

OG'IZ BO'SHLIG'I GIGIENASI VA UNING AHAMIYATI

Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti

Stomatologiya yo'nalishi 1-kurs talabasi

Salohiddinova E'zoza

Annotatsiya: Ushbu maqolada og'iz bo'shlig'i gigiyenasining asosiy tushunchalari, uning stomatologik hamda umumiy sog'liqni saqlashdagi ahamiyati yoritilgan. Og'iz bo'shlig'ida kechadigan mikrobiologik jarayonlar, gigiyenaga rioya qilinmaganda yuzaga keladigan kasalliklar hamda ularning oldini olish yo'llari ilmiy manbalar asosida tahlil qilingan. Shuningdek, shaxsiy va professional og'iz gigiyenasining ahamiyati, bolalar va o'smirlar davrida gigiyenaga amal qilish zarurligi asoslab berilgan. Maqola stomatologik kasalliklarning profilaktikasiga qaratilgan bo'lib, tibbiy savodxonlikni oshirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: og'iz bo'shlig'i, gigiyena, tish kariesi, gingivit, parodontit, mikroflora, stomatologiya, profilaktika.

Og'iz bo'shlig'i inson organizmining muhim anatomik va funksional qismi bo'lib, ovqat hazm qilish tizimining boshlang'ich bo'limi hisoblanadi. Og'iz bo'shlig'i tarkibiga tishlar, milklar, til, shilliq qavat va so'lak bezlari kiradi. Ushbu tuzilmalar ovqatni mexanik qayta ishlash, nutqni shakllantirish hamda organizmni tashqi zararli omillardan himoya qilish vazifasini bajaradi. Shu sababli og'iz bo'shlig'ining sog'lom holatda bo'lishi umumiy salomatlik bilan chambarchas bog'liqdir.

Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi — bu tishlar, milklar va og'iz bo'shlig'i shilliq qavatini toza saqlash, mikroorganizmlar ko'payishini oldini olish hamda stomatologik kasalliklarning profilaktikasiga qaratilgan chora-tadbirlar majmuasidir. Og'iz bo'shlig'ida doimiy mikroflora mavjud bo'lib, u muvozanatda bo'lsa, organizm uchun zararli hisoblanmaydi. Biroq gigiyena qoidalariga rioya

qilinmaganda patogen mikroorganizmlar faollashib, tish kariesi va yallig'lanish kasalliklarining rivojlanishiga olib keladi.

Og'iz gigiyenasiga amal qilinmasligi natijasida eng ko'p uchraydigan kasalliklardan biri tish kariesidir. Karies tish qattiq to'qimalarining yemirilishi bilan kechadi va davolanmasa, pulpit va periodontit kabi og'ir asoratlarni keltirib chiqaradi. Milklarning yallig'lanishi — gingivit esa o'z vaqtida davolanmaganda parodontitga o'tib, tishlarni ushlab turuvchi to'qimalarning shikastlanishiga sabab bo'ladi. Bundan tashqari, og'iz bo'shlig'idagi surunkali infeksiya o'choqlari yurak-qon tomir kasalliklari, qandli diabet va immun tizimi faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi ilmiy tadqiqotlar orqali aniqlangan.

Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi shaxsiy va professional turlarga bo'linadi. Shaxsiy gigiyena kundalik hayotda bajariladigan tishlarni kuniga kamida ikki marta tozalash, tish iplaridan foydalanish va og'izni chayish kabi tadbirlarni o'z ichiga oladi. Professional gigiyena esa stomatolog tomonidan amalga oshiriladigan tish toshlarini olib tashlash va chuqur tozalash muolajalaridan iborat bo'lib, u kasalliklarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega.

Bolalar va o'smirlar davrida og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga rioya qilish ayniqsa muhimdir. Chunki bu davrda tish-jag' tizimi shakllanadi va noto'g'ri parvarish kelajakda jiddiy stomatologik muammolarga olib kelishi mumkin. Shu sababli bolalarni erta yoshdan to'g'ri tish tozalash ko'nikmalariga o'rgatish zarur.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, og'iz bo'shlig'i gigiyenasi inson sog'lig'ini saqlashda muhim profilaktik omil hisoblanadi. Gigiyena qoidalariga muntazam rioya qilish stomatologik kasalliklarning oldini oladi, umumiy salomatlikni mustahkamlaydi hamda hayot sifatini oshiradi. Har bir inson og'iz bo'shlig'i gigiyenasini kundalik hayotining ajralmas qismi sifatida qabul qilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

Axmedov A.A. Stomatologiya asoslari. — Toshkent: Tibbnashr, 2020.

G'ofurov O'. Og'iz bo'shlig'i kasalliklari va ularning profilaktikasi- Toshkent2021.