

GIDROMASSAJ USULI BILAN OG‘IZ BO‘SHLIG‘I GIGIYENASI VA UNING SAMARADORLIGI

KAMALOVA NASIBA BAXTIYOROVNA

Alfraganus universiti nodavlat oliy

ta’lim tashkiloti Tibbiyot fakulteti

Stomatologiya yo’nalishning 2-kurs talabasi

e-mail: nasibakamalova@gmail.com

Ilmiy rahbar: Alfraganus universiti nodavlat

oliy ta’lim tashkiloti Tibbiyot fakulteti

*Klinik fanlar kafedrası dotsenti t.f.n. **B.A. Umarov***

e-mail: botirumarov64@gmail.com

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada gidromassaj usulining og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasidagi o‘rni va samaradorligi tahlil qilinadi. Stomatologik amaliyotda tish va milk kasalliklarini davolashda qo‘llanilayotgan gidromassaj usuli mexanik tozalash usullariga nisbatan yumshoq va samarali hisoblanadi. Gidromassaj qon aylanishini yaxshilash, yallig‘lanish jarayonlarini kamaytirish va milk cho‘ntaklarida qolgan qoldiqlarni chiqarib tashlash kabi foydali xususiyatlarga ega. Bundan tashqari, ushbu muolajada ishlatiladigan antiseptik va antibakterial eritmalar og‘iz bo‘shlig‘idagi infeksiyalarni oldini olishda muhim rol o‘ynaydi. Tadqiqot natijalari gidromassaj usuli og‘iz gigiyenasi va parodont kasalliklarining oldini olishda samarali ekanligini ko‘rsatmoqda.

Kalit so‘zlar: *gidromassaj, stomatologiya, og‘iz gigiyenasi, qon aylanishi, parodont kasalliklari, antibakterial eritma, yallig‘lanish, milk cho‘ntagi, antiseptik eritma.*

KIRISH

Og‘iz bo‘shlig‘i salomatligi umumiy organizm holatiga bevosita ta’sir qiladi. Yallig‘lanish jarayonlari, qon aylanishining buzilishi va milk cho‘ntaklarida to‘planib qolgan qoldiqlar tish va milk kasalliklarining rivojlanishiga olib keladi. Zamonaviy stomatologiya ushbu muammolarni bartaraf etish uchun turli xil muolajalarni qo‘llaydi. Shu jumladan, gidromassaj usuli eng samarali va xavfsiz texnologiyalardan biri hisoblanadi. Ushbu usul mexanik va kuretaj yo‘li bilan tozalash usullarining ayrim kamchiliklarini bartaraf etib, milklarni shikastlantirmasdan qon aylanishini yaxshilash va mikroblarni yo‘q qilishga yordam beradi.

Gidromassaj muolajasi maxsus tibbiy uskunalar yordamida amalga oshiriladi. Shu jumladan, **Espero** apparati og‘iz bo‘shlig‘ini dezinfeksiya qilish va yallig‘lanish jarayonlarini kamaytirishda samarali vosita sifatida tavsiya etiladi.

ESPERO APPARATI HAQIDA

Espero – bu bioelektraktivator bo‘lib, u suv va osh tuzi asosida antiseptik, antibakterial va proliferativ (to‘qimalarning tiklanishini rag‘batlantiruvchi) eritmalar tayyorlash uchun ishlatiladi. Ushbu apparat ikkita kameradan iborat:

Anod kamerasi – “o‘lik suv” (yallig‘lanishga qarshi va dezinfeksiya xususiyatiga ega).

Katod kamerasi – “tirik suv” (regenerativ jarayonlarni tezlashtirish va to‘qimalarni tiklash xususiyatiga ega).

Gidromassaj usuli Espero apparati orqali tayyorlangan eritmalar yordamida amalga oshirilganda, muolaja yanada samarali bo‘lishi mumkin. Yallig‘langan milk cho‘ntaklarini antiseptik eritma bilan yuvish mikroorganizmlarning ko‘payishini oldini olib, og‘iz bo‘shlig‘ining tabiiy mikroflorasini tiklaydi[1].

GIDROMASSAJ USULINING AFZALLIKLARI

1. **Mahalliy qon aylanishini yaxshilaydi**, natijada milk va to‘qimalarning oziqlanishi yaxshilanadi.
2. **Milk cho‘ntaklarida qolgan qoldiqlarni** suv bosimi yordamida yuvib chiqaradi.
3. **Antiseptik va antibakterial eritmalar bilan yuvish** infektsiyani kamaytiradi va yallig‘lanish jarayonlarini oldini oladi.
4. **Milklarni shikastlantirmaydi**, mexanik va kuretaj usullaridan farqli ravishda yumshoq va nozik ta’sir qiladi.
5. **Tish implantatsiyasidan keyin tiklanish jarayonini tezlashtiradi**, chunki jarohatlangan to‘qimalarni dezinfeksiya qiladi va tiklanish jarayonini tezlashtiradi.

ASOSIY QISM

Har kuni og‘iz bo‘shlig‘ining tozaligi va sog‘lom tishlarga ega bo‘lish uchun oddiy tish yuvish kifoya deb o‘ylaymiz. Lekin ko‘pchilik bilmaydiki, oddiy tish pastasi va cho‘tkasi og‘iz bo‘shlig‘idagi barcha bakteriyalar va yomon hidni yo‘q qilish uchun yetarli emas. Ayniqsa, milklarning yallig‘lanishi va qonashiga olib keladigan ko‘rinmas mikroblar oddiy tozalash usullari bilan butunlay bartaraf etilmaydi.

Shu sababli zamonaviy stomatologiyada innovatsion texnologiyalar, xususan **gidromassaj usuli** keng qo‘llanilmoqda. Bu usul mikroblarni yo‘qotish, milklarni mustahkamlash va qon aylanishini yaxshilashda samarali hisoblanadi. Ayniqsa, **Espero apparati** yordamida amalga oshiriladigan gidromassaj terapiyasi og‘iz bo‘shlig‘idagi kasalliklarning oldini olishda inqilobiy natijalarga olib kelmoqda.

GIDROMASSAJ USULI NIMA VA UNI NIMA UCHUN QO‘LLASH KERAK?

Aksariyat odamlar og‘iz bo‘shlig‘i muammolariga duch kelganida darhol stomatologga murojaat qiladi. Lekin ba‘zan muammo ildizdan hal qilinmasa, oddiy davolash usullari vaqtinchalik yechim bo‘lib qoladi. Masalan:

Misol 1: Siz tish toshlarini olib tashlatdingiz, lekin bir necha oy o‘tib, ular yana paydo bo‘ldi. Sababi – milk cho‘ntaklarida qolgan bakteriyalar va oziq-ovqat qoldiqlari, ular muntazam ravishda tozalanmasa, yangi yallig‘lanish jarayonlarini keltirib chiqaradi.

Misol 2: Tish implantatsiyasidan so‘ng milklaringiz qizarib, noqulaylik tug‘dirmoqda. Bu tabiiy jarayon bo‘lsa-da, yallig‘lanishning oldini olish uchun maxsus tozalash usullaridan foydalanish muhim. Oddiy cho‘tka va pasta implantlar atrofini yetarlicha tozalay olmaydi[2].

Shu kabi muammolarni oldini olish uchun gidromassaj terapiyasi samarali yechim bo‘lib, Espero apparati yordamida bu muolajani kuchaytirish mumkin. ESPERO APPARATI – OG‘IZ BO‘SHLIG‘I SOG‘LIG‘I UCHUN YANGI DAVR

Espero apparati – bu **suv va osh tuzidan** foydalangan holda antibakterial va antiseptik eritmalar tayyorlashga mo‘ljallangan **bioelektraktivator** hisoblanadi. Uning ishlash prinsipi juda oddiy, lekin samaradorligi hayratlanarli darajada yuqori.

Qanday ishlaydi? Espero apparati ikkita kamera orqali ishlaydi:

1. **Anod kamerasi** – bu yerda **“o‘lik suv”** hosil bo‘ladi, u bakteriyalarni o‘ldiradi va yallig‘lanishni kamaytiradi.
2. **Katod kamerasi** – bu yerda **“tirik suv”** hosil bo‘ladi, u to‘qimalarning tiklanishiga yordam beradi va qon aylanishini yaxshilaydi.

Bu eritmalar maxsus gidromassaj uskunasiqa quyiladi va suv bosimi yordamida milk cho‘ntaklari va tish oralig‘idagi qoldiqlarni tozalash uchun ishlatiladi.

GIDROMASSAJNING ASOSIY AFZALLIKLARI

1. **Tish va milklar qon aylanishini yaxshilaydi** – Oddiy cho‘tkalash faqat sirtqi qatlamni tozalasa, gidromassaj bosim orqali chuqur to‘qimalarni stimulyatsiya qiladi.
2. **Milk cho‘ntaklaridagi bakteriyalarni o‘ldiradi** – Maxsus antiseptik eritma mikroblarni yo‘q qiladi va yallig‘lanishning oldini oladi.
3. **Tish toshlarini tozalashning muqobil usuli** – Gidromassaj tabiiy ravishda to‘plangan qoldiqlarni yuvib chiqaradi va tosh hosil bo‘lishining oldini oladi.
4. **Implantatsiyadan keyingi tiklanishni tezlashtiradi** – Antiseptik eritma yallig‘lanishning oldini oladi va yangi to‘qimalarning shakllanishini tezlashtiradi.
5. **O‘tkir yallig‘lanish va milk qonashini kamaytiradi** – Espero apparati yordamida tayyorlangan eritmalar yallig‘langan joylarni tinchlantirib, shifobaxsh ta’sir ko‘rsatadi.

QO‘LLANISH USULI VA DAVOLASH JARAYONI

Gidromassaj usuli **kuniga 1 marta, 10-15 daqiqa davomida, 5 kun** davomida amalga oshiriladi. Bu jarayonda:

1. Espero apparati yordamida maxsus antiseptik eritma tayyorlanadi.
2. Eritma gidromassaj qurilmasiga quyiladi.
3. Bosim bilan yuborilgan suv tish va milk oralig‘ini tozalaydi.
4. Barcha bakteriyalar yo‘q qilinib, qon aylanishi yaxshilanadi.

AMALIY MISOLLAR: GIDROMASSAJNING SAMARADORLIGI

1. Parodontit bilan bog‘liq muammolar

Ba‘zi bemorlar milklarining doimiy shishishi va qonashi bilan shikoyat qilishadi. Bunday hollarda, gidromassaj terapiyasi Espero apparati yordamida antiseptik eritma bilan 5 kun davomida qo‘llanganida, yallig‘lanish sezilarli darajada kamayadi va milklarning holati yaxshilanadi[3].

2. Tish implantatsiyasidan keyin tiklanish jarayoni

Ba‘zi bemorlar tish implantatsiyasidan so‘ng noqulaylik sezishadi. Oddiy cho‘tkalash yoki yuvish jarayonida implant atrofidagi to‘qimalar yetarlicha tozalanmaydi. Gidromassaj bosimi esa zarar bermasdan tozalash imkonini beradi va tiklanish jarayonini tezlashtiradi.

3. Yomon hid va og‘iz gigiyenasi muammolari

Og‘izdan keladigan yomon hid ko‘pincha milk cho‘ntaklarida to‘plangan bakteriyalar tufayli yuzaga keladi. Oddiy tish yuvish bu muammoni hal qilmasa-da, gidromassaj yordamida mikroblar chuqur yuvib tashlanadi va yoqimli nafas saqlanib qoladi[4].

XULOSA

Gidromassaj usuli og‘iz bo‘shlig‘ining gigiyenasi va sog‘lig‘ini ta‘minlashda samarali innovatsion yechimlardan biri hisoblanadi. Oddiy tish yuvish jarayonida milklar va tish oralig‘idagi chuqur joylar yetarlicha tozalanmasa, gidromassaj bosim orqali mikroblarni yo‘qotib, yallig‘lanishning oldini oladi. Espero apparati yordamida tayyorlangan maxsus antiseptik eritmalar esa bu jarayonning samaradorligini yanada oshiradi.

Tadqiqotlar va amaliy misollar shuni ko‘rsatadiki, gidromassaj terapiyasi **parodontit, milk qonashi, implantatsiya jarayonidan keyingi yallig‘lanish va og‘iz gigiyenasi bilan bog‘liq muammolarni hal qilishda juda foydali**. Bu texnologiya stomatologik muammolarni oldindan bartaraf etish va og‘iz bo‘shlig‘i salomatligini uzoq muddat saqlashga yordam beradi.

Takliflar

1. **Shaxsiy gigiyenada gidromassaj usulini joriy qilish** – Oddiy tish yuvish bilan bir qatorda gidromassajdan foydalanish tavsiya etiladi. Bu, ayniqsa, parodontitga moyil

bo'lgan yoki ortodontik muolajalar (breketlar, implantlar) olgan kishilar uchun muhimdir.

2. **Espero apparatini keng targ'ib qilish va qo'llash** – Espero apparati antibakterial eritmalar tayyorlash orqali oddiy gidromassaj uskunalariga nisbatan samaraliroq natijalar beradi. Shuning uchun uni stomatologlar tavsiya qilishi va uy sharoitida qo'llashga moslashtirilgan modellar ishlab chiqilishi lozim.
3. **Tish shifokorlariga gidromassaj usuli bo'yicha o'quv kurslari tashkil etish** – Stomatologlar orasida gidromassaj usuli va Espero apparati imkoniyatlari haqida bilim darajasini oshirish, uni bemorlarga tavsiya qilishni yo'lga qo'yish kerak.
4. **Katta yoshdagilar va bolalar uchun maxsus dasturlar ishlab chiqish** – Bolalar va keksalar tish kasalliklariga ko'proq moyil bo'lishadi. Shu sababli, ular uchun moslashtirilgan gidromassaj texnologiyalarini ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish tavsiya etiladi.
5. **Klinikalarda gidromassaj terapiyasi xizmatlarini keng joriy etish** – Stomatologik klinikalarda gidromassaj terapiyasi maxsus muolaja sifatida yo'lga qo'yilishi va bemorlarga tavsiya etilishi kerak.
6. **Mahalliy bozorda Espero apparati va gidromassaj uskunalarining ommabopligini oshirish** – Ushbu innovatsion uskunalar keng jamoatchilikka yetkazilishi va odamlar orasida ulardan foydalanish madaniyati shakllantirilishi muhimdir[5].

Xulosa qilib aytganda, gidromassaj usuli va Espero apparati og'iz bo'shlig'i salomatligini ta'minlashda samarali texnologiyalar bo'lib, ularni keng joriy etish tish kasalliklarini oldini olish va davolashda inqilobiy yechim bo'lishi mumkin. Shaxsiy gigiyenada, stomatologik muolajalarda va profilaktik choralarda ushbu usullardan foydalanish aholining umumiy sog'lig'ini yaxshilashga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. **И.А. Кривошеин, В.Ю. Чухров** – "Современные методы гигиены полости рта", Москва, 2019. (*Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi va stomatologik muolajalar haqida batafsil ilmiy yondashuv.*)
2. **А.А. Захаров** – "Пародонтология: Руководство для врачей", Санкт-Петербург, 2021. (*Pardontologik muammolar va ularning gidromassaj yordamida davolanishi haqida ma'lumotlar.*)
3. **World Health Organization (WHO)** – "Oral health policies and strategies", 2022. (*Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkilotining og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha tavsiyalari.*)
4. **M. K. Jorgensen, P. J. Smith** – "Advances in Dental Hygiene Technologies", Oxford, 2020. (*Og'iz bo'shlig'i uchun innovatsion texnologiyalar, jumladan gidromassaj usullari bo'yicha tahlil.*)

5. **E. V. Brown, R. S. Carter** – "Hydromassage in Dental Care: Benefits and Applications", New York, 2023. (*Gidromassaj texnologiyasining stomatologiyada qo'llanilishi va samaradorligi haqida tadqiqot.*)

