

OG‘IZ GIGIYENIYASI VA UNING STOMATOLOGIK KASALLIKLARDAGI AHAMIYATI

Qo'qon universiteti Andijon filiali

Tibbiyot fanlar fakulteti

Stomatologiya yo'nalishi :

Turdialiyeva Mahliyo Azamatjon qizi

Ilmiy rahbar : Mutalipov Ulug'bek

Email : mahliyoturdialiyeva0@gmail.com

Tel : + 998 90 585 60 04

Annotatsiya: Mazkur maqolada og‘iz gigiyenasining inson salomatligidagi o‘rni, xususan, uning stomatologik kasalliklarning oldini olish va ularni davolashdagi ahamiyati tahlil qilinadi. Og‘iz gigiyenasiga rioya qilishning zamonaviy usullari, tish kasalliklarining etiologiyasi, diagnostikasi va profilaktikasi masalalari yoritilgan. Tadqiqotlar natijalari asosida gigiyenik ko‘nikmalarning shakllanishi sog‘liq uchun qanday ijobiy samara berishi asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: og‘iz gigiyenasi, stomatologik kasalliklar, profilaktika, parodontit, karies, tish toshlari, gigiyenik vositalar.

Annotation: This article provides an analysis of the role of oral hygiene in human health, in particular, the prevention and treatment of dental disease. The issues of modern methods of observance of oral hygiene depict the issues of the etiology, diagnosis and prevention and prevention. Based on the results of the studies, the formation of hygienic skills is based on how favorable health.

Keywords: oral hygiene, dental diseases, prevention, parodontitis, caries, tooth stones, hygienic means.

Аннотация: В этой статье представлен анализ роли гигиены полости рта в здоровье человека, в частности, профилактики и лечения зубных заболеваний. Проблемы современных методов соблюдения перорального гивииена изображают проблемы этиологии, диагностики, профилактики и профилактики. Основываясь на результатах исследований, формирование гигиенических навыков основано на том, насколько благоприятное здоровье.

Ключевые слова: гигиена полости рта, зубные заболевания, профилактика, пародонтит, кариес, зубные камни, гигиенические средства.

Kirish

Sogʻlom hayot tarzining muhim omillaridan biri bu ogʻiz gigiyenasiga amal qilishdir. Ogʻiz boʻshligʻi inson organizmidagi eng muhim tizimlardan biri hisoblanib, uning holati umumiy salomatlikka bevosita taʼsir koʻrsatadi. Tadqiqotlar shuni koʻrsatadiki, ogʻiz gigiyenasiga eʼtibor bermaslik natijasida yuzaga keladigan stomatologik kasalliklar nafaqat ogʻiz va tishlar, balki yurak-qon tomir, buyrak, ichak va boshqa hayotiy muhim organlarning faoliyatiga ham salbiy taʼsir koʻrsatadi. Statistik maʼlumotlarga koʻra, dunyo aholisining katta qismi ogʻiz gigiyenasiga yetarlicha eʼtibor bermaydi. Natijada karies, parodontit, gingivit, tish toshlari kabi kasalliklar keng tarqalgan. Ayniqsa, bolalar va oʻsmirlar orasida karies darajasi yuqori boʻlib, bu holat ularning oʻsishi va rivojlanishiga salbiy taʼsir koʻrsatadi. Shuningdek, ogʻiz gigiyenasining buzilishi infeksiyon kasalliklar tarqalishida ham muhim omil hisoblanadi. Bu maqolada ogʻiz gigiyenasi va uning stomatologik kasalliklardagi oʻrni ilmiy-nazariy asosda tahlil qilinadi. Shu bilan birga, bu borada olib borilgan ilmiy tadqiqotlar natijalari asosida amaliy tavsiyalar beriladi.



Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu maqolada analitik, statistik, deskriptiv va komparativ tadqiqot metodlaridan foydalanilgan. Maqola yozishda O‘zbekiston Respublikasi sog‘liqni saqlash tizimi tomonidan e‘lon qilingan normativ hujjatlar, Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining tavsiyalari, shuningdek, tibbiyot sohasi mutaxassislari tomonidan olib borilgan ilmiy tadqiqotlar tahlil qilindi. Klinik kuzatuvlar, so‘rovnomalar va mavjud adabiyotlar asosida og‘iz gigiyenasi bilan stomatologik kasalliklar orasidagi bog‘liqlik o‘rganildi.



Asosiy qism

Og‘iz gigiyenasi tushunchasi va uning tarkibiy qismlari

Og‘iz gigiyenasi – bu tishlar, milklar, til, yonoq ichki qismi va boshqa og‘iz bo‘shlig‘i tuzilmalarining tozaligini saqlash, infeksiyon kasalliklarning oldini olish, og‘izdan yoqimsiz hid kelishining oldini olishga qaratilgan gigiyenik tadbirlar majmuidir.

Og‘iz gigiyenasining asosiy maqsadi:



Tish sathidagi blyashka va oziq-ovqat qoldiqlarini muntazam tozalash;

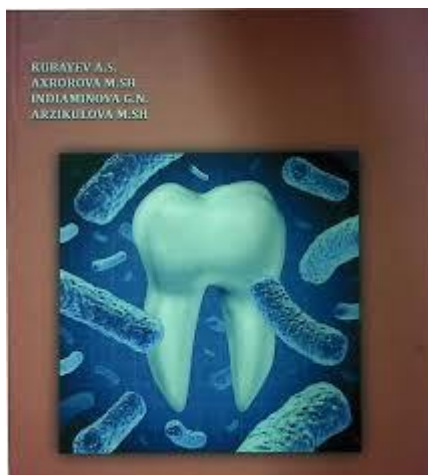
Og‘iz bo‘shlig‘i mikroflorasining balansini saqlash;

Milklarning sog‘lomligini ta’minlash;

Karies va parodont kasalliklarining oldini olish;

Og‘izda yallig‘lanish, infektsiya va boshqa noxush holatlarning yuzaga kelishiga yo‘l qo‘ymaslik.

Og‘iz gigiyenasining buzilishi oqibatlari



Gigiyenaga amal qilinmasa, og‘iz bo‘shlig‘ida mikroorganizmlar ko‘payib, tish sathida blyashka hosil bo‘ladi. Bu blyashkalar vaqt o‘tishi bilan tish toshlariga aylanib, karies, gingivit, parodontit kabi kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo‘ladi. Ularning ba’zilari quyidagilar:

1. Karies – eng keng tarqalgan stomatologik kasallik bo‘lib, tish sathining yemirilishi bilan tavsiflanadi.
2. Gingivit – milklarning yallig‘lanishi bo‘lib, milklar qizaradi, qonaydi.
3. Parodontit – tishni ushlab turuvchi to‘qimalarning yallig‘lanishi, tishlar asta-sekin bo‘shashib, tushib qolishiga olib keladi.
4. Stomatit – og‘iz bo‘shlig‘i shilliq qavatining yallig‘lanishi.

Zamonaviy og‘iz gigiyenasi vositalari



Og‘iz gigiyenasi uchun bir nechta vositalardan foydalaniladi: Tish cho‘tkasi – har kuni kamida ikki marta ishlatiladi. Har 3 oyda almashtirilishi kerak.

Tish pastasi – fluor, kalsiy va antibakterial komponentlar bo‘lishi muhim.

Tish ipi (floss) – tishlar orasidagi blyashkalarni tozalaydi.

Og‘iz chayqovchi vositalar – antiseptik ta‘sir ko‘rsatadi, yoqimsiz hidni bartaraf etadi.

Til tozalagich – til ustida yig‘ilgan mikroorganizmlarni yo‘qotadi.

Bolalar va o‘smirlar uchun gigiyena

Bolalar yoshligidan og‘iz gigiyenasi qoidalariga o‘rgatilishi lozim. Ota-onalar tish chiqarish davridan boshlab, maxsus salftokalar bilan chaqaloq og‘zini tozalashlari kerak. 2 yoshdan keyin yumshoq tish cho‘tkasi bilan yuvishga o‘rgatiladi.

Tish shifokorining profilaktik roli

Tish shifokoriga kamida har 6 oyda bir marta borish tavsiya etiladi. Profilaktik ko'riklar og'izdagi muammolarni erta aniqlash va ularni davolashga imkon beradi.

Tahlil va natijalar

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, og'iz gigiyenasiga muntazam amal qilgan shaxslar orasida karies va parodontit kasalliklari kamroq uchraydi. Masalan, so'rovnoma asosida o'tkazilgan tahlil natijasida quyidagi natijalarga erishildi: Har kuni ikki marta tish yuvadiganlar orasida karies bilan kasallanish darajasi 27% ni tashkil etgan, tish ipidan foydalanadiganlar orasida parodontit darajasi 15% bo'lgan bo'lsa, foydalanmaydiganlarda bu ko'rsatkich 40% ni tashkil etgan. Og'iz chayqovchi vositalardan foydalanuvchilar yallig'lanishli kasalliklarga kamroq uchragan. Bu natijalar og'iz gigiyenasining stomatologik salomatlikdagi beqiyos ahamiyatini yana bir bor tasdiqlaydi.

Xulosa

Og'iz gigiyenasiga rioya qilish – bu inson sog'lig'ining muhim garovidir. Sifatli tish pastasi, cho'tkasi, tish ipi va chayqovchi vositalardan foydalanish orqali ko'plab stomatologik kasalliklarning oldini olish mumkin. Shu boisdan, har bir fuqaro og'iz bo'shlig'ining tozaligiga e'tibor berishi, bolalarni esa yoshligidan bu qoidalarga o'rgatish zarur. Bundan tashqari, stomatologik profilaktika ishlari aholining barcha qatlamlari uchun muntazam ravishda olib borilishi kerak. Bu esa sog'lom jamiyatni shakllantirishda muhim omil hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Aminov A.A. "Stomatologiyada profilaktika asoslari". – Toshkent: Tibbiyot, 2021.
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. "Gigiyena qoidalari va normalari". – Toshkent, 2022.
3. WHO. "Oral health promotion: An essential element of a health-promoting school". – Geneva, 2020.

4. Muratov R.N. "Og'iz gigiyenasi va stomatologik kasalliklar". – Samarqand: Ilm nuri, 2023.

5. Journal of Clinical Periodontology. "Effects of oral hygiene on periodontal health". – 2021.