



OG‘IZ BO‘SHLIG‘I GIGIYENASI VA UNING STOMATOLOGIYADAGI AHAMIYATI

Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti

Stomatologiya yo‘nalishi I – kurs talabasi

Xolmurodova Manzura

Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti

Klinik kafedra o‘qituvchisi Axtamova Irodaxon Akbarovna

Annotatsiya : Ushbu maqolada og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasining ahamiyati, uning stomatologik kasalliklarning oldini olishdagi o‘rni, asosiy gigiyenik vositalar va to‘g‘ri parvarish usullari haqida ma‘lumot beriladi. Shuningdek, gigiyenaga rioya qilinmaganda yuzaga keladigan kasalliklar va ularning oqibatlari ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: Og‘iz gigiyenasi, tish, kariyes, milk, blyashka, profilaktika, stomatologiya

Og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasi stomatologiyada eng muhim profilaktik yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Tish va milklarning sog‘lom bo‘lishi inson umumiy salomatligiga ham bevosita ta‘sir qiladi. Hozirgi kunda ko‘plab stomatologik kasalliklar aynan noto‘g‘ri yoki yetarli darajada bo‘lmagan gigiyena natijasida yuzaga kelmoqda.

Og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasi — bu tishlar, milklar va og‘iz shilliq qavatini toza saqlashga qaratilgan chora-tadbirlar majmuasidir. Uning asosiy maqsadi bakterial blyashka hosil bo‘lishining oldini olish va stomatologik kasalliklarni kamaytirishdir.

Blyashka va uning zarari : Tish yuzasida hosil bo‘ladigan yumshoq qoplama — blyashka bakteriyalar manbai hisoblanadi. Agar u vaqtida tozalanmasa, kariyes va gingivit kabi kasalliklarni keltirib chiqaradi.

Blyashka tarkibida:

bakteriyalar



oziq-ovqat qoldiqlari

tupuk komponentlari mavjud

Gigiyena vositalari

1. Tish choʻtkasi

Tish choʻtkasi gigiyenaning asosiy vositasi hisoblanadi. Uni toʻgʻri tanlash muhim:

yumshoq yoki oʻrtacha qattqlikdagi boʻlishi kerak

har 2–3 oyda almashtiriladi

2. Tish pastasi

Tish pastalari tarkibida ftor boʻlib, u emalni mustahkamlaydi va kariyesning oldini oladi.

3. Tish ipi (floss)

Tishlar orasidagi oziq qoldiqlarini olib tashlashda muhim rol oʻynaydi.

4. Antiseptik eritmalar

Ogʻizni chayish uchun ishlatiladi, bakteriyalarni kamaytiradi.

Toʻgʻri gigiyena qoidalari

Tishlarni kuniga kamida 2 marta yuvish

Har bir tishni 2–3 daqiqa davomida tozalash

Ovqatdan keyin ogʻizni chayish

Shirinliklarni meʼyorda isteʼmol qilish

Gigiyena buzilganda yuzaga keladigan kasalliklar:

Kariyes - tish qattiq toʻqimalarining yemirilishi bilan kechadi.

Gingivit - milk yalligʻlanishi, qonash bilan namoyon boʻladi.

Periodontit - tishlarni ushlab turuvchi toʻqimalar zararlanadi.

Xulosa:

Ogʻiz boʻshligʻi gigiyenasi stomatologik kasalliklarning oldini olishda muhim ahamiyatga ega. Toʻgʻri parvarish qilish orqali tish va milk sogʻligini uzoq muddat saqlab qolish mumkin. Har bir inson gigiyenaga jiddiy eʼtibor qaratishi zarur.



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Stomatologiya asoslari darsligi
2. Terapevtik stomatologiya
3. Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi va uning stomatologiyadagi ahamiyati
4. Internet manbalari