

ИНТЕРНАУКА
internauka.org

СБОРНИК СТАТЕЙ ПО МАТЕРИАЛАМ
СXXXIII МЕЖДУНАРОДНОЙ
НАУЧНО- ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В СОВРЕМЕННОЙ НАУКЕ



№1(133)

ISSN 2587-8603

Москва, 2023



ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В СОВРЕМЕННОЙ НАУКЕ

*Сборник статей по материалам СXXXIII международной
научно-практической конференции*

№ 1 (133)
Январь 2023 г.

Издается с июля 2017 года

Москва
2023

Оглавление	
Доклады конференции на русском языке	7
Секция 1. Архитектура	7
ФОРМИРОВАНИЕ РЕКРЕАЦИОННЫХ ЗОН НА НАРУШЕННЫХ ТЕРРИТОРИЯХ Герасимова Анастасия Валерьевна	7
МОБИЛЬНЫЕ ДОМА Жетписбаева Бибигуль Узакбаевна Алмагамбетова Альмира Хусаиновна Тажбенова Жанар Оракбаевна Шуленбаева Айгерим Раимбековна	15
Секция 2. Ветеринарные науки	20
КЛИНИЧЕСКИЙ СЛУЧАЙ НЕКРОТИЧЕСКОГО ХОЛЕЦИСТИТА У СОБАКИ Куляков Георгий Васильевич Воронова Евгения Константиновна	20
Секция 3. Искусствоведение	27
ЭСТЕТИКО-ХУДОЖЕСТВЕННЫЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРТЕПИАННОГО ИСПОЛНИТЕЛЬСТВА В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ Ван Ци	27
ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА УРОКАХ МУЗЫКИ Исомиддинова Нилуфар Шухратовна	32
Секция 4. Педагогические науки	38
ВАЖНЕЙШИЕ ПОЗИЦИИ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В ВЫСШИХ ВОЕННЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ Карданов Алим Асланович	38
АКТУАЛЬНОСТЬ ВНЕДРЕНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ СМЕШАННОГО ОБУЧЕНИЯ В ПРАКТИКУ ПОДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРОВ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Котельникова Ольга Юрьевна	44
ИННОВАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОУ Кочина Оксана Николаевна	59

КЛИПОВОЕ МЫШЛЕНИЕ ПОДРОСТКОВ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА Червяков Константин Андреевич	62
Секция 5. Политические науки	66
КУЛЬТУРА ОТМЕНЫ КАК ИНСТРУМЕНТ ПОЛИТИЧЕСКОГО ДАВЛЕНИЯ США ПРОТИВ РОССИИ Попова Полина Витальевна	66
Секция 6. Психологические науки	72
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС: СПЕЦИФИКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ЕГО ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ У ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Стопоренко Диана Сергеевна Кора Наталия Алексеевна	72
Секция 7. Технические науки	78
СРАВНЕНИЕ ОПЕРАЦИОННОГО УСИЛИТЕЛЯ С ИНСТРУМЕНТАЛЬНЫМ УСИЛИТЕЛЕМ Пронин Никита Вадимович	78
ОБЗОР ЯЗЫКОВ ПРОГРАММИРОВАНИЯ Тайшурина Аделина Тулегеновна Ивлев Олег Евгеньевич	82
МЕТОДЫ ВНУТРЕННЕЙ СОРТИРОВКИ Шкатулин Никита Сергеевич Гаев Леонид Витальевич	86
Секция 8. Философские науки	89
ОСНОВНЫЕ ТЕОРИИ ПЕРЕВОДА И ИХ ОСОБЕННОСТИ Ван Пэнцзюй	89
Секция 9. Экономические науки	93
ПРОБЛЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЕКТАМИ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ Валяйкина Анастасия Владимировна Злотников Максим Сергеевич	93
ВЫБОР ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В УПРАВЛЕНИИ ПРОЕКТАМИ Гусева Марина Алексеевна Злотников Максим Сергеевич	97

ОСНОВНЫЕ ОТЛИЧИЯ ИТ-ПРОЕКТА. ТРУДНОСТИ В УПРАВЛЕНИИ ИТ-ПРОЕКТОМ Дмитриев Владислав Дмитриевич Злотников Максим Сергеевич	101
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕОРИЙ МОТИВАЦИИ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СФЕРЕ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ Федорова Александра Николаевна Аксёнов Алексей Александрович	105
ПЛАТЕЖНЫЕ СИСТЕМЫ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ Чжу Ифань	109
Секция 10. Юридические науки	113
ПРОБЛЕМЫ ПРОЦЕССУАЛЬНОЙ НЕЗАВИСИМОСТИ СЛЕДОВАТЕЛЯ В ПРОЦЕССЕ СЛЕДСТВЕННЫХ И ИНЫХ ПРОЦЕССУАЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ Беляева Полина Владимировна	113
Conference papers in English	118
Section 1. Economical sciences	118
MANAGEMENT OF SCIENTIFIC AND PRODUCTION ASSOCIATION Alina Kim	118
О'zbek tilidagi konferentsiya ma'ruzalari	123
Bo'lim 1. Tibbiy fanlari	123
НУКУС ШАҲРИДА ЯШОВЧИ ҲОМИЛАДОР АЁЛЛАРНИНГ ОҶИЛОНА ОВҚАТЛАНИШИНИ ЎРГАНИБ БАХОЛАШ Абдукадирова Лола Кабуловна Атамуратова Тумарис Турдимуратовна	123

O'ZBEK TILIDAGI KONFERENTSIYA MA'RUZALARI

BO'LIM 1.

TIBBIY FANLARI

НУКУС ШАҲРИДА ЯШОВЧИ ҲОМИЛАДОР АЁЛЛАРНИНГ ОҚИЛОНА ОВҚАТЛАНИШИНИ ЎРГАНИБ БАХОЛАШ

Абдукадирова Лола Кабуловна

т.ф.н., доц.,

Атроф муҳит гигиенаси кафедраси,

Тошкент тиббиёт академияси,

Ўзбекистон, Тошкент

Атамуратова Тумарис Турдимуратовна

Атроф муҳит гигиенаси кафедраси магистри,

Тошкент тиббиёт академияси,

Ўзбекистон, Тошкент

Кириш. Мамлакатимизда оналар ва болалар соғлиғини сақлаш, уни муҳофаза қилиш ва мустаҳкамлаш азал-азалдан давлат даражасидаги масалалардан саналиб, Президентимиз ва ҳукуматнинг диққат марказида бўлиб, бу борада бар қатор давлат дастурлари ва қонунлари қабул қилинган.

Мавзунинг долзарблиги. Ҳомиладорлик даврида рационал овқатланиш -хомиладорликнинг нормал кечиши, хомиланинг тўғри ўсиши ва ривожланиши учун жуда муҳим аҳамиятга эга. Ҳомиладорлик даврида витаминлар, минераллар ва бошқа озик моддалар мувозанатли бўлиши керак. Чунки хомиладорлик пайтида тўғри овқатланиш қуйидагиларни таъминлайди: она танасининг нормал ишлаши, эмбрионнинг тўлиқ озикланиши, унинг эҳтиёжларини қондириш, йўлдошнинг ўсиши ва шаклланиши, сут безларининг шишиши, узок ва етарли лактатсия [2].

Ҳомлодорликнинг бошланғич даврларда аёл етарлича минераллар, витаминлар ва шу каби моддаларни қабул қилиши керак. Чунки ҳомиланинг биринчи уч ойликда энг муҳим аъзолари шакиллана бошлайди. Айнан шу даврда соғлом турмуш тарзига қатъий риоя қилиш зарур. Ҳомиланинг турли органлари ва тизимларининг пайдо бўлиши ва ривожланиши маълум генетик аниқланган кетма -кетликда ва қатъий белгиланган вақт оралиғида содир бўлади. Бу даврларда сифатли ва миқдорий озуқавий қийматнинг роли ошади. Ҳомиладор етарлича оксил истеъмол қилиши керак сабаби оксил бола организмнинг қурилишида энг муҳим бўлган модда. Айнан оксилга бой маҳсулотлар истеъмол қилиш ҳомиладорлик вақтида муҳим ҳисобланади [1].

Ҳомиладор аёлларнинг овқатланишида алоҳида муаммо - бу ҳомиладорлик ва туғилиш асоратлари билан кечадиган ва ҳомиланинг ривожланишига, шунингдек, туғилган боланинг аҳволига салбий таъсир кўрсатадиган камқонликнинг олдини олиш: тўйиб овқатланмаслик хавфи, интраутерин гипоксия ва янги туғилган чақалоқнинг асфиксияси икки баробар кўпаяди ва болалар касаллиги ошади.

Ўзбекистон Республикасининг турли ҳудудларида ҳомиладор аёлларнинг ҳақиқий овқатланишини ўрганиш бўйича ўтказилган қатор тадқиқотларда ҳомиладор аёллар озуқасида темир, йод, калций, рух, хром етишмаслиги аниқланган. Текширилганларнинг деярли 100% фоллий кислотаси танқислиги бўлган, бу эса туғилмаган болада юрак ва қон томирлари ривожланишида аномалияларга олиб келиши мумкин[4].

Ишимизнинг мақсади. ҳомиладор аёллар таомномасидаги истеъмол қилинган асосий озуқа моддалар ва энергия сарфини таҳлил қилиш ва олинган маълумотлар асосида ҳулоса беришдан иборат бўлди.

Тадқиқот материаллари ва усуллари. Тадқиқот остига олинган Қорақолпоғистон Республикаси Нукус шаҳрида яшовчи 62 нафар ҳомиладор аёлларнинг 10 кун давомида ҳақиқий истеъмол қилинадиган маҳсулотлар миқдори шахсий варақаларга қайд қилинди. Озиқ моддалари ва энергиянинг миқдори озиқ-овқат маҳсулотлари таркибининг кимёвий жадваллари бўйича баҳоланди. Ҳомиладор аёлларнинг ҳақиқий овқатланиши ва витаминлар билан таъминлаганлигини ўрганиш натижалари Ўзбекистон Республикаси аҳолисининг жинсий-ёш, касбий гуруҳлари бўйича озиқ-овқат маҳсулотларини истеъмол қилишнинг ўртача суткалик рационал меъёрларига (СанҚ ва М 0101-01) солиштирилди.

Олинган натижалар Ҳомиладор аёллар овқатланишининг суткалик рационига қиравчи маҳсулотлар тўплами нисбатан тор бўлиб, овқатланиш бир турдалиқ билан тавсифланиб, сут маҳсулотлари, тухум, ўсимлик ёғи, сабзавот ва меваларнинг танқислиги аниқланган. Истеъмол қилинаётган

маҳсулотлар таркибида нон ва нон маҳсулотлари, қанд ва қандолат маҳсулотлари, ҳамда ҳайвонот ёғи кўпроқ солиштирма улушга эгадир. Аёллар овқатланиши рационини баҳолаш шуни кўрсатдики, нон ва нон маҳсулотларини ортикча миқдорда истеъмол қилиниши тавсия этилган меъёрларга нисбатан 52% ни ташкил этади. Қанд ва қандолат маҳсулотларини ортикча миқдорда истеъмол қилиниши 180%ни ташкил қилди. Ҳайвон ёғини ортикча миқдорда истеъмол қилиниши 50 % дан ошганини гувоҳи бўлди. Картошкага бўлган эҳтиёж эса 112%га қондирилади.

Сут ва сут маҳсулотлари, тухум, ўсимлик ёғи, сабзавот ва мевалар истеъмолининг танқислиги аниқланди. Сут ва сут маҳсулотлари истеъмолининг танқислиги – 41% гача ташкил қилди. Ўсимлик ёғи истеъмолининг танқислиги – 16% гача ташкил қилди. Сабзавотлар истеъмолининг танқислиги – 49%, мевалар бўйича – 92% ни ташкил қилди. Балиқ ва балиқ маҳсулотлари хомиладор аёлларнинг овқатланиш рационидан жуда кам учради.

Рациондаги овқат моддаларининг миқдори ва энергетик қиймати овқат маҳсулотларининг кимёвий таркиби ифодаланган жадвал ёрдамида ҳисобланди. Кун давомида истеъмол қилинган маҳсулотлар йиғиндиси, кунлик рационнинг энергетик қиймати ва уларнинг истеъмол қилиниш тартиби бўйича тақсимланганлиги ҳисобланди. Оксиллар, ёғлар, карбонсувларнинг ўзоро нисбати аниқланади.

Хомиладор аёлларнинг овқатланиш рационидан асосий озиқ-овқат маҳсулотлари ва энергиянинг ўртача суткалик миқдори таҳлил қилинганда қуйидаги натижалар олинди: суткалик рационда озиқ моддаларининг физиологик меъёрларидан ҳайвон оксилларининг танқислиги (маълумотлар ҳисоблаш усули билан олинди) 13-22%, ўсимлик ёғи танқислиги – 12%, кальций танқислиги – 37-40%, витамин А танқислиги – 25-50%, аскорбин кислотаси танқислиги – 17-32% ташкил этганлиги аниқланди. Аксинча бир кунлик ккал меъёридан бироз юқори (153 ккал) деб топилди. Хомиладор аёллар томонидан углеводлар истеъмоли 53-56% га ортикча эканлиги аниқланди.

Юқорида таъкидлаганимиздек инсон организмидан асосий озуқа моддаларнинг ўрни бекиёсдир. Масалан, хомиладор аёлнинг рационидан оксиллар энг муҳим озуқа қисмидир, яъни оксил хомиланнинг ўсиши ва ривожланиши, онанинг йўлдоши, бачадон ва сут безлари, шунингдек, эмизишда фойдаланиладиган захиралар. Углеводларга бўлган эҳтиёж эса кунига 130 дан 175 г гача кўтарилади ва ҳар куни бир неча порция мева, сабзавот ва донни истеъмол қилиш билан таъминланади. Кундалик рационга кунига 28 г миқдорда клетчаткалар киритиш йўғон ичак стазининг ривожланишига йўл қўймаслик учун самарали ҳисобланади.

Ҳомиладорлик пайтида зарур бўлган ёғларнинг оптимал миқдори ва таркиби аниқ белгиланмаган. Шу билан бирга, транс ёғ кислоталари платсентадан она организмидаги контсентратсияга мутаносиб равишда ўтиши ва ҳомиланинг ўсиши ва ривожланишига салбий таъсир кўрсатиши, муҳим ёғ кислоталарининг метаболизмига тўсқинлик қилиши, хужайра деворининг тузилиши ва синтезини бузиши исботланган .

Темир ҳомила ва платсентанинг ривожланиши учун ҳам, онанинг суяк илиги эҳтиёжларини кондириш учун ҳам зарурдир. Мутахассислар темир танқислиги анемиясини ривожланишига йўл қўймаслик учун ҳомиладорлик пайтида темир истеъмолини кунига тахминан 15 мг (кунига 30 мг гача) оширишни маслаҳат беришади.

Калций ва Д витамини кам истеъмол қилиш она ва бола саломатлигига салбий таъсир кўрсатиши, шунингдек, бир қатор акушерлик асоратлари (пreekлампси, эрта туғилиш ва кам вазн) ривожланиши билан боғлиқдир. Ҳомила скелетнинг ривожланиши учун асосан ҳомиладорликнинг учинчи триместрида тахминан 30 г калтсий керак бўлади. Бу миқдорни она захираларини сафарбар қилиш орқали осонгина таъминлаш мумкин. 19 ёшдан 50 ёшгача бўлган ҳомиладор ва эмизикли аёллар учун тавсия этилган элементар калтсий миқдори кунига 1000 мг ни ташкил қилиши лозим эканлиги илмий адабиётларда келтирилган[6].

Д витаминининг қўшимча рецепти семириб кетган, қуёшга териға минимал таъсир кўрсатадиган, ва бошқа омиллар (Шимолий мамлакатларда яшаш, вегетарианизм, қоронғу тери) бўлган аёллар учун тавсия этилади. Д витамини ўз ичига олган препаратни танлашда Д3 (колекалсиферол) Д2 (ергокалсиферол) га қараганда Д витаминининг фаол шакллариға айланишини ва сарум 25-гидроксивитамин д контсентратсиясини оширишда самаралироқ эканлигини унутмаслик керак. Д витаминининг максимал кунлик истеъмоли 100 мкг (4000 ИУ) дан ошмаслиги керак [7].

Ҳомилада асаб найчалари нуқсонларини олдини олиш учун фолий кислотасини 1 ой давомида олиш тавсия этилади. биринчи 2-3 ойликдан олдин ва давомида. контсептсиядан кейин. Иккинчи триместрдан бошлаб ҳомила ўсиши ва платсентанинг ишлаши эҳтиёжларини кондириш учун 0,6 мг фолий кислотаси керак бўлади, уни озик-овқат маҳсулотларидан ҳам олиш мумкин.

Цинк ҳомила массасининг нормал ўсиши учун зарурдир, синкнинг жиддий этишмаслиги гипотрофия ва бўйи пасайишиға олиб келади.

Йод танқислиги потентсиал хавфли оқибатларға олиб келади. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти (ЖССТ) ҳомиладор ва эмизикли аёллар учун 250 мкг миқдорида йод олишни тавсия қилади. Ҳомиладор

аёлларга фақат йодланган туз (1/4 чой қошиқда 95 мкг йод мавжуд), денгиз маҳсулотларини истеъмол қилиш ёки мултивитамин таркибида йод олиш тавсия этилиши керак.

Қалқонсимон без касалликлари бўйича Америка ассотсиатсияси ҳомиладорликни режалаштираётган аёлларга, шунингдек ҳомиладор ва эмизикли аёлларга диетасини калий йодид шаклида 150 мкг ёд ўз ичига олган мултивитамин комплексини ҳар куни истеъмол қилиш билан тўлдиришни тавсия қилади [3].

ЖССТ маълумотларига кўра, ҳомиладорлик пайтида А витаминига бўлган эҳтиёж бироз ошади (ҳомиладор бўлмаган аёлларда кунига 700 мкг дан ҳомиладор аёлларда кунига 770 мкг гача). А витаминини ҳаддан ташқари истеъмол қилиш тератоген таъсирга эга [5].

Хулоса. Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, ҳомиладор аёлларнинг овқат рациони энергетик қийматининг сезиларли равишда кам, сифат жиҳатдан тўла қимматга эга эмаслиги билан тавсифланди. Ушбу натижалар замонавий аёлларнинг суткалик рационининг гигиеник талабларга мос келмаслиги ва ҳомиладор аёллар организмнинг мажбурий равишда кальций, витаминлар ва бошқа кўпгина макро- ва микронутриентлар танқислиги ҳолатида фаолият олиб бориши тўғрисидаги адабиёт маълумотларга зид келмайди. Ушбу ҳолатлар ҳомиладор аёллар овқатланиш рационини коррекция қилишнинг зарур эканлигидан далолат беради.

Адабиётлар рўйхати:

1. Абдукадирова Л.К, Шарипова С.А.. “А» тоифасига мансуб шахсларнинг овқатланиш тарзини ўрганиш ва таҳлил қилиш» <https://moluch.ru/archive/408/89984/> Международный научный журнал «Молодой ученый» №13 (408)-2022 Стр343-345 (Россия).
2. Абдукадирова Л.К. “Она ва бола саломатлиги-миллат соғлиги” Тиббий таълимда инновацияларни қўллаш ва интеграл маърузаларни такомиллаштириш-2016 С96-97.
3. Абдукадирова Л.К.. Соғлом турмуш тарзининг гигиеник асослари // Фан ва техника тараққиётида хотин-қизларнинг ўрни. Республика илмий-амалий анжумани маърузалар тўплами-2017.
4. Akhmadaliev, N.O., Salomova, F.I., Sadullaeva, K.A., Abdukadirova, L.K., Toshmatova, G.A., & Otajonov, I.O. (2021). Health State Of Teaching Staff Of Different Universities In The Republic Of Uzbekistan. NVEO-NATURAL VOLATILES & ESSENTIAL OILS Journal| NVEO, 15954-15967.
5. Каримов Ш.И. таҳрири остида “Соғлом овқатланиш –саломатлик мезони”. Тошкент-2015 375б.
6. Шайхова Г.И. (таҳрири остида) // Овқатланиш гигиенаси. Т. 2011й.. 435б
7. Ermatov, N., Guli, S., Feruza, S., Feruza, A., & Bakhtiyor, R. (2019). The effectiveness of red palm oil in patients with gastrointestinal diseases.