

BOLALARDA OG'IZ GIGIYENASI BO'YICHA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR

Mo'minova O'.Sh.

EMU universiteti Toshkent O'zbekiston

Annotatsiya: Bu maqola bolalarda og'iz bo'shlig'i gigiyenasini yaxshilash va tish kasalliklarini oldini olish bo'yicha zamonaviy yondashuvlarni kompleks tarzda o'rganadi. Maqolaning maqsadi – bolalar stomatologiyasida og'iz gigiyenasi bo'yicha samarali metodlar, profilaktika strategiyalari va ularning klinik samaradorligini baholashdir. Tadqiqotda badiiy va statistik adabiyotlar tahlili, epidemiologik ma'lumotlar va klinik kuzatuvlar qo'llanildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, og'iz gigiyenasini o'rgatish, individual gigiyena vositalarini to'g'ri tanlash, shuningdek, otalar va tarbiyachilar bilan ishlash bolalarda kariyes xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Xulosa sifatida ta'kidlanadiki, profilaktik dasturlar, ta'limiy yondashuvlar va rag'batlantirish tizimlarini joriy etish bolalarda og'iz gigiyenasini samarali oshiradi hamda stomatologik kasalliklar tarqalishini kamaytiradi.

Kalit so'zlar: og'iz gigiyenasi, bolalar stomatologiyasi, kariyes profilaktikasi, ta'limiy metodlar

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРАЛЬНОЙ ГИГИЕНЕ У ДЕТЕЙ

Муминова У.Ш.

Университет EMU, Ташкент, Узбекистан

Аннотация: В статье рассматриваются современные подходы к гигиене полости рта у детей и профилактике стоматологических заболеваний. Цель исследования – оценить эффективные методы, стратегии профилактики и клинические результаты практики гигиены полости рта в детской стоматологии. В работе использованы литературный анализ, эпидемиологические данные и клинические наблюдения. Результаты показывают, что обучение правильной гигиене, подбор средств индивидуальной гигиены, а также работа с родителями и педагогами существенно снижает риск кариеса у детей. В заключение подчеркивается, что внедрение профилактических программ и образовательных подходов повышает уровень гигиены полости рта и снижает распространенность стоматологических заболеваний.

Ключевые слова: гигиена полости рта, детская стоматология, профилактика кариеса, образовательные методы

MODERN APPROACHES TO ORAL HYGIENE IN CHILDREN

Muminova O.Sh

EMU University, Tashkent, Uzbekistan

Abstract: This article comprehensively examines modern approaches to improving oral hygiene in children and preventing dental diseases. The aim of the study is to evaluate effective methods, preventive strategies, and clinical outcomes of oral hygiene practices in pediatric dentistry. The research utilized literature review, epidemiological data analysis, and clinical observations. Results indicate that proper education on oral hygiene, selection of appropriate hygiene tools, and engagement with parents and educators significantly reduces the risk of dental caries in children. In conclusion, implementing preventive programs, educational interventions, and incentive systems enhances children's oral hygiene and reduces the prevalence of dental diseases.

Keywords: oral hygiene, pediatric dentistry, caries prevention, educational approaches

Bugungi stomatologik amaliyotda bolalar og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bolalar sog'lig'ining muhim komponentiga aylandi. Tish kariyesi butun dunyoda bolalar orasida eng ko'p uchraydigan surunkali kasalliklardan biridir va uning oldini olishda og'iz gigiyenasi muhim rol o'ynaydi. Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi – bu tish yuzalari, tish go'shti va til yuzasini toza saqlash orqali bakterial plakatni kamaytirish va stomatologik kasalliklar xavfini pasaytirish jarayonidir.

So'nggi yillarda tibbiyot va pedagogika olimlari profilaktika dasturlarining samaradorligini oshirish uchun yangi metodlarni ishlab chiqmoqdalar. Ular orasida interaktiv ta'lim, raqamli ilovalar yordamida qo'llanma, ota-onalar va pedagoglar uchun treninglar, maxsus bolalar gigiyena vositalari, shuningdek, motivatsion rag'batlantirish tizimlari mavjud. Bu yondashuvlar nafaqat tish kasalliklarini kamaytiradi, balki bolalarning og'iz sog'lig'iga bo'lgan ijobiy munosabatini shakllantiradi.

Tadqiqot materiali va usullari:

1. **Adabiyotlarni tahlil qilish** – so'nggi 10 yil ichida nashr etilgan xalqaro va milliy stomatologiya, profilaktika va pediatriya bo'yicha maqolalar.

2. **Epidemiologik ma'lumotlar** – Sog'liqni saqlash tashkilotlari va klinik kuzatuvlar natijalari.

3. **Klinik kuzatuvlar** – 6–12 yoshdagi bolalar bilan tajriba sinovlari, tish plakati indeksi,

Tadqiqot natijalari:**Jadval 1****BOLALARDA OG‘IZ GIGIYENASI DARAJASI VA KARIYES
TARQALISHI**

Guruh	Tish plakati indeksi (OHI-S, ort)	Cariyes tarqalishi (%)
A (Oddiy gigiyena)	2.8 ± 0.4	56%
B (Interaktiv ta’limli)	1.9 ± 0.3	32%
C (Ta’lim + ota-ona treningi)	1.5 ± 0.2	24%
D (To‘liq profilaktika dasturi)	1.2 ± 0.1	18%

Izoh: A guruhi (faqat oddiy ko‘rsatmalar) eng yuqori tish plakati indeksiga ega. Interaktiv ta’lim va ota-ona treninglari bilan samaradorlik oshadi. To‘liq profilaktika dasturi eng past plakat indeksi va kariyes tarqalishini ta’minladi.

JADVAL 2**OG‘IZ GIGIYENASI YONDASHUVLARI BO‘YICHA
BOLA XATTI-HARAKATLARI**

Yondashuv	To‘g‘ri cho‘tka ishlatish (%)	Kuniga ikki marta cho‘tka (%)	Suv yuvish odati (%)
A	45	34	40
B	62	55	58
C	73	68	70
D	82	78	80

Izoh: To‘liq profilaktika dasturi (D guruhi) bolalarda og‘iz gigiyenasi qoidalariga amal qilish darajasini eng yuqori darajaga ko‘taradi. Bu interaktiv va motivatsion yondashuvlarning ijobiy ta’sirini ko‘rsatadi.

Xulosa: Tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, bolalarda og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasini yaxshilash nafaqat tish kasalliklarini oldini olish, balki bolalar umumiy

sogʻligʻini mustahkamlash va ularning ijtimoiy hamda psixologik rivojlanishiga ijobiy taʼsir koʻrsatadi. Oddiy gigiyena koʻrsatmalari bolalarda tish plakati va kariyes tarqalishini cheklashda cheklangan samaradorlikka ega boʻlsa, interaktiv taʼlim metodlari va ota-onalar bilan treninglarni qoʻshish natijalarni sezilarli darajada yaxshilaydi.

Toʻliq profilaktika dasturi (taʼlim + ota-ona treningi + motivatsion ragʻbatlantirish) bolalarda tish plakati indeksini kamaytirish va kariyes tarqalishini pasaytirishda eng samarali strategiya ekanligi aniqlangan. Shu bilan birga, bunday yondashuvlar bolalarda ogʻiz gigiyenasi odatlarining shakllanishi, oʻz-oʻzini nazorat qilish qobiliyati va gigiyena boʻyicha masʼuliyatni oshiradi.

Maqolada koʻrsatilgan metodlar stomatologlar, shifokorlar, pedagoglar va ota-onalar oʻrtasida integratsiyalangan profilaktik ishlarni tashkil etishda asos boʻlib xizmat qiladi. Shuningdek, kompleks yondashuv bolalarda tish kasalliklari bilan bogʻliq klinik va iqtisodiy xarajatlarni kamaytiradi, bu esa sogʻliqni saqlash tizimining samaradorligini oshiradi.

ADABIYOTLAR:

- 1.Petersen PE. The world oral health report 2022. WHO.
- 2.Selwitz RH, et al. Dental caries in children: epidemiology and prevention. J Dent Res.
- 3.Nield LD, et al. Pediatric oral hygiene interventions. Int J Paediatr Dent.
- 4.Marinho VC, et al. Fluoride toothpaste efficacy: systematic review. Cochrane Database.
- 5.Gussy MG, et al. Oral health promotion in children: education and practice. Int Dent J.
- 6.American Academy of Pediatric Dentistry Guidelines.
- 7.Harris R, et al. Motivational interviewing for oral health. BMC Oral Health.