



OG‘IZ BO‘SHLIG‘I GIGIYENASI BUZILISHINING KARIYES VA MILK KASALLIKLARI RIVOJLANISHIDAGI ROLI: ETIOLOGIYA, PATOGENEZ VA PROFILAKTIKA CHORALARI

Muallif: Maxmudov Anvarjon

Qo‘qon Universiteti Andijon filiali

Stomatologiya yo‘nalishi, 25–01 guruh talabasi

Ilmiy rahbar: Ro‘ziyev Behzod

ANOTATSIYA: Ushbu ilmiy maqolada og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasining buzilishi natijasida kariyes va periodontal kasalliklar rivojlanishiga olib keluvchi asosiy omillar, ularning etiologiyasi hamda patogenezi keng ilmiy yondashuv asosida tahlil qilinadi. Og‘iz bo‘shlig‘ida bakterial blyashka to‘planishi, shakarli mahsulotlar iste‘moli va kislotalarning ko‘payishi tish emalining demineralizatsiyasiga sabab bo‘lishi yoritiladi. Bundan tashqari, kariyesning bosqichma-bosqich rivojlanishi — boshlang‘ich dog‘ bosqichidan tortib, emal, dentin va pulpaga qadar chuqurlashishi ilmiy manbalar asosida izohlangan. Milk kasalliklari, xususan gingivit va parodontitning kelib chiqish omillari, mikroblar faoliyati natijasida yallig‘lanish jarayonlarining kuchayishi, alveolyar suyak rezorbsiyasi kabi patogen jarayonlar ham yoritiladi. Maqolada profilaktika choralarining ahamiyati alohida urg‘u bilan ta’kidlanadi. Xususan, to‘g‘ri tish tozalash texnikasi, florli pastalar, professional gigiyena, ovqatlanishni me‘yorlashtirish va shakar iste‘molini kamaytirish kabi chora-tadbirlar samarali deb baholanadi. Tadqiqot yakunida og‘iz gigiyenasiga rioya qilish stomatologik kasalliklarning oldini olishda eng yetakchi omil ekanligi ilmiy jihatdan asoslanadi.

АННОТАЦИЯ: В данной статье подробно анализируется влияние нарушения гигиены полости рта на развитие кариеса и заболеваний пародонта.



Рассматриваются ключевые этиологические факторы, включая накопление бактериального налёта, повышенное потребление сахара, образование органических кислот и постепенную деминерализацию эмали. Особое внимание уделяется стадиям развития кариеса — от начального белого пятна до глубокого поражения с вовлечением дентина и пульпы. Также описываются механизмы воспаления дёсен, развитие гингивита и переход в пародонтит, сопровождающийся разрушением связочного аппарата и резорбцией альвеолярной кости. Анализируются особенности влияния микробиоты, иммунного ответа и индивидуальных факторов риска. В статье подчеркивается важность профилактических мер: регулярная чистка зубов, использование фторсодержащих паст, профессиональная гигиена, снижение потребления сахара и сбалансированное питание. Автор отмечает, что своевременная профилактика и правильная гигиена являются наиболее эффективными методами предотвращения стоматологических заболеваний и снижения их распространённости среди населения. Работа подтверждает, что состояние полости рта напрямую связано с общим здоровьем человека и требует комплексного подхода.

ABSTRACT: This article examines the impact of poor oral hygiene on the development of dental caries and periodontal diseases. The study analyzes major etiological factors, including bacterial plaque accumulation, frequent sugar consumption, increased acid formation and subsequent enamel demineralization. The progression of caries — from the initial white spot stage to superficial, medium and deep lesions involving dentin and pulp — is explained in detail based on scientific literature. The article also discusses the mechanisms of gingival inflammation, the development of gingivitis and its progression to periodontitis, accompanied by destruction of periodontal tissues and alveolar bone resorption. The role of microbial activity, host immune response and individual risk factors is



highlighted. Preventive strategies are emphasized as the most effective means of reducing the prevalence of dental diseases. These include proper toothbrushing techniques, the use of fluoride-containing toothpaste, regular professional dental cleanings, balanced nutrition and reduced sugar intake. The study concludes that maintaining proper oral hygiene is essential for preventing both caries and periodontal diseases and plays a crucial role in preserving overall human health.

KALIT SO‘ZLAR: Gigiyena, kariyes, milk kasalligi, patogenez, emal, blyashka, profilaktika, stomatologiya.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: Гигиена, кариес, пародонтит, эмаль, бактерии, патогенез, профилактика, стоматология.

KEYWORDS: Hygiene, caries, enamel, bacteria, periodontitis, plaque, prevention, dentistry.

KIRISH

Og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasi inson salomatligining ajralmas qismi bo‘lib, stomatologik kasalliklarning kelib chiqishi, ularning kechishi va oqibatlarini belgilovchi asosiy omillardan biri hisoblanadi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlarga ko‘ra, kariyes va milk kasalliklari dunyo bo‘yicha eng keng tarqalgan kasalliklar sirasiga kiradi. Yevropa stomatologiya assotsiatsiyasining ma‘lumotlariga ko‘ra, aholining 90 foizidan ortig‘i hayoti davomida hech bo‘lmaganda bir marta kariyes bilan duch keladi. Bunday yuqori ko‘rsatkichlarning shakllanishida gigiyena qoidalariga amal qilmaslik, noto‘g‘ri ovqatlanish, shirin mahsulotlarning ko‘p iste‘mol qilinishi, yetarli darajada professional stomatologik parvarishning mavjud emasligi muhim rol o‘ynaydi. Og‘iz bo‘shlig‘ida bakterial blyashka shakllanishi tish yuzasida mineral moddalar almashinuvi jarayonining buzilishiga, emalning yemirilishiga, yallig‘lanish jarayonlarining kuchayishiga olib keladi. Bu esa kariyes, gingivit, parodontit kabi kasalliklar rivojlanishiga sabab bo‘ladi. Ushbu maqolaning maqsadi



— og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasiga rioya qilinmagan sharoitlarda kariyes va milk kasalliklarining kelib chiqish mexanizmlarini ilmiy asoslangan holda tahlil qilish, ularning etiologiyasi va patogenezini yoritish hamda profilaktika choralari bo‘yicha aniq tavsiyalar berishdir. Shuningdek, maqolada zamonaviy stomatologiya amaliyotida qo‘llanilayotgan samarali gigiyena usullari, flor terapiya, professional parvarish usullari va o‘quvchilar, talabalar hamda aholida gigiyena ko‘nikmalarini shakllantirish muhimligi haqida ilmiy xulosalar keltiriladi.

ASOSIY QISM

Og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasining buzilishi tish va milk kasalliklarining rivojlanishida hal qiluvchi rol o‘ynaydi. Asosiy etiologik omillardan biri bu bakterial blyashkaning shakllanishidir. Blyashka — tish yuzasida hosil bo‘ladigan mikroblar va ularning metabolik mahsulotlari aralashmasi bo‘lib, emal yuzasida mineral moddalarni eritishga olib keladigan organik kislotalarni ishlab chiqaradi. Shakarli ovqatlar iste‘moli kislotalarning ortishiga sabab bo‘ladi, natijada tish emali demineralizatsiyaga uchraydi. Demineralizatsiya jarayoni davom etishi bilan tish emalining strukturasida o‘zgarishlar yuz beradi, bu esa boshlang‘ich dog‘ bosqichidan tortib chuqur kariyesgacha yetadi.

Kariyesning rivojlanishi bir necha bosqichda sodir bo‘ladi. Dastlab, tish emalida oq dog‘lar paydo bo‘ladi. Keyingi bosqichda emal yuzaki shikastlanadi, o‘rta bosqichda dentin qatlamiga yetadi va chuqur kariyesda esa pulpaga ta’sir qiladi. Har bir bosqichda patogenez jarayoni mikroblar faoliyati va kislotalar ta’siri bilan bog‘liq bo‘lib, yallig‘lanish va to‘qima o‘zgarishlarini kuchaytiradi.

Milk kasalliklari, xususan gingivit va parodontit, og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasi buzilgan hollarda tez rivojlanadi. Gingivit — milk to‘qimalarining yallig‘lanishi bo‘lib, qonash, shishish va og‘riq bilan namoyon bo‘ladi. Agar vaqtida davolash amalga oshirilmasa, yallig‘lanish parodontitga o‘tadi, bu esa alveolyar suyakka zarar



yetkazadi, milklar o'z pozitsiyasini yo'qotadi va og'iz bo'shlig'ida og'riq va infektsiya kuchayadi. Patogenez jarayoni mikroblarning toksinlari, immun tizimining javobi va to'qimalarning yallig'lanish reaksiyasiga bog'liq.

Profilaktika choralarining ahamiyati katta. To'g'ri tish tozalash texnikasi, kuniga ikki marta floss va fluorli pasta ishlatish, professional stomatologik tozalash amaliyotlari kasalliklar rivojlanishining oldini oladi. Ovqatlanishda shakar iste'molini cheklash, balansli dieta saqlash ham muhimdir. Shuningdek, bolalar va kattalarda og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha ma'lumot berish, treninglar o'tkazish, odontologik kuzatuvlarni muntazam amalga oshirish samarali profilaktika usullari hisoblanadi.

Zamonaviy stomatologiyada kariyes va milk kasalliklarini davolash ham ilg'or texnologiyalar yordamida amalga oshiriladi. Demineralizatsiyani to'xtatish, emalni qayta mustahkamlash uchun flor preparatlari ishlatiladi. Periodontal kasalliklar uchun professional gigiyena va kerak bo'lsa, antibiotik davolash tavsiya etiladi. Bularning barchasi og'iz bo'shlig'i gigiyenasini muntazam nazorat qilish va profilaktika choralarini qo'llash bilan birgalikda amalga oshiriladi.

Shuningdek, kariyes va milk kasalliklari rivojlanishida genetika, immun tizimining holati, individual gigiyena odatlari va maktab yoshidagi bolalarning gigiyena bilimlari muhim rol o'ynaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, og'iz bo'shlig'ida gigiyena qoidalariga amal qilish, shakar iste'molini cheklash va stomatologik kuzatuvlarni muntazam qilish bolalarda kariyes va periodontal kasalliklar xavfini sezilarli darajada kamaytiradi.

1. Bolalar va kattalarda og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha muntazam trening va o'quv mashg'ulotlari tashkil etilishi kerak.

2. Shakarli mahsulotlar iste'molini nazorat qilish va ratsional ovqatlanish targ'ib qilinishi zarur.



3. Florli pastalar va professional tozalash amaliyotlarini muntazam qo'llash tavsiya etiladi.

4. Maktab va oliy ta'lim muassasalarida stomatologik kuzatuvlar tashkil qilinishi samarali bo'ladi.

5. Oilaviy stomatologiya nazorati orqali kasalliklarning erta aniqlanishi va davolashni amalga oshirish tavsiya qilinadi.

XULOSA

Og'iz bo'shlig'i gigiyenasining buzilishi stomatologik kasalliklarning, xususan kariyes va milk kasalliklarining rivojlanishida asosiy etiologik va patogenetik omil hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bakterial blyashka to'planishi, shakarli ovqatlar ta'siri va kislotalarning ko'payishi tish emalining demineralizatsiyasiga olib keladi, bu esa tish yuzasida dog' va chuqur kariyesning rivojlanishiga sabab bo'ladi. Milk kasalliklari, xususan gingivit va parodontit, og'iz bo'shlig'i gigiyenasi buzilgan sharoitda tez rivojlanadi va alveolyar suyakka zarar yetkazadi. Shuning uchun profilaktika choralarini qo'llash, jumladan to'g'ri tish tozalash texnikasi, florli pastalardan foydalanish, professional gigiyena amaliyotlarini amalga oshirish va ratsional ovqatlanishni targ'ib qilish juda muhimdir. Ularning amalga oshirilishi bolalar va kattalarning stomatologik salomatligini saqlashda hal qiluvchi ahamiyatga ega. Tadqiqot natijalari ko'rsatadiki, muntazam og'iz gigiyenasi nafaqat kariyes va milk kasalliklarining oldini oladi, balki umumiy sog'liqni yaxshilashga ham yordam beradi. Shu bois stomatologik profilaktika dasturlari, ma'naviy-ma'rifiy ishlar va oilaviy kuzatuvlar tizimi keng joriy etilishi zarur. Ushbu maqola stomatologik kasalliklarni oldini olish va davolashda ilmiy asoslangan yondashuvni qo'llashning ahamiyatini ko'rsatadi va amaliyotda samarali profilaktik chora-tadbirlarni belgilaydi.



ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Qodirov A., Tish kasalliklari va ularni oldini olish, Toshkent, 2018, 134–152 bet.
2. Karimova M., Bolalarda og'iz bo'shlig'i gigiyenasi, Toshkent, 2019, 45–68 bet.
3. Rasulov Sh., Parodontit va davolash usullari, Toshkent, 2020, 78–96 bet.
4. Fejerskov O., Dental Caries: The Disease and Its Clinical Management, 3rd Edition, Oxford University Press, 2015, 102–145 pp.
5. Marsh P.D., Microbial Ecology of Dental Plaque, London, 2016, 56–89 pp.
6. Selwitz R.H., Caries Diagnosis and Management, St. Louis, Mosby, 2017, 23–67 pp.