

ҚОЖА АХМЕТ ЯСАУИ АТЫНДАҒЫ ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ҚАЗАҚ - ТҮРІК  
УНИВЕРСИТЕТІ

ФАКУЛЬТЕТІ: Медицина

КАФЕДРАСЫ: Акушерлік және Гинекология

# СӨЖ

**Тақырыбы:** Баланың күтімін, физикалық дамуын және  
тамақтануын ұйымдастыру



Қабылдаған: Алиманова М

Орындаған: Өтебай А

Тобы: ЖМ-124

Түркістан -2015 ж

## II. НЕГІЗГІ БӨЛІМ:

# ЖОСПАРЫ:

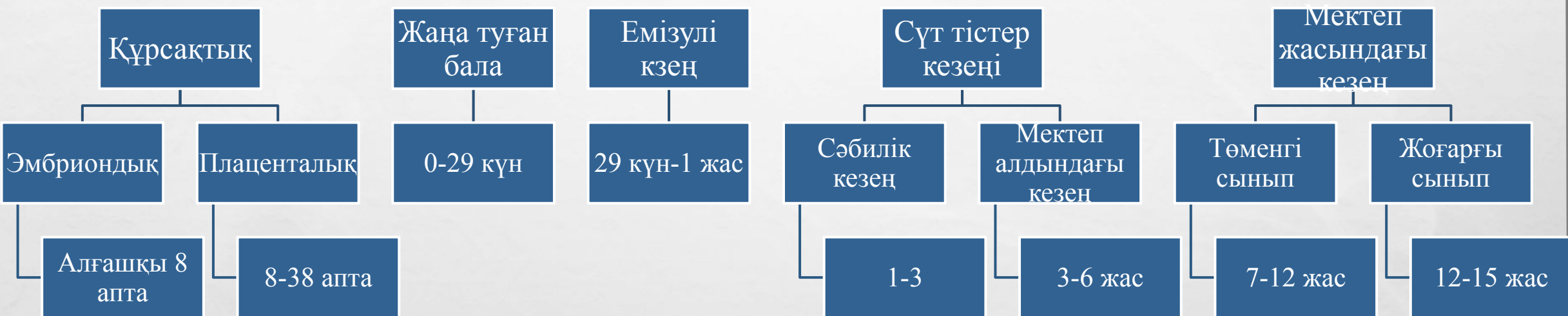
1. БАЛАЛЫҚ ШАҚТЫҢ КЕЗЕҢДЕРІ
2. БАЛАНЫҢ ӨСІП ДАМУЫНА ӘСЕР ЕТЕТІН ФАКТОРЛАР
3. БАЛАНЫҢ ӨСІП-ДАМУЫН БАҒАЛАУ
4. 1 ЖАСҚА ДЕЙІНГІ БАЛАНЫҢ ӨСІП ДАМУЫ
5. 1 ЖАСҚА ДЕЙІНГІ БАЛАНЫ ТАМАҚТАНДЫРУ
6. АНА СҮТІНІҢ ҚҰРАМЫ
7. АНА СҮТІМЕН ҚОРЕКТЕНДІРУДІҢ 10 ҚАДАМЫ

## III. ҚОРЫТЫНДЫ.

## IV. ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР.



Өмірге жаңа келген нәрестені дұрыс күту оның денсаулығының басты кепілі. Бала ауырмас үшін ана оның денесін таза ұстап, тамағын дұрыс беріп, дұрыс ұйықтата білу керек. Кіндігі түсіп, оны әбден жазылғаннан кейін, қайнаған жылы суға нәрестені күн сайын кешке жақын шомылдырған жөн.



# БАЛАЛЫҚ ШАҚТЫҢ КЕЗІҢДЕРІ

# Баланың өсіп дамуына әсер ететін факторлар

Баланың құрсақтағы кезеңдегі және туылғаннан кейінгі өсіп-дамуына бірнеше сыртқы және ішкі факторлар әсер етеді:

- құрсақтағы кезеңде –анасының жүктілік кезіндегі аурулары, экологиялық жағдайлар, жүкті әйелдің тамақтануындағы кемшіліктер, жүйкенің күйзелістері т.б.
- Бала туылғаннан кейін –оның тамақтандырудағы кемшіліктер, сыртқы қоршаған ортаның кері әсерлері (нашар үй, тұрмыстық жағдайлар, күтімнің нашар болуы), баланың әр түрлі аурулары, ішкі секреция бездерінің әсері.

# БАЛАНЫҢ ӨСІП-ДАМУЫН БАҒАЛАУ



Баланың өсіп-дамуын бағалау үшін оған арнайы өлшеулер жүргізіледі, оны антропометрия деп атайды. Бұл өлшеулерге баланың салмағын, бойын, бас және кеуде айналымдарын, аяқ-қолдарының айналымдарын өлшеу жатады. Баланың өсіп-дамуы жасына сәйкес, сәйкес еместігін білу үшін, алдымен жасына қарай нормада болу керек көрсеткіштерін анықтап, содан кейін өлшеулер арқылы табылған көрсеткіштермен салыстырамыз.



1982alenska.baby.ru

Айы	Салмағы	(г)	Бойы	(см)	Бас	айналымы
	1 айда	барлығы	1 айда	барлығы	1 айда	барлығы
1ай	600	600	3	3	2	2
2ай	800	1400	3	6	2	4
3ай	800	2200	2,5	8,5	2	6
4ай	750	2950	2,5	11	1	1
5ай	700	3650	2	13	1	8
6ай	650	4300	2	15	1	9
7ай	600	4900	2	17		
8ай	550	5450	2	19		
9ай	500	5950	1,5	20,5		
10ай	450	6400	1,5	22	2,5	
11ай	400	6800	1,5	23,5		
12ай	350	7150	1,5	25		11,5

## 1 ЖАСҚА ДЕЙІНГІ БАЛАНЫҢ ӨСІП ДАМУЫ





Бала бір жастан асқаннан кейін өсу қарқыны баяулайды: 1-2 жас аралығында салмағы 3 кг, бойы 7-8 см артады, одан әрі жыл сайын салмағына 2 кг, бойына 5 см қосып отырады. Бұл берілген сандар орташа көрсеткіштер, бұл жерде баланың жынысы, жеке басының даралығы ескеріледі. Кез-келген баланың нормада болу керек өсу көрсеткіштерін анықтау үшін, оның 1 жасындағы көрсеткіштеріне жыл сайын қосатын салмақ пен бойының көрсеткіштерін ққосамыз.

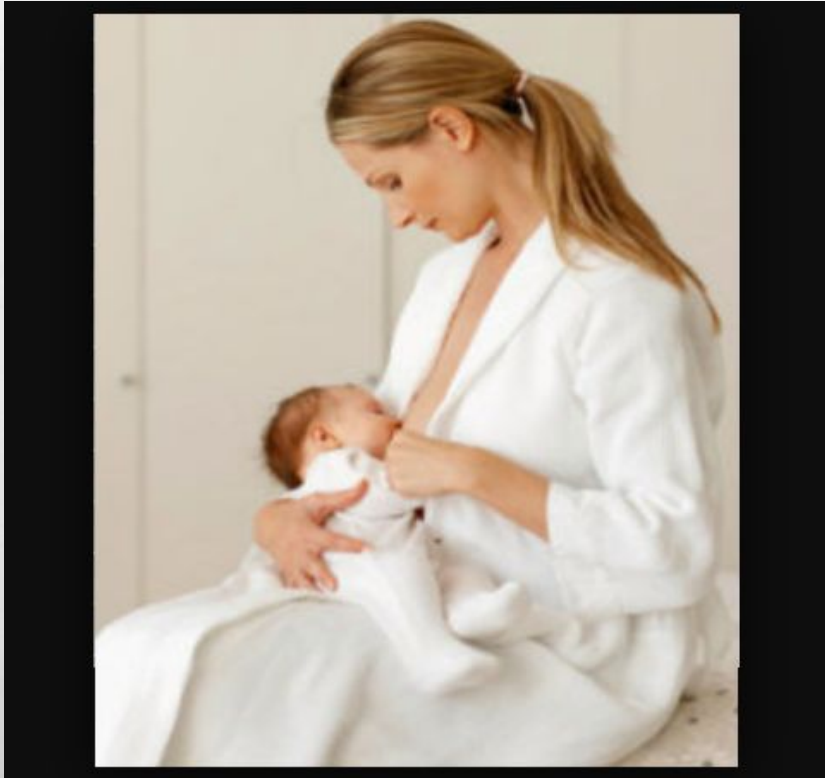
# 1 ЖАСҚА ДЕЙІНГІ БАЛАНЫ ТАМАҚТАНДЫРУ

3 түрін анықтаймыз:

- Табиғи – тек ана сүтімен қоректендіру



# Аралас – ана сүті және сүт қоспаларымен қоректендіру



# Жасанды тамақтандыру – баланы негізінен сүт қоспаларымен қоректендіру





# АНА СҮТІНІҢ ҚҰРАМЫ

Сүт түрі		Белок г/л	Қант г/л	Май г/л
Уыз сүті	Алғашқы күндері	58	40-76	28-41
Өтпелі сүт	4-5 күндері	14-23	57-76	29-44
Қалыпты ана сүті	2 аптада	9-18	73-75	33-34

## АНА СҮТІМЕН ҚОРЕКТЕНДІРУДІҢ 10 ҚАДАМЫ

2. Барлық медицина қызметкерлерін ана сүтімен қоректендіру әдістерін үйрету
3. Барлық жүкті әйелдерге ана сүтімен қоректендірудің тиімділігін таныстыру
4. Аналарды босанғаннан кейін 30 минут ішінде ана сүтімен қоректендіруді үйрету
5. Аналарды емшекпен емізуді және баласынан бөлінген жағдайда лактацияны тоқтатпау әдістерін үйрету
6. Медициналық көрсетпесі бар жағдайлардан басқа кезде нәрестелерге ана сүтінен басқа ешқандай тамақ және сұйықтық бермеу
7. Ана мен баланың үнемі бір бөлмеде болуын қамтамасыз ету
8. Нәрестенің талабы бойынша емізу
9. Ана сүтімен қоректенетін балаларға тыныштандыру мақсатында ана емшегіне ұқсас заттарды пайдаланбау
10. Ана сүтімен қоректенетін қолдау топтарын топтарын құру және перзентханадан шыққан босанған әйелдерді сол топтарға жіберу





# 1 ЖАСҚА ДЕЙІНГІ БАЛАНЫ ЕМІЗУ ЖИІЛІГІ

Айы	Тамақтандыру аралығы	Тамақтандыру жиілігі	Түнгі үзіліс
0-1 ай	3 сағат	7 рет	6 сағат
1-5 ай	3,5 сағат	6 рет	6,5 сағат
5-12 ай	4 сағат	5 рет	8 сағат

# ҚОСЫМША ТАМАҚ ЕНГІЗУ

Бала 6 айға жақындағанда оны ана сүті мөлшері жеткілікті болғанмен, құрамы бойынша қанағаттандырмайды, осы себепті баланың диетасын түрлендіру үшін қосымша тамақ енгізеді.

Қосымша тамақ енгізу ережелері:

- Қосымша тамақ баланы емізер алдында беріледі.
- Жаңа қосымша тамақ мөлшерін 5-10 г бастап, 2 аптаның ішінде біртіндеп көбейте отырып, 1 емгендегі сүт мөлшеріне дейін жеткізіп, 1 емізуді қосымша тамақпен түгелдей алмастыру қажет.
- 2 түрлі қосымша тамақты бір мезгілде енгізуге болмайды.
- Тамақ түйіршіксіз езіліп, қоймалжың түрде қасық арқылы беріледі.

## ҚОСЫМША ТАМАҚ ЕНГІЗУ МЕРЗІМДЕРІ

№	Тамақ түрі	Баланың айы						
		0-4	5	6	7	8	9	9-12
1	жеміс шырыны (мл)		5-30	40-60	60	70	80	100
2	жеміс пюресі (г)			40-60	60	70	80	100
3	сүзбе (г)			10-30	40	40	40	60
4	жұмыртқа уызы				1/2	1/2	1/2	1/2
5	көкөніс пюресі		10-100	150	150	170	180	200
6	Босқа (г)			50-100	150	150	180	200
7	Ет пюресі (г)					5-30	50	70
8	Айран (г)					200	200	500
9	Нан (г)					5	5	10
10	Печенье (г)				3-5	5	5	10-15
11	Өсімдік майы (г)			1-4	4	4	5	6
12	Сары май (г)			1-4	4	4	5	6

# 1 ЖАСҚА ДЕЙІН БАЛАНЫ АРАЛАС ТАМАҚТАНДЫРУ

Аралас тамақтандыру деп –ана сүті жетіспеген жағдайда оған қоса сүт қоспаларымен коректендіруді айтамыз. Сүт қоспалары бейімделген және бейімделмеген болып бөлінеді.

1. Бейімделген сүт қоспалары құрамы бойынша ана сүтіне жақын, ана сүтіне бейімделген.
2. Бейімделмеген сүт қоспалары қарапайым және қышқыл болып бөлінеді.

Ана сүті жетіспегенде берілетін осы сүт қоспалары үстеме тамақ деп аталады.

**Үстеме тамақ беру ережелері:** Үстеме тамақ бала еміп болғаннан кейін беріледі, мөлшері анасынан сорып алған сүттің мөлшерімен байланысты болады. Сүт берер алдында 36-37 гр дейін жылытады; тамақ қасық арқылы беріледі, егер емізік арқылы берілсе саңылауы кең болмауы қажет.

# ЖАСАНДЫ ТАМАҚТАНДЫРУ

**Жасанды тамақтандыру** – ана сүті аз немесе мүлде болмаған жағдайда баланы сүт қоспаларымен қоректендіру.

Табиғи тамақтандырумен салыстырғанда тамақ энергиясы 10 ккал/кг артық болуы керек, Б:М:К – 1:1,5:3 яғни белок табиғи тамақтандырудағыдан 2 есе көп қажет болады. Алғашқы айларда сүт қоспаларының бейімделген түрін пайдаланған жөн, 6 айдан асқаннан кейін бейімделмеген, қышқыл сүт қоспалары тағайындалады. Тамақтандыру жиілігі тәулігіне 5-6 рет, сүттің жалпы мөлшері 1 литрден аспаған жөн. Сүт қоспаларын берер алдында 38-40 градусқа дейін жылытып алу қажет.

# ЖАСАНДЫ ТАМАҚТАНДЫРУ

№	Тамақ түрі	Баланың айы									
		0-1	2	3	4	5	6	7	8	9	9-12
1	Бейімделген сүт қоспалары	700	850	850	800	700	400	350	350	200	200
2	Жеміс шырыны (мл)				5-30	45	50	60	70	80	100
3	сүзбе (г)						40	40	40	40	50
4	жұмыртқа уызы							1/4	1/2	1/2	1/2
5	көкөніс пюресі					100	150	150	170	180	200
6	Босқа (г)						100	150	170	180	200
7	Ет пюресі (г)							30	50	50	70
8	Айран (г)							200	200	400	400
9	Нан (г)								5	5	10
10	Печенье (г)							3	5	5	10
11	Өсімдік майы (г)					3	3	3	5	5	6
12	Сары май (г)						4	4	5	5	6

# ПАЙДАЛАНҒАН ӘДЕБИЕТТЕР

- “БАЛАЛАР АУРУЛАРЫ” МОМБЕКОВА У.Х
- “ПЕДИАТРИЯ” В.Г. МАЙДАННИК, 2002
- “ПЕДИАТРИЯ” **Н. П. ШАБАЛОВА 2003 Ж**
- ИНТЕРНЕТ ЖЕЛІСІ