش جەريانىدا يۈز بەرگەن بەزى ھادىسىلەر ۋە زەخمە تۈپەيلىدىن كېلىپ چىققان كېسەللەرنىمۇ تۇغما كېسەللەر دائىرىسىگە كىرگۈزىۋېتىدۇ. ئەمىلىيەتتە بۇ كېسەللەر تۇغۇت ئانىسى ، دوختۇر ، سېستىرالارنىڭ تەجرىبە ، تەخنىكىسىنىڭ تۆۋەن بولۇشى ۋە داۋالاش شاراھىتىنىڭ ناچار بولۇشى

تۇپەيلىدىن كىلىپ چىققانلىقى ئۈچۈن تۇغما كىسەللەر داھىرىسىگە كىرمەيدۇ.

قانداق ئامىللار تۇغما كىسەلنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدۇ؟

نۇرغۇن تۇغما كىسەلنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى تېخى ئېنىق بولمىسىمۇ، بىراق تۆۋەندىكى ئامىللار تۇغما كىسەلنىڭ پەيدا بولۇش خەتىرىنى زور دەرىجىدە ئاشۇرۇۋىتىدۇ.

1. قانداشلىق مۇناسىۋىتى يېقىن تۇققانلار، بولۇپمۇ ئۈچ ئەۋلاتنىڭ ئىچىدىكى نەۋرە ئاكا سىڭىللار ئۆز ئارا توي قىلغاندا، كېيىنكى ئەۋلاتنىڭ تۇغما كىسەلگە گىرىپتار بولۇش نىسبىتى ناھايىتى يۇقۇرى بولىدۇ.
2. ئەرنىڭ ئۇرۇقىنىڭ سۈپىتى تۆۋەن ياكى نورمالسىز ئۇرۇقىنىڭ نىسبىتى يۇقۇرى بولغاندا.

3. ئايالنىڭ تۇخۇمىنىڭ سۈپىتى تۆۋەن بولغاندا.
4. ئايالنىڭ بالا ياتقۇسىدىكى بەزى نورمالسىزلىق تۈپەيلىدىن ، ئۇرۇقلانغان تۇخۇمنىڭ بالا ياتقۇ ئىچىدە ئورۇنلاشقان ئورنىنىڭ مۇھاپىق بولماسلىقى.
5. ئايال ئىغىر ئاياق (هاملە) بولغان مەزگىلدە بولۇپمۇ دەسلەپكى 3 ئاي ئىچىدە تۆرەلمىگە زىيانلىق بەزى دورىلارنى ئىستىمال قىلغاندا ، ياكى دىخانچىلىق دورىلىرى ، خىمىيەلىك دورىلار ۋە زەهەرلىك دورىلار بىلەن ئۇچراشقاندا.
6. ئايال ئىغىر ئاياق بولغان مەزگىلدە بولۇپمۇ دەسلەپكى 3 ئاي ئىچىدە بەزى كىسەللەرگە گىرىپتار بولغاندا ، بولۇپمۇ ۋىرۇسقا يۇقۇملۇنۇپ قالغاندا.
7. ئايال ئىغىر ئاياق بولغان مەزگىلدە بولۇپمۇ دەسلەپكى 3 ئاي ئىچىدە تاماكا چىكىش ، هاراق ئىچىش ، ياكى شۇنداق بۇلغانغان مۇهىت بىلەن ئۇچراشقاندا.

8. ئايال ئغراياق بولغان مەزگلدە راديياكتپلىق نۇر بلەن ئۇچۇراشقاندا.

9. ئەر ياكى ئايال تۇغۇتنى چەكلەش دورىسى ئشلتشۋتسپ ھاملە بولۇپ قالغاندا ، ياكى ئايال ئغراياق بولغاننى بلمەي داۋاملق تۇغۇت چەكلەش دوسنى ئشلەتكەندە.

10. ئايال ئغر ئاياق بولغان مەزگلدە ئوزۇقلۇق ياخشى بولمغاندا ياكى ئوزۇقلۇق تەكپۇڭلىغى نورمال بولمغاندا.

11. جنسى يۇقۇملۇق كسەلگە گرپتار بولغاندا.

12. نەشە ، خرويىن قاتارلق زەھەرلك چكملكلەرنى ئستمال قلغاندا.

تۇغۇت جەرياندا بوۋاقنڭ زەخملنشى ۋە ئۇنڭ ئاقۋتى

تۇغۇت جەريانىدا يۈز بېرىش ئېھتىمالى ئەڭ يۇقۇرى بولغان يامان ئەھۋال ، بالا ياتقۇ سۈيى بالدۇر چىقىپ كېتىپ ، تولغاق يېتەرلىك بولماي ، بالىنىڭ تۇغۇلۇش ۋاختى ئۇزىراپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئوكسىگىن يېتىشمەسلىك ، ۋە مېڭە ئوكسىگىن يېتىشمەسلىك سەۋەبىدىن زەخىمگە ئۇچىراش.

بالا ، بالا ياتقۇ ئىچىدە سۇ ئىچىدە ياشايدىغان بولۇپ ، ئۆپكىسى تېخى ئىچىلمىغان بولغاچقا ، بىلىقتا ئوخشاش سۇدىن ئوكسىگىن ۋە ئوزۇقلۇق قوبۇل قىلىدۇ. بالا ياتقۇدىكى سۇ تىشىلگەندىن كېيىن ، بالىنىڭ تۇغۇلىشى بەك كەينىگە سوزۇلماسلىقى كېرەك.

ئەڭ قىسقا ۋاقىت ئىچىدە بالا تۇغۇلۇپ ، تۇنجى يىغىسى بىلەن ئۆپكىسى ئېچىلىشى ، نورمال ھاۋادىن ئوكسىگىن قوبۇل قىلىشى كېرەك. ئەگەر سۇ ئېقىپ چىقىپ

كەتكەندىن كېيىن ، تۇغۇلۇش ۋاختى سوزۇلۇپ كەتسە ، ۋە ياكى بالا تۇغۇلغاندىن كېيىن ۋاختىدا يىغلىمىسا ، يەنى ئۆپكىسى ئېچىلمىسا ، بالىدا ئوكسىگېن كەملىك يۈز بىرىپ ، مېڭە زەخىمگە ئۇچرايدۇ.

ئەگەر بالا تۇغۇلۇش جەريانىدا ئوكسىگېن يېتىشمەسلىك يۈز بەرسە ئۇنىڭ يەڭگىل ۋە ئېغىرلىق دەرىجىسىگە قاراپ ، تۆۋەندىكى يامان ئاقىۋەتلەر كېلىپ چىقىشى مۇمكىن.

1. ئەقىل پارسەت تەسىرگە ئۇچۇراش ، ئۆگىنىش قابىلىيىتى تۆۋەن بولۇش. بۇ خىل ئەھۋال بالا بىر ئىككى ياشتىن ئاشقاندا ، ھەتتە مەكتەپ يېشىغا بارغاندا ئاندىن بايقىلىدىغان بولغاچقا ، تۇغۇت جەريانىدا يۈز بەرگەن بەزى يامان ئەھۋاللار بىلەن بىۋاستە باغلاش قىيىن ، بىراق بۇ تەتقىقاتلار ئارقىلىق ئىسپاتلانغان ھەقىقەتتۇر.

2. تۇتقاقلىق كېسەل

3. مېڭە پالەچ كېسىلى: بۇ خىل ئەھۋالىمۇ بالا تۇغۇلغان ھامان بايقاش ئاسان ئەمەس. بالىنىڭ ئۆمىلىشى ، ئولتۇرۇشى ۋە مېڭىشى باشلانغاندا ئاندىن بارا بارا ئىپادىلىنىپ چىقىدۇ.

يېڭى تۇغۇلغان بالىلار مەيلى تۇغما كېسەل سەۋەبىدىن بولسۇن ، ۋە ياكى تۇغۇت جەريانىدا مېڭىگە ئوكسىگېن يېتىشمەسلىك سەۋەبىدىن زەخىملىنىپ پەيدا بولغان كېسەللىك بولسۇن ، مېڭە ۋە نېرۋا بىلەن مۇناسىۋەتلىك كېسەللەرگە نىسبەتەن ھازىرچە ئالاھىدە ئۈنۈملۈك

داۋالاش يوق ، شۇڭا بۇ خىل ئەھۋاللارنىڭ ئالدىنى ئېلىش بەكلا مۇھىم.

ئايال ھامىلە بولالماسلىق ۋە ياكى بالىلىق بولالماسلىق

ئاياللار ھامىلە بولالماسلىقنىڭ سەۋەبى ھەر خىل بولۇپ ، بەزىلىرى پەقەتلا روھى ھالەت ۋە كەيپىيات بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇشى مۇمكىن ، يەنى بەزىلىرى ئەر ياكى ئاياللاردا ۋە ياكى ھەر ئىككىلىسىدە مەۋجۇت بولغان بەزى كىسەللىكلەر سەۋەبىدىن بولۇشى مۇمكىن.
بەزى سەۋەپلەردىن بولغان تۇغماسلىق ئەگەر سەۋەبى ئېنىق بولسا ، ۋە ئۇنىڭغا نىسبەتەن بەزى مۇناسىۋەتلىك داۋالاشلارنى ئېلىپ بېرىش ئارقىلىق ئايال قايتىدىن ھامىلە بولالىشى مۇمكىن. يەنە بەزى بىر سەۋەپلەردىن كېلىپ چىققان تۇغماسلىقنى ھازىر

مەۋجۇت بولغان داۋالاش ئۇسۇللىرى ۋە تەخنىكىسى بىلەن داۋالاش قىيىن.

ئايال ھامىلە بولالمىغاندا ئۇنىڭ ئەرلىك تۇغماسلىق سەۋەبىدىن ھامىلە بولالماسلىق بىلەن ئاياللىق تۇغماسلىق سەۋەبىدىن ھامىلە بولالماسلىقنىڭ نىسبىتى ئاساسەن ئوخشاش.

ئاياللارنىڭ ھامىلە بولالمىغاندا 30% ئېھتىماللىق ئەرلىك تۇغماسلىق سەۋەبىدىن بولىدۇ، ئوخشاشلا يەنە 30% ئېھتىماللىق ئاياللىق تۇغماسلىق سەۋەبىدىن بولىدۇ؛ تەخمىنەن 10% ئېختىماللىق ئەر ئايال ھەر ئىككىلا تەرەپنىڭ سەۋەبىدىن بولىدۇ. قالغان 30% تۇغماسلىقنىڭ سەۋەبى ئېنىق ئەمەس، ياكى ھازىرچە ھەۋىيەدە تەكشۈرۈپ چىققىدەك ئېنىق سەۋەبى يوق.

ئەرلىك تۇغماسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سەۋەپلەر

1. ئۇرۇقنىڭ نورماللىسىزلىقى ؛ يەنى ھەر خىل سەۋەپلەر تۈپەيلىدىن ئۇرۇقنىڭ سانى ، سۈپىتى ، ھەركىتى ، شەكلى زەخمىگە ئۇچۇرغانلىقتىن كىلىپ چىققان تۇغمالىق ؛

ئۇرۇقنىڭ شەكلى

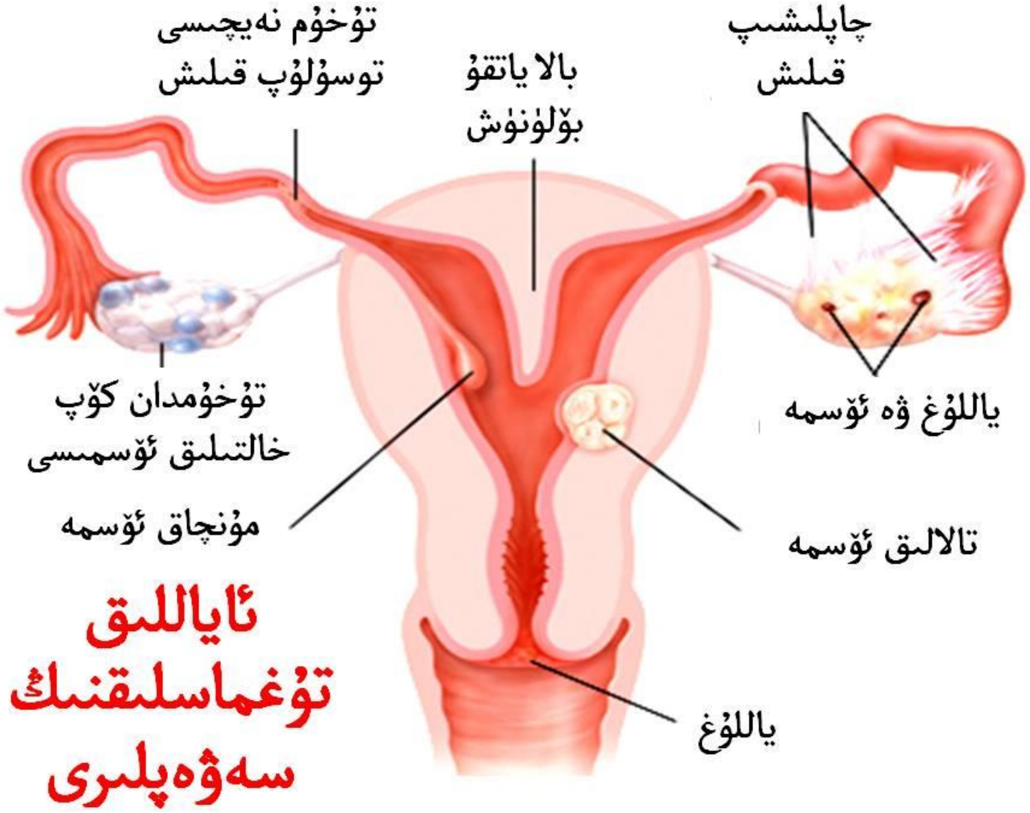
2. ئۇرۇق يوللىرىدا توسالغۇ بولغانلىق سەۋەبىدىن كىلىپ چىققان تۇغماسلىق ؛

3. جىنسى ئاجىزلىق سەۋەبىدىن ئۇرۇق نىشانغا يېتىپ بارالماسلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تۇغماسلىق.

4. روھى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تۇغماسلىق؛

5. ھازىرقى سەۋىيەدە تەكشۈرۈپ ئېنىقلاش قىيىن بولغان سەۋەپلەر تۈپەيلىدىن ۋە ياكى ئېنىق بولمىغان سەۋەپلەردىن كېلىپ چىققان تۇغمالسلىق.

ئاياللىق تۇغماسلىقنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سەۋەپلەر



1. تۇخۇمنىڭ نورمالسىزلىقى ؛ يەنى ھەر خىل سەۋەپلەر تۈپەيلىدىن تۇخۇمنىڭ شەكلى ، سۈپىتى زەخمىگە ئۇچۇرغانلىقتىن ، ياكى تۇخۇم ئاجىرتىلىپ چىقماسلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تۇغمالىق ؛

2. بالا ياتقۇ ۋە تۇخۇم نەيچىسىدە ھەر خىل بىنورماللىق بولغانلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تۇغماسلىق ؛

3. داس سوڭەك ۋە بالا ياتقۇ ئەتراپىدىكى بىرنورماللىق ، ۋە ياللۇغدىن تارتۇق شەكىلنىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تۇغماسلىق.

4. روھى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان تۇغماسلىق ؛

5. ھازىرقى سەۋىيەدە تەكشۈرۈپ ئېنىقلاش قىيىن بولغان ياكى ئېنىق بولمىغان سەۋەپلەر تۈپەيلىدىن كېلىپ چىققان تۇغمالسىلىق.