

OG'IZ BO'SHLIG'I KASALLIKLARINING KELIB CHIQISH SABABLARI VA ULARNI OLDINI OLISHNING ILMIY ASOSLARI

Suyunova Roziya A'zam qizi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada og'iz bo'shlig'i kasalliklarining asosiy sabablari, ularning rivojlanish mexanizmlari hamda profilaktika choralari ilmiy jihatdan tahlil qilinadi. Aholi orasida keng tarqalgan kariyes, gingivit, stomatit kabi kasalliklarning kelib chiqish omillari gigiyena, ovqatlanish odatlari, irsiy va ekologik omillar bilan bog'liq ekani ko'rsatib o'tiladi. Maqolada shuningdek, og'iz bo'shlig'i gigiyenasini to'g'ri yo'lga qo'yishning sog'liq uchun ahamiyati yoritiladi.*

Kalit so'zlar: *og'iz bo'shlig'i, kasalliklar, profilaktika, kariyes, gingivit, stomatit, gigiyena*

Kirish: Og'iz bo'shlig'i inson organizmining muhim funksional qismidir. Ovqat hazm qilish jarayoni aynan shu yerda boshlanadi, shuningdek, nutq, nafas olish va tashqi ko'rinishga ham bevosita ta'sir ko'rsatadi. Shu bois og'iz bo'shlig'i sog'lig'ini saqlash umumiy sog'lom turmush tarzining ajralmas qismidir. So'nggi yillarda dunyo miqyosida og'iz bo'shlig'i kasalliklarining keng tarqalayotgani kuzatilmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, kattalar aholining qariyb 90 foizi hayotining ma'lum davrida og'iz bo'shlig'i bilan bog'liq muammolarga duch keladi. Bu esa nafaqat shaxsiy salomatlikka, balki jamiyatning iqtisodiy ko'rsatkichlariga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Mazkur maqolada og'iz bo'shlig'i kasalliklarining kelib chiqish sabablari, ularning rivojlanish mexanizmlari hamda profilaktika choralari haqida ilmiy asoslangan ma'lumotlar bayon etiladi.

Og'iz bo'shlig'i kasalliklarining kelib chiqish sabablari: Og'iz bo'shlig'i kasalliklari ko'plab ichki va tashqi omillar ta'sirida rivojlanadi. Eng asosiy omillardan biri bu — gigiyena qoidalariga rioya qilmaslikdir. Tishlarni muntazam tozalamaslik, noto'g'ri yuvish texnikasi va sifatli tish pastasidan foydalanmaslik og'izda bakteriyalar ko'payishiga olib keladi. Aynan shu mikroorganizmlar kariyes, gingivit va periodontit kabi kasalliklarning boshlanishiga sabab bo'ladi.

Shuningdek, ovqatlanish odatlari ham muhim rol o'ynaydi. Shirinliklar, gazli ichimliklar va uglevodlarga boy mahsulotlarni ko'p iste'mol qilish kariyes rivojlanish xavfini oshiradi. Sabzavot va mevalarni yetarli darajada iste'mol qilmaslik esa tabiiy mexanik tozalanish jarayonini sustlashtiradi.

Yana bir muhim omil — organizmning umumiy holati. Immunitetning pasayishi, surunkali kasalliklar yoki dori vositalarining uzoq muddatli qabul qilinishi og'iz shilliq qavatida himoya mexanizmlarini zaiflashtiradi. Ayrim kasalliklar (masalan, qandli diabet) og'iz bo'shlig'i kasalliklariga moyillikni oshiradi. Ekologik holat, suv tarkibidagi fluor miqdori va irsiy omillar ham ahamiyatli rol o'ynaydi.

Ko'p uchraydigan og'iz bo'shlig'i kasalliklari : karies — tish qattiq to'qimalarining yemirilishi bilan kechadigan eng keng tarqalgan kasallikdir. Uning dastlabki bosqichlarida klinik belgilari deyarli sezilmaydi, ammo vaqtida davolanmasa, chuqur kariyes va pulpitga olib keladi.

Gingivit — milk to'qimasining yallig'lanishi bilan tavsiflanadi. U ko'pincha noto'g'ri gigiyena, toshlarning yig'ilishi yoki gormonal o'zgarishlar natijasida yuzaga keladi. Vaqtida davolanmasa, periodontitga o'tib ketishi mumkin.

Stomatit — og'iz shilliq qavatining yallig'lanish kasalligi bo'lib, virusli, bakterial yoki allergik omillar bilan kechadi.

Profilaktika va oldini olish choralari: og'iz bo'shlig'i kasalliklarining oldini olish ularni davolashdan ko'ra samaraliroq va arzonroqdir. Profilaktik tadbirlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Tishlarni kuniga kamida ikki marta to'g'ri texnikada tozalash;

Har olti oyda bir marotaba stomatolog ko'rigidan o'tish;

Sog'lom ovqatlanish tartibini yo'lga qo'yish, shirinliklar iste'molini cheklash;

Ftorli tish pastalaridan foydalanish;

Bolalarda erta yoshdan to'g'ri gigiyena ko'nikmalarini shakllantirish.

Profilaktika nafaqat individual sog'liqni saqlaydi, balki davlat miqyosida tibbiy xarajatlarni kamaytiradi va aholining umumiy hayot sifatini oshiradi. Shuning uchun og'iz bo'shlig'i kasalliklariga qarshi kurashda shaxsiy mas'uliyat va sog'liqni saqlash tizimining hamkorligi muhimdir.

Xulosa: Og'iz bo'shlig'i kasalliklari nafaqat tish va milk to'qimalariga, balki butun organizm sog'lig'iga ta'sir ko'rsatadigan omillardan biridir. Ularning kelib chiqishida gigiyenaga rioya qilmaslik, noto'g'ri ovqatlanish, ekologik holat, irsiy omillar hamda umumiy sog'liq darajasi muhim rol o'ynaydi. Keng tarqalgan kasalliklar — kariyes, gingivit, stomatit va periodontitlar — ko'pincha asta-sekin rivojlanib, vaqtida e'tibor berilmasa og'ir asoratlarni keltirib chiqaradi.

Profilaktika choralari, ya'ni tishlarni muntazam tozalash, sog'lom ovqatlanish tartibini yo'lga qo'yish, stomatologik ko'riklardan o'z vaqtida o'tish va gigiyena madaniyatini oshirish orqali bu kasalliklarning oldini olish mumkin. Shuningdek, aholining og'iz

bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha bilimni oshirish, maktab va oliy ta'lim muassasalarida tushuntirish ishlarini yo'lga qo'yish muhim ahamiyat kasb etadi.

Shunday qilib, og'iz bo'shlig'i kasalliklariga qarshi samarali kurash faqat tibbiyot xodimlari emas, balki jamiyatning har bir a'zosining faol ishtirokini talab etadi. Sog'lom og'iz bo'shlig'i — bu sog'lom organizm va sifatli hayot kafolatidir.

Foydalanilgan adabiyotlar :

1. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti. Oral health. <https://www.who.int>
2. Karimov A., Qodirova N. Stomatologiya asoslari. — Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2020.
3. Axmedova Z. Og'iz bo'shlig'i kasalliklarining klinik ko'rinishlari va oldini olish. — Tibbiyot jurnali, 2022.
4. Peterson P.E., The World Oral Health Report. WHO, 2003.
5. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha tavsiyalar, 2021.
6. Glick M., Williams D.M., Kleinman D.V. A new definition for oral health developed by the FDI World Dental Federation. International Dental Journal, 2016.
7. Burt B.A., Eklund S.A. Dentistry, Dental Practice, and the Community. — 6th Edition. Elsevier, 2005.
8. Abdug'aniyeva D., Stomatologik kasalliklarning etiologiyasi va patogenezini. — Toshkent Tibbiyot Akademiyasi nashriyoti, 2019.
9. Pihlstrom B.L., Michalowicz B.S., Johnson N.W. Periodontal diseases. The Lancet, 2005; 366: 1809–1820.
10. Samadova M., Og'iz bo'shlig'i gigiyenasining bolalar sog'lig'iga ta'siri. — Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi materiallari, Toshkent, 2023.