

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
SOG'LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI
TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI

Sh.Ya. Zokirxodjaev, Sh.S. Baxritdinov, A.S. Xudayberganov

KLINIK DIETOLOGIYA
VA NUTRITSIOLOGIYA

(o‘quv qo‘llanma)

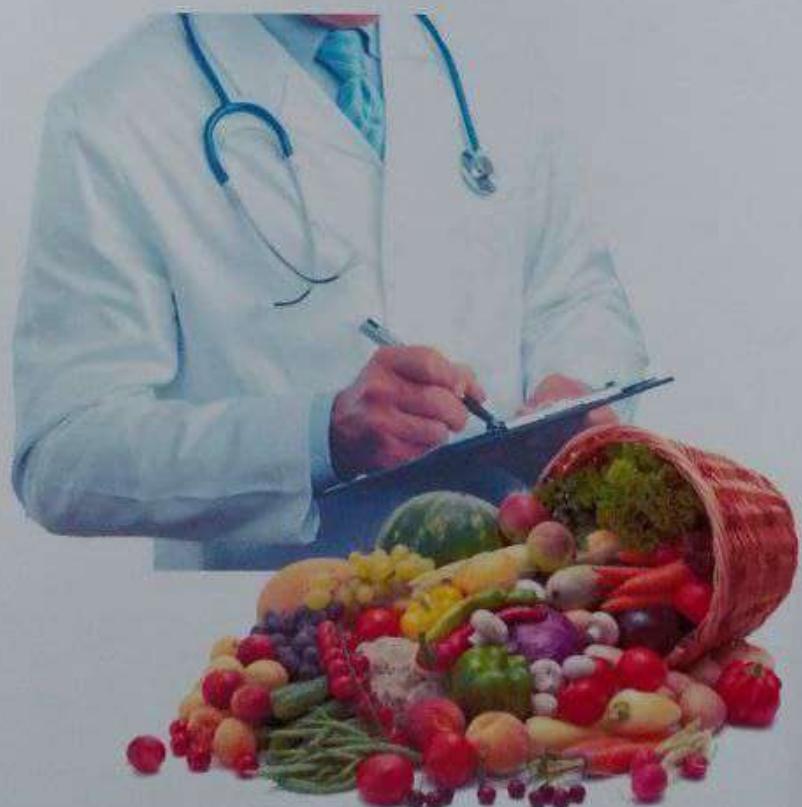
DIETOLOGIYA – 5A510128

Toshkent – 2021

**Sh.Ya.Zokirxodjaev, Sh.S.Baxritdinov,
A.S.Kudayberganov**

KLINIK DIETOLOGIYA VA NUTRITSIOLOGIYA

o'quv qo'llanma



Toshkent - 2021

KEK:56.9**ŞKK:612.789 612.2.03**

Sh.Ya.Zokirodjaev, Sh.S.Baxridinov, A.S.Xudaybergenov // "Klinik dietologiya va

nutriologiya", o'quv qo'llumma Toshkent O'ZKITOBSAVONASHRIYOTI, 2021. - 560.

Zamonaviy dietologiya va uning asosiy qisini bo'lgan nutriologiyaga kasalliklarni, ohni klinik shakllari va bo'siqchilarga xos bo'lgan pather ovqatnashiga imiy zondoklarini, ohni bennani klinik ko'rskichilar asosida dietoterapiyning shakllarini, Usiflu o'quv qo'llumma o'zgarishlarni hisobga olgan holda dietoterapiya usullerini so'lish, shuningdek, nizakat profilaktikasidagi (5A510128) bo'yichi magistr va klinik ordinatar o'quv jeyziga munaxassisligi.

Sh.Ya.Zokirodjaev – Toshkent tibbiyat skademiyasi 1-sen ichki kasalliklarning dietologiyasi kafedrasini professori.

Sh.S.Baxridinov – Toshkent tibbiyat akademiyasi bolalar o'smirlar va ovqatnashig'iyenesi kafedrasini professori.

A.S.Xudaybergenov – Tibbyot xodimlarining kasbyi mamlakatni choyqarish markazining gijiyena va dietologiya kafedrasini professori, O'RZ SSV ovqatnashig'iyenesi bo'yicha bosh munaxassis.

Turuvhilar:

Sh.Ya.Zokirodjaev – Toshkent tibbiyat skademiyasi 1-sen ichki kasalliklarning dietologiyasi kafedrasini professori.

Sh.S.Baxridinov – Toshkent tibbiyat akademiyasi bolalar o'smirlar va ovqatnashig'iyenesi kafedrasini professori.

A.S.Xudaybergenov – Tibbyot xodimlarining kasbyi mamlakatni choyqarish markazining gijiyena va dietologiya kafedrasini professori, O'RZ SSV ovqatnashig'iyenesi bo'yicha bosh munaxassis.

Taqribzehilar:

M.T.Rustamova – Toshkent tibbiyt akademiyasi 2-sor ikki kasalliklar kafedrasini professori.

M.A.Xamroqulova – O'zbekiston Respublikasi Soq'larni saqlash vazifasi Sainiyoga gijiyena va kasb kasalliklari imiy tekshirish instituti yetakchi munaxassi, tibbyot filmlari doktori.

ISBN: 978-9943-6859-2-5

© Sh.Ya.Zokirodjaev, Sh.S.Baxridinov, A.S.Xudaybergenov
© "O'ZKITOBSAVONASHRIYOTI", 2021

MUNDARIJA

SOV'BUSHI	8
DIETOLOGIYA VA NUTRIOLOGIYA TABRIDASI LAV'TALAM	10
1.BOL.BAZN KIZOLAR TIZIMINING ANATOMIKI VA QODAY BAZM JAVAYINI FOKUS OCHIVISH	16
Hamm sizindagi r'sular matematika, topografik va fizikiyoti	16
Sog' am pather ovqatnashig'inde fiziologik asusler va nazarevan	44
II BOR SOQ'LON OVQATLANESNING ASUSLARI VA NE VORDI BULUG'YLAR	48
Soq' am ovqatnashig' hammajiz	55
Kakda xonida soq' am ovqatnashig' va kasalliklardi perfer tayyoralar	62
Hammasda va emtiraloy qolalarning soq' am ovqatnashig'	66
Onerilar, komplexiflara va ne yordi bulug'ylar	70
III AOB. BO'LLALAR VA O'SMIRLARNING SOQ'LOM OVQATLANISHI	72
Gur'yalarning ovqatnashili	72
1-3-yoshli bolusini o'sqalishinch	75
Mahsugchits bo'lgan yoshdaq bolusining ovqatnashili	79
Mahsul yoshdingi bolusining ovqatnashili	80
O'smirlarning ovqatnashili	83
IV BOR. KLINIK. NUTRIOLOGIYANIING ASOSLARI	87
Nutrioton bolalar va perentezi uhlili	87
Mosha dimoskorozining nechi turasi va o'sqalishning qayra etib'oi	89
Nutriotik	98
Soq' am va amrosi ovqatnashida vitaminlarning ohimiyati	121
Mineral modulalarning soq' am va pather ovqatnashig'inde ulkanoyali	129
V BOR. SOQ'LOM VA PARINEZ OVQATLANISHDA QOQ-QOVONI MAINI LOTLARINI VESIYATLARI	164
Dor minnabobi	164
Dekkakli rindchelar	169
Sakavoydar oddeko kilar, mevalar va rozor meva mabulader	171
Sita va suz mabulader	175
Tizom va toxum mabulader	179
Ge'son va go'zal mabulader	181
Bolqiz va halq mabulader	184
Maksofletmen uzoq vodqa soq'ish va boyish	186
VI BOR. MIFRAZI. SHIVARVA ULAQING KASSMAKLARLA SHUBORASNI	193
NUS'LIVATARI	193
Natalal soylar nomi	193
Izohchilari menuna surʼe kechib devolash	193