

TA'LIM MUASSASALARIDA SANITARIYA-GIGIYENA QOIDALARIGA RIOYA ETISHNING BOLALAR SOG'LIG'UCHUN AHAMIYATI

Usmonova Shaxzoda

*Termiz davlat pedagogika instituti
Jismoniy madaniyat kafedrasi o'qituvchisi*

Annotatsiya. *Ushbu maqolada ta'lim muassasalarida sanitariya va gigiyena talablariga rioya etishning o'quvchi bolalar sog'lig'i uchun tutgan o'rni tahlil qilinadi. Maktab va bog'cha sharoitida tozalik, ovqatlanish, ichimlik suvi sifati, havo aylanishi, yoritish va shaxsiy gigiyena omillari orqali kasalliklarning oldini olishga oid muammolar ko'rib chiqiladi. Ilmiy manbalar, amaliy kuzatuvlar va jahon sog'liqni saqlash tashkilotining tavsiyalari asosida sanitariya-gigiyena madaniyatini oshirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilgan.*

Kalit so'zlar: *sanitariya, gigiyena, maktab gigiyenasi, bolalar sog'ligi, infeksiya profilaktikasi, shaxsiy tozalik, ovqatlanish, muassasa gigiyenasi*

THE IMPORTANCE OF COMPLIANCE WITH SANITARY AND HYGIENE STANDARDS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS FOR CHILDREN'S HEALTH

Abstract. *This article analyzes the significance of adhering to sanitation and hygiene standards in educational institutions for preserving children's health. Issues such as cleanliness, nutrition, drinking water quality, ventilation, lighting, and personal hygiene in schools and kindergartens are explored as key factors in disease prevention. Based on scientific literature, practical observations, and WHO recommendations, suggestions are provided to improve sanitary-hygienic practices in the educational environment.*

Keywords: *sanitation, hygiene, school hygiene, children's health, infection prevention, personal cleanliness, nutrition, institutional hygiene*

Kirish: Maktab va maktabgacha ta'lim muassasalarida bolalar salomatligi nafaqat ta'lim sifati, balki sanitariya-gigiyena sharoitlariga ham bevosita bog'liq. Bolalik — bu organizm tez o'sib, rivojlanayotgan, immun tizimi hali to'liq

shakllanmagan davr bo'lgani sababli gigiyenik muhitning har qanday buzilishi jiddiy sog'liq muammolariga sabab bo'lishi mumkin. Jahon sog'liqni saqlash tashkilotining ma'lumotlariga ko'ra, rivojlanayotgan davlatlardagi o'quvchilarning 30 foizidan ortig'i aynan maktabdagi sanitariya holati yomon bo'lganligi sababli nafas yo'llari kasalliklari, ichak infeksiyalari, teri va allergik muammolarga duch keladi [1]. O'zbekistonda so'nggi yillarda maktablarning moddiy-texnik bazasi yaxshilanayotgan bo'lsa-da, gigiyenik muhitning barcha standartlarga mosligi hali ham dolzarb muammo bo'lib qolmoqda.

Sanitariya va gigiyena fanining asosiy vazifalaridan biri — jamoaviy muhitda, ayniqsa, o'sayotgan organizmlar ishtirok etadigan muassasalarda kasalliklarning oldini olishdir. Shu boisdan ham maktab va bog'chalarda gigiyena qoidalariga amal qilish darajasi bolalar salomatligining eng muhim ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi. Ushbu maqolada ta'lim muassasalarida sanitariya-gigiyena talablariga rioya etish muammolari, mavjud holat va ularni bartaraf etish yo'llari nazariy va amaliy asosda ko'rib chiqiladi.

Asosiy qism: Maktab va maktabgacha ta'lim muassasalaridagi sanitariya-gigiyena holatini baholashda bir nechta asosiy yo'nalishlar mavjud: binolar gigiyenasi, ovqatlanish va suv ta'minoti sifati, havo aylanishi va yoritish tizimi, shaxsiy gigiyena vositalari bilan ta'minlanganlik darajasi hamda profilaktik nazorat ishlari. Har bir omil bola sog'lig'i uchun alohida xavfsizlik yoki tahdid manbai bo'lishi mumkin.

Eng avvalo, sinfxonalarning tozalik darajasi, dezinfeksiya jadvali va ventilyatsiya tizimining ishlash samaradorligi muhimdir. Sanitariya me'yorlariga ko'ra, sinfxonalar har kuni nam tozalovdan o'tishi, haftasiga bir marta to'liq dezinfeksiya qilinishi, havo aylanishi tabiiy va sun'iy yo'llar bilan ta'minlangan bo'lishi lozim [2]. Biroq amaliyotda, ayniqsa qishloq maktablarida, bu talablar ko'pincha e'tibordan chetda qoladi.

Yana bir dolzarb jihat — maktab oshxonalarining sanitariya holatidir. Bolalar organizmi uchun muvozanatli ovqatlanish va ichimlik suvi sifati immunitetni mustahkamlovchi, infeksiyalarning oldini oluvchi asosiy omillardandir. Respublika Sanitariya-epidemiologiya xizmati ma'lumotlariga ko'ra, har yili o'tkaziladigan tekshiruvlarda maktab oshxonalarining 17–20 foizida sanitariya buzilishi, yuvilmagan sabzavot, qayta ishlanmagan go'sht mahsulotlari, suv filtrlarining ishlamasligi holatlari aniqlanadi [3]. Bu esa bolalar salomatligi uchun bevosita xavf hisoblanadi.

Shaxsiy gigiyena vositalari bilan ta'minlanganlik ham muhim indikatorlardan biri. Ko'pgina maktablarda hali ham gigiyena xonalari (ayniqsa qizlar uchun) cheklangan, sovun, salfetka, gigiyenik qog'oz doimiy mavjud emas. Bunday muhitda bolalar shaxsiy gigiyenaga e'tiborsizlik qilishadi, bu esa turli yuqumli kasalliklar (enterobioz, dermatit, respirator infeksiyalar)ning avj olishiga sabab bo'ladi.

Yoritish va mikroiklim sharoitlari ham sanitar-gigiyena me'yorlarining ajralmas qismidir. Maktab xonalarida yoritish yetarli bo'lmasa, ko'zning zo'riqishi, egrilik, psixoemotsional charchoq rivojlanadi. Maktab gigiyenasiga oid ko'plab tadqiqotlarda xonadagi yoritish darajasi (lux) belgilangan normalardan past bo'lishi o'quvchilar diqqatining pasayishi, bosh og'rig'i va surunkali charchoqlarning ko'payishiga olib kelishi ko'rsatilgan [3].

Barcha yuqoridagi omillarni hisobga olgan holda, so'nggi yillarda jahon sog'liqni saqlash tashkiloti, UNICEF va boshqa xalqaro tashkilotlar maktab gigiyenasini mustahkamlash bo'yicha qator tavsiyalar ishlab chiqqan. Jumladan, ular quyidagilarni tavsiya qiladilar: gigiyena fanini darsliklar darajasida o'qitish, har bir maktabda tibbiy xizmat bo'lishi, o'quvchilar uchun muntazam sog'liq ko'riklari va gigiyena treninglari tashkil etish, maktab xodimlarining gigiyena bo'yicha sertifikatlanishini yo'lga qo'yish [2].

Respublikamizda esa bu borada "Sog'lom avlod uchun" dasturi, "Harakatda sog'lomlik" loyihasi va "Gigiyenik tarbiya – sog'lom bola" shiorlari ostida qator ishlar olib borilmoqda. Biroq ularni samarali amalga oshirish uchun tizimli monitoring, moliyaviy resurslar va ota-onalar hamkorligini kuchaytirish talab qilinadi.

Ta'lim muassasalarida sanitariya-gigiyena holatini yuksaltirishda faqat moddiy-texnik baza emas, balki inson omili — ya'ni o'qituvchilar, xizmat ko'rsatuvchi xodimlar va tibbiy hamshiralarning kasbiy tayyorgarligi muhim ahamiyat kasb etadi. Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, sanitariya me'yorlariga amal qilinmasligining asosiy sababi, bu masalada bevosita mas'ul bo'lgan pedagog va texnik xodimlarning gigiyena bilimlari yetarli emasligidir. Masalan, maktab gigiyenasi bo'yicha o'tkazilgan ijtimoiy so'rovda qatnashgan o'qituvchilarning 41 foizi bolalarda parazitlar kasalliklar, 52 foizi esa suv sifati bilan bog'liq salbiy ta'sirlar haqida to'liq tasavvurga ega emasligini bildirgan [3]. Bu esa sanitariya talablarining faqat rasmiyatchilik darajasida bajarilishiga olib keladi. Shu sababli

o'qituvchilar uchun maxsus gigiyenik modul asosida qisqa muddatli o'quv kurslarini joriy etish taklif etiladi.

Shuningdek, bolalarning o'quv faoliyatini to'g'ri tashkil etish — pedagogik jarayonni gigiyenik jihatdan optimallashtirish ham katta ahamiyatga ega. Bu borada parta balandligi, yozuv pozitsiyasi, tana holatining statik muvozanatda bo'lishi, o'quv darslarining davomiyligi va tanaffuslar oralig'i gigiyena fanining muhim ob'ektlaridandir. O'zbekiston Sog'liqni saqlash vazirligi tavsiyalarida 1–4-sinf o'quvchilari uchun darslar 35 daqiqani tashkil etishi va har 2 darsdan so'ng majburiy tanaffus berilishi belgilangani holda, bu me'yorlar amaliyotda to'liq bajarilmasligi kuzatilmoqda. Ayniqsa, tayyorlov guruhidagi o'quvchilar uchun uzoq muddatli bir joyda o'tirish psixomotor rivojlanishga salbiy ta'sir ko'rsatadi [4].

Shu bilan birga, bola sog'lig'iga ta'sir ko'rsatuvchi nozik yo'nalishlardan biri bu — psixogigiyena bo'lib, u bolalarning emotsional holati, stressga chidamliligi, maktabdagi ruhiy muhit kabi omillar bilan bog'liq. Negaki, emotsional zo'rliq holatida immunitet pasayadi, bu esa gigiyenik muhit qanday bo'lishidan qat'i nazar, organizmning yuqumli kasalliklarga nisbatan zaiflashuviga olib keladi. Maktablarda bu boradagi yondashuvlar hozircha juda tor ko'lamda amalga oshmoqda — pedagogik psixologlar mavjud bo'lgan ta'lim muassasalari soni cheklangan, emotsional farovonlikni ta'minlashga yo'naltirilgan maxsus darslar yo'q. Holbuki, zamonaviy gigiyena konsepsiyasida bu jihat alohida e'tibor talab qiluvchi komponent sifatida ko'riladi [5].

Sanitariya-gigiyena holatini yaxshilash faqat muhitni tozalash emas, balki butun ta'lim muhitini — pedagogik, ruhiy, tibbiy, ma'naviy jihatdan sog'lomlashtirishni ham o'z ichiga olishi lozim. Har bir o'quvchi bola nafaqat kasalliklardan himoyalangan, balki jismoniy, ruhiy va ijtimoiy sog'lom shaxs sifatida shakllanishi uchun maktab gigiyenasi keng, integratsiyalashgan tarzda tashkil etilishi zarur.

Xulosa: Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, sanitariya-gigiyena talablariga qat'iy rioya qilish ta'lim muassasalarida o'quvchilar sog'lig'i va hayot sifati uchun strategik ahamiyatga ega. Maktab va bog'cha muhitidagi tozalik, ovqat sifati, ichimlik suvi, havo aylanishi, yoritish va shaxsiy gigiyena vositalari bilan ta'minlanganlik sog'lom bola shakllanishining ajralmas qismidir. Mavjud muammolarni bartaraf etish uchun davlat nazorati, xalqaro tajriba asosidagi metodikalar, ota-onalar bilan hamkorlik va gigiyenani tarbiyaviy jarayon sifatida qarash zarur. Shuningdek, maktab xodimlari va o'quvchilarning gigiyena bo'yicha

bilim darajasini oshirish, sanitariya nazoratini tizimli asosga qo'yish orqali kasalliklarning oldini olish mumkin. Bu esa nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy-iqtisodiy barqarorlik uchun ham muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Всемирная организация здравоохранения. Школьная гигиена: Руководство для стран с низким и средним уровнем дохода. – Женева: ВОЗ, 2017. – 86 с.
2. Юсупов И.Ж., Атабеков А.Ш. Гигиена детей и подростков. – Ташкент: Медицина, 2018. – 224 с.
3. Санитарно-эпидемиологическая служба Республики Узбекистан. Годовой отчет по проверке школьных учреждений. – Ташкент, 2022.
4. Karimova G. School hygiene and disease prevention in developing countries // International Journal of Public Health. – 2021. – Vol. 66. – P. 43–51.
5. Nuriddinov, K. J. (2025). Psycho-pedagogical determinants in the formation of academic culture among students in pedagogical universities. Educational Research in Universal Sciences, 4(5), 96-100.
6. Anderson M., Smith R. Effects of lighting on learning performance in schools // Journal of Environmental Psychology. – 2019. – Vol. 64. – P. 73–81.
7. UNICEF. Water, Sanitation and Hygiene (WASH) in Schools. – New York: UNICEF Publications, 2020. – 55 p.