

STOMATOLOGIK KASALLIKLARNING ETIOPATOGENEZI VA BOLALAR ORASIDA TISH GIGIYENASINING AHAMIYATI

Ilmiy rahbar – Aliyeva Ra'no Amanullayeva

Raxmonberdiyeva Sayyora

Andijon Davlat Chet Tillari Instituti

Annotatsiya: Maqolada stomatologik kasalliklarning etiologiyasi va patogenezi, shuningdek bolalarda tish gigiyenasining ahamiyati tahlil qilinadi. Bolalik davrida og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga to'g'ri e'tibor qaratilmaganda kelib chiqadigan asosiy kasalliklar va ularning oldini olish yo'llari ko'rib chiqilgan. Bolalar gigiyenasiga ota-onalar tomonidan yetarlicha e'tibor bermasligi orqali yuzaga keladigan kasalliklar, ularning salbiy oqibatlari va bu holatlarning so'g'liq uchun uzoq muddatli xavflari ko'rib chiqiladi. Shuningdek, bolalar orasida tish gigiyenasini qanday rivojlantirish bo'yicha ba'zi usullar, tarbiyaviy yondashuv haqida turli ma'lumotlar keng yoritiladi.

Kalit so'zlar: gigiyena, stomatologiya, etiopatogenez, tish, muammo, bolalar, sabab, kasalliklar, shirinlik, kun tartibi, noto'g'ri, sog'liq, ovqatlanish, milk, og'iz bo'shlig'I, tish kariyesi, profilaktik choralar.

I. Kirish

Bugungi kunda stomatologik kasalliklar dunyo bo'yicha keng tarqalgan sog'liq muammolaridan biri hisoblanadi. Xususan, bolalar orasida tish kariyesi, milk yallig'lanishi va boshqa stomatologik muammolar ko'p uchraydi. Ushbu kasalliklarning rivojlanishi ko'p hollarda gigiyenaga rioya qilinmasligi va noto'g'ri ovqatlanish bilan bog'liq. Ko'p hollarda bolalarni ovutish uchun ota-onalar shirinlikdan foydalanadi. Bu esa tish bilan bog'liq ko'plab muammolarning asosiy omili bo'lib rol o'ynaydi. Ushbu maqolada stomatologik kasalliklarning etiopatogenezini ochib berish va bolalar orasida tish gigiyenasi ahamiyatini yoritib beriladi.

II. Asosiy qism

Stomatologik kasalliklarning etiopatogenezi

Stomatologik kasalliklarning kelib chiqishiga quyidagi asosiy omillar sabab bo'ladi:

*Bakterial infeksiyalar: Og'iz bo'shlig'ida yuzlab turdagi bakteriyalar mavjud bo'lib, ular qoldiq ovqat moddalari bilan birikkanida kariyes va milk yallig'lanishini (gingivit) keltirib chiqaradi.

*Ovqatlanish omillari: Shirinliklar, kislota va uglevodlarga boy mahsulotlarning ko'p iste'mol qilinishi tish emalini yemiradi va bakteriyalarning ko'payishiga sharoit yaratadi. Bu esa keyinchalik tish yemirilishiga olib keladi.

*Mexanik shikastlanishlar: Tishlarni noto'g'ri yuvish, qattiq ovqat mahsulotlarini tishlash yoki tishlarga kuch ishlatish natijasida yuzaga keladi. Misol uchun, ko'plab bolalar bodomlarni tishlari orqali chaqib yeyishga urinadi. Natijada, tish qattiq shikastlanadi.

*Genetik omillar: Tish va milk tuzilishidagi irsiy o'zgarishlar stomatologik kasalliklarning rivojlanishiga moyillik yaratadi. Uyda birorta oila a'zosida tish bilan muammo bo'lsa, bu aynan boshqa oila a'zosida ham kuzatilishi mumkin.

*Immunitet holati: Organizmdagi umumiy immunitetning pasayishi og'iz bo'shlig'i kasalliklarining oson rivojlanishiga sabab bo'ladi. Foydali va vitaminlarga boy ozuqalardan ko'ra bolalar sog'liqlari uchun zararli bo'lgan mahsulotlarni iste'mol qiladi va bu immunitet qulashiga olib keladi

*Fizik va kimyoviy ta'sirlar: Issiq va sovuq ovqatlar, kislotalar va boshqa zararli moddalarning ta'siri tish emalini zaiflashtiradi. Bir vaqtni o'zida ham issiq ham sovuq narsalarni iste'mol qilish ham tishlarni fan tomonidan zaiflashuviga olib keladi.

Bolalarda tish gigiyenasining ahamiyati

Bolalarda tish gigiyenasiga amal qilinishi sog'lom tish va milk rivojlanishi uchun asosiy shartdir. Chunki har bir tana a'zodek tishlar ham hayotimizning ajralmas bir qismi hisoblanadi. Aynan shu tishlarimiz orqali biz organizmimizga zarur bo'lgan ozuqa moddalarini tanavvul qilamiz.

Gigiyenaga rioya qilmaslik quyidagi muammolarni keltirib chiqaradi:

1. Tish kariyesi

Ya'ni tish emali va ichki to'qimalarining asta-sekin yemirilishiga olib keladigan kasallik bo'lib, asosan og'iz bo'shlig'idagi bakteriyalar faoliyati natijasida yuzaga keladi. Bakteriyalar shakarli mahsulotlardan kislota ajratib chiqaradi va bu kislota tish emalini yemiradi. Natijada, tishda qora dog'lar, chuqurchalar paydo bo'ladi va og'riq yuzaga keladi.

2. Milk yallig'lanishi (gingivit)

Ya'ni milk to'qimalarining yallig'lanish holati bo'lib, asosan tishlar orasida yig'ilgan bakterial blyashkalar (yopishqoq qoldiqlar) tufayli yuzaga keladi. Kasallik belgilari: milklarning qizarishi, shishishi, tish yuvishda qonashi va ba'zida yengil og'riq. Agar gingivit vaqtida davolanmasa, u chuqurroq to'qimalarga o'tib, parodontitga olib kelishi mumkin.

3. Yomon nafas (halitoz)

Ya'ni og'izdan doimiy yoki vaqtinchalik yoqimsiz hid chiqishi bo'lib, ko'pincha og'iz gigiyenasi yetarli darajada bo'lmaganda yuzaga keladi. Buning asosiy sabablari tish kariyesi, milk yallig'lanishi, til yuzasidagi bakteriyalar, qoldiq ovqatlar, quruq og'iz (tupurik yetishmovchiligi) yoki ichki organ kasalliklari bo'lishi mumkin.

4. Tishlarning erta yo'qolishi

Tishlar o'z vaqtidan oldin tushib qolishi yoki olib tashlanishiga aytiladi. Bu holat bolalarda ham, kattalarda ham uchrashi mumkin. Asosiy sabablar: kuchli kariyes, milk kasalliklari (parodontit), jarohatlar, noto'g'ri gigiyena, irsiy omillar yoki surunkali kasalliklar. Bolalarda sut tishlarning erta yo'qolishi doimiy tishlar noto'g'ri chiqishiga olib keladi. Kattalarda esa chaynash, so'zlash va umumiy sog'liqqa salbiy ta'sir qiladi.

5. Umumiy sog'liq muammolari (masalan, yurak va buyrak kasalliklari xavfi ortishi)

Og'iz bo'shlig'i kasalliklari, ayniqsa tish va milkdagi yallig'lanishlar, butun organizmga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Surunkali infeksiyalar yurak, buyrak, bo'g'im va hatto miya faoliyatiga zarar yetkazishi ehtimoli bor.

Tish gigiyenasining asosiy tamoyillari:

- Tishlarni kuniga kamida ikki marta to'g'ri va to'liq tozalash;
- Har 6 oyda stomatolog ko'rigidan o'tish;
- Shakar va shirinlik iste'molini cheklash;
- To'g'ri ovqatlanish — kalsiy va fosfor boy mahsulotlar iste'moli;
- Tish yuvish texnikasini to'g'ri o'rgatish (ayniqsa, erta yoshdan boshlab).

III. Taklif va Xulosalar

Tish gigiyenasini bolalarga o'rgatishning samarali usullari:

- ✓ Ota-onalarning shaxsiy namuna ko'rsatishi: bolalar odatda ko'p narsani biror insondan ko'rish orqali o'rganadi. Shu jumladan, tish gigiyenasini ham. Bunday paytda eng katta murabbiy ular uchun bu ularning ota-onasi. Agarda ota-ona kuniga ikki mahaldan tishlarni yuvishni odat qilgan bo'lsa, bola bundan o'rnak oladi.
- ✓ O'yin tarzida gigiyena ko'nikmalarini o'rgatish: bolaga birdaniga tishni yuvishni qattiqqo'llik bilan emas, balki bolalarga qanday qilib sog'lom tishlarga ega bo'lish mumkinligini turli qiziqarli faktlar aytish orqali, yoki o'yinlar orqali o'rgatish mumkin. Bu holatda bola bezib qolmaydi, aynan ota-ona o'rgatmoqchi bo'lgan narsadan.

- ✓ Maxsus bolalar uchun mo'ljallangan tish pastalari va cho'tkalardan foydalanish: har bir yoshdagi insonlar uchun alohida turdagi tish pasta va cho'tkalaridan foydalanish maqsadga muvofiq. Chunki, kichik yoshdagi bolalar hech qachon kattalar foydalanadigan pastalardan foydalana olmaydi.
- ✓ Maktab va bog'chalarda gigiyena bo'yicha tarbiyaviy mashg'ulotlar tashkil etish: bola uyidan tashqari ko'p vaqtini bog'chada o'tkazadi. Va bu bolaga biror yangi narsani o'rgatish uchun eng muhim vaziyat. Tarbiyachilar barcha tarbiyalanuvchilarga tish gigiyenasi haqida bilim bersa, va buni amalda ko'rsatsa bu narsa bolalalr ongida butun umr qoladi va albatta keying hayotida turli qiyinchiliklarga duch kelmaydi.

Tish va milk kasalliklari inson salomatligiga jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, tish kariyesi, milk yallig'lanishi yoki yomon nafas kabi muammolar og'iz bo'shlig'idagina emas, balki yurak, buyrak va boshqa ichki a'zolarga ham zarar yetkazishi mumkin. Bu kasalliklarning asosiy sababi — og'iz gigiyenasiga to'g'ri rioya qilmaslik, noto'g'ri ovqatlanish va shirinliklarni ko'p iste'mol qilishdir.

Ayniqsa bolalik davrida og'izni toza saqlash odatini o'rgatish juda muhim. Bolalar tishlarini qanday yuvishni bilsalar, kelajakda ko'p muammolardan saqlanishadi. Bu ishda ota-onalar, o'qituvchilar va shifokorlar birgalikda harakat qilishlari kerak.

Ushbu maqolada keltirilgan ma'lumotlar stomatologik kasalliklarni vaqtida aniqlash, oldini olish va sog'lom turmush tarzini shakllantirishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Абуова, Ф. Р., & Нурғалиева, А. Т. (2020). Детская стоматология. Алматы: Медицина.
2. Ажиев, А. Х. (2019). Профилактика стоматологических заболеваний у детей. Ташкент: Тиббиёт.
3. World Health Organization (WHO). (2022). Oral Health Fact Sheet. <https://www.who.int>
4. Кулакова, О. В. (2018). Основы профилактической стоматологии. Москва: ГЭОТАР-Медиа.
5. Мамедов, А. К. (2017). Гигиена полости рта у детей: методические рекомендации. Баку: Медицина.
6. Petersen, P. E. (2008). Global policy for improvement of oral health in the 21st century — implications to oral health research of World Health Assembly 2007, World Health Organization. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 36(1), 1–8.
7. Камалова, Ш. С. (2021). Стоматология детского возраста и профилактика заболеваний. Ташкент: Innovatsion Tibbiyot Nashriyoti.
8. Harris, N. O., & García-Godoy, F. (2004). *Primary Preventive Dentistry*. Pearson Education.
9. Маркарова, А. Г. (2016). Здоровье полости рта у детей и подростков. Санкт-Петербург: СпецЛит.
10. American Dental Association (ADA). (2021). Brushing your teeth: How and why. <https://www.ada.org>