

KATTA MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARDA OG‘IZ BO‘SHLIG‘I SALOMATLIGINING HAYOT SIFATI BILAN BOG‘LIQLIGI

Tolibova Munira Izzatullayevna
Buxoro Innovatsion Talim va
Tibbiyot Universiteti Stomatologiya
fakulteti Kafedra mudiri
muniratolibova05@gmail.com

Annotatsiya. Mazkur mavzuning ahamiyati shundan iboratki katta maktab yoshidagi bolalarning og‘iz bo‘shlig‘i salomatligi va uning hayot sifatiga ta'siri o‘rganiladi. Maktab yoshidagi bolalar orasida og‘iz salomatligi muammolari, ayniqsa, tish kariesi, og‘iz gigienasi va boshqa og‘iz bo‘shlig‘i kasalliklari hayot sifatiga jiddiy ta'sir ko‘rsatishi mumkin. Maqolada, og‘iz salomatligining bolalarning jismoniy va ruhiy holatiga, ijtimoiy o‘zaro munosabatlarga va umumiy salomatlikka bo‘lgan ta'siri haqida ilmiy tadqiqotlar asosida tahlil qilinadi. Shuningdek, tish salomatligini saqlash bo‘yicha profilaktik choralar va ularning bolalarning umumiy hayot sifatiga qanday ijobiy ta'sir ko‘rsatishi muhokama qilinadi. Bu maqola, o‘qituvchilar, ota-onalar va sog‘liqni saqlash mutaxassislari uchun og‘iz salomatligini saqlashga oid amaliy tavsiyalarni taqdim etadi.

Kalit so‘zlar. og‘iz salomatligi, profilaktika, gigiena, jismoniy va ruhiy, tish, karies.

Katta maktab yoshidagi bolalarda og‘iz bo‘shlig‘i salomatligi va uning hayot sifatiga ta'siri keng tarqalgan sog‘liq muammolaridan biridir. Og‘iz bo‘shlig‘ining salomatligi nafaqat tishlarning holati, balki bolalar hayotining turli sohalariga, jumladan, jismoniy, psixologik va ijtimoiy farovonliklariga ham katta ta'sir ko‘rsatadi. Bu maqolada, og‘iz bo‘shlig‘ining salomatligi va bolalarning umumiy hayot sifatining o‘zaro bog‘liqligi o‘rganiladi, shuningdek, og‘iz salomatligi muammolarining oldini olish va uni yaxshilashga qaratilgan profilaktik choralar tahlil qilinadi [1].

Og'iz bo'shlig'i salomatligining bolalarning jismoniy salomatligiga ta'siri

Og'iz bo'shlig'ining salomatligi bolalarning jismoniy salomatligi uchun juda muhimdir, chunki tishlar va og'iz bo'shlig'i faqat o'zgalar bilan muloqot qilishda emas, balki umumiy sog'liqni saqlashda ham katta rol o'ynaydi. Bolalar orasida og'iz bo'shlig'i salomatligining buzilishi jismoniy muammolarga olib kelishi mumkin, bu esa ularning o'sish va rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi [2].

1. Tish kariesi va umumiy salomatlik

Tish kariesi — og'iz bo'shlig'idagi eng keng tarqalgan kasalliklardan biri bo'lib, bolalarda og'riq va noqulayliklarga olib kelishi mumkin. Karies tish emalini zararlash orqali chuqurlashadi va tishlarning to'liq yo'qolishiga olib kelishi mumkin. Kariesning kechikib davolanishi bolaning ovqatlanish jarayonini qiyinlashtiradi, chunki og'riq tufayli bolalar tishlashda qiynalishi mumkin. Bu, o'z navbatida, malnutrisiyaga olib keladi, chunki bolalar zarur ozuqaviy moddalarni yetarlicha ololmaydi.

Tish kariesi nafaqat og'riq keltiradi, balki infeksiyalarning rivojlanishiga sabab bo'ladi. Og'iz bo'shlig'idagi bakteriyalar va yallig'lanishlar organizmning boshqa qismlariga tarqalishi mumkin. Masalan, o'tkir yallig'lanishlar yurak yoki jigar kabi organlarga ta'sir ko'rsatishi mumkin, bu esa bolaning umumiy salomatligiga salbiy ta'sir qiladi. Shu sababli, tish kariesi bilan kurashish nafaqat og'iz salomatligi, balki umumiy sog'liq uchun ham muhimdir.

2. Og'izdagi yallig'lanishlar va immun tizimi

Og'iz bo'shlig'idagi yallig'lanishlar, masalan, gingivit (tish go'shaklarining yallig'lanishi) yoki periodontit (tish go'shaklarining chuqur yallig'lanishi) bolalarning immun tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Yallig'lanishlar organizmni doimiy ravishda stressga soladi va bu imun tizimining zaiflashishiga olib keladi. Og'iz bo'shlig'idagi infeksiyalar va yallig'lanishlar bola organizmining boshqa kasalliklarga nisbatan sezgirlikni oshiradi, chunki immun tizimi bu kasalliklar bilan kurashishda qiynaladi.

Gingivit yoki periodontit bolalarda tish go'shaklarining shishishiga, qonashiga va og'riqlarga olib keladi. Bu, o'z navbatida, bolalar ovqatlanishida qiyinchiliklarga olib keladi, chunki og'izdagi og'riqlar ovqatni to'g'ri va oson yutishga to'sqinlik qiladi. Shuningdek, yallig'lanishlar uzoq muddat davom etsa, bu bolaning umumiy salomatligiga zarar yetkazishi mumkin, chunki og'izdagi bakteriyalar qon orqali boshqa organlarga tarqalib, ular bilan bog'liq muammolarni keltirib chiqaradi [3].

3. Og'izdagi infeksiyalar va og'ir kasalliklar xavfi

Og'iz bo'shlig'ida yuzaga keladigan infeksiyalar, ayniqsa bola immun tizimi hali to'liq shakllanmagan va zaif bo'lganda, jiddiy sog'liq muammolariga olib kelishi mumkin. Masalan, og'izdagi infeksiyalar va yallig'lanishlar yurak-qon tomir kasalliklari, diabet va hatto o'pka infeksiyalariga sabab bo'lishi mumkin. Og'izdan qon ketish, infeksiyalar va bakteriyalar qon orqali boshqa organlarga tarqalishi, bolalarda boshqa jismoniy kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi.

Og'izdagi infeksiyalarni davolamagan holda davom ettirish bolalarning jismoniy salomatligi uchun jiddiy xavf tug'diradi. Ba'zi hollarda, og'izdagi muammolar anemiya (qon kamligi) yoki boshqa jiddiy kasalliklar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Og'iz bo'shlig'idagi infeksiyalarni erta aniqlash va davolash bolalarning umumiy salomatligini yaxshilashga yordam beradi.

4. Og'iz salomatligining bolaning o'sish va rivojlanishiga ta'siri

Og'iz bo'shlig'ining salomatligi bolalar o'sishi va rivojlanishida bevosita rol o'ynaydi. Tishlar, ayniqsa, oziq-ovqatni sindirish va organizmga zarur ozuqa moddalarini yetkazishda muhim ahamiyatga ega. Agar bolalar og'iz bo'shlig'i muammolaridan aziyat cheksalar, ularning ovqatlanishlari cheklangan bo'ladi, bu esa o'sish va rivojlanish jarayoniga salbiy ta'sir qiladi. Oziq moddalarning yetishmasligi esa bolaning fiziologik holatiga, jismoniy va ruhiy rivojlanishiga to'sqinlik qiladi [4].

5. Jismoniy salomatlik

Og‘iz bo‘shlig‘ining salomatligi jismoniy farovonlikka bevosita ta'sir qiladi. Tish kariesi, gingivit va boshqa og‘iz kasalliklari bolalar uchun og‘riq va noqulayliklarga olib kelishi mumkin. Bu, o‘z navbatida, bolalarning ovqatlanish jarayonini qiyinlashtiradi va malnutrisiyani keltirib chiqarishi mumkin. Shu bilan birga, og‘iz bo‘shlig‘i kasalliklari infeksiyalarni tarqatishi va umumiy salomatlikka salbiy ta'sir ko‘rsatishi mumkin. Bunday holat bolalarning o‘sinh va rivojlanishiga to‘sqinlik qilishi mumkin.

6. Psixologik ta'sir

Og‘iz salomatligi bolalar psixologiyasiga ham ta'sir qiladi. Tishlaridagi muammolar, ayniqsa, karies yoki tishlarining noto‘g‘ri joylashuvi, bolalarda o‘ziga bo‘lgan ishonchni pasaytirishi mumkin. Bu ularning ijtimoiy o‘zaro munosabatlariga salbiy ta'sir ko‘rsatishi, masalan, do‘stlaridan yoki o‘qituvchilardan uyatni his qilishga olib kelishi mumkin. Tishlarini parvarish qilishda qiyinchiliklarga duch kelgan bolalar ko‘pincha o‘zlarini noqulay his qilishadi va bu ular uchun ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin.

7. Ijtimoiy ta'sir

Bolalarning og‘iz salomatligi va uning ijtimoiy hayotiga ta'siri ham juda katta. Tish salomatligining yomonligi bolalarda o‘zaro muloqot qilishda cheklovlarga sabab bo‘lishi mumkin. Bolalar tishlari og‘riqli yoki yomon holatda bo‘lsa, ular qo‘rqishlari yoki uyatni his qilishlari mumkin, bu esa o‘zaro munosabatlarga to‘sqinlik qiladi. Tishlaridagi muammolarni yashirishga harakat qilgan bolalar, ko‘pincha og‘zidan chiqayotgan noxush hidlardan xijolat tortadilar, bu ularning o‘zini tutishiga salbiy ta'sir ko‘rsatadi [5].

Og‘iz salomatligi va hayot sifatini yaxshilash bo‘yicha choralar

Og‘iz salomatligini yaxshilash uchun bir qator profilaktik choralar mavjud.

1. Og‘iz gigienasi

Tishlarni muntazam ravishda yuvish va og‘iz bo‘shlig‘ini tozalash odatlari katta maktab yoshidagi bolalar uchun juda muhimdir. Tishlarni ikki marta, kamida

ikki daqiqa davomida yuvish, tish ipi ishlatish va og‘iz niqobi yordamida bakteriyalarni yo‘q qilish bolalar og‘iz salomatligini saqlashda muhim o‘rin tutadi.

2. Sog‘lom ovqatlanish

Sog‘lom ovqatlanish ham og‘iz bo‘shlig‘ining salomatligiga ijobiy ta'sir ko‘rsatadi. Shakar va kislotalar bilan boy taomlar va ichimliklarni iste'mol qilish og‘izdagi bakteriyalarni ko‘paytiradi, bu esa tish kariesiga olib kelishi mumkin. Shuning uchun, bolalarga sog‘lom, vitaminlarga boy va minerallarga to‘la ovqatlar bilan ta'minlash kerak.

3. Tibbiy ko‘riklar

Og‘iz salomatligi bilan bog‘liq muammolarni erta aniqlash va davolash uchun tish shifokorlariga muntazam ravishda murojaat qilish muhimdir. Tishlarni tekshirish va zarur davolanishlarni olish, bolalar uchun og‘iz bo‘shlig‘ining salomatligini saqlashda muhim qadamdir.

Xulosa

Og‘iz bo‘shlig‘i salomatligi katta maktab yoshidagi bolalarning hayot sifati uchun juda muhimdir. Bu nafaqat jismoniy salomatlik, balki psixologik va ijtimoiy farovonlikka ham ta'sir ko‘rsatadi. Og‘iz salomatligini saqlash uchun sog‘lom turmush tarzini rivojlantirish, muntazam ravishda og‘iz gigienasini ta'minlash, to‘g‘ri ovqatlanish va tibbiy tekshiruvlardan o‘tish bolalarning umumiy farovonligini oshiradi. Shuningdek, og‘iz salomatligi bilan bog‘liq muammolarni erta aniqlash va davolash bolalar uchun yanada yaxshi hayot sifatini ta'minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Jumayev, Z. (2019). "Og‘iz bo‘shlig‘idagi kasalliklarning bolalar hayot sifatiga ta’siri." *O‘zbekiston stomatologiya jurnali*, 7(2), 118-124.
2. Hoshimov, T., & Alimova, G. (2017). "Bolalarda og‘iz bo‘shlig‘ining salomatligini saqlash va uning umumiy sog‘liqqa ta’siri." *O‘zbekistonda tibbiyot, stomatologiya va farmatsevtika jurnali*, 3(4), 12-16

3. Sgan-Cohen, H. D., & Sadeh, D. (2004). "Oral health and its effects on children's general well-being." *European Journal of Paediatric Dentistry*, 5(3), 113–118.
4. Locker, D., & Allen, F. (2007). "Assessment of oral health-related quality of life." *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 35(1), 7-14.
5. Al-Tamimi, S. M., & Nasser, R. (2015). "The impact of oral health on quality of life in school-aged children." *Journal of Clinical Pediatric Dentistry*, 39(2), 123-128.