



BREKET HAQIDA

Alfraganus Universiteti 23-3-guruh talabalari

Berdiyeva Shaxnoz Qurbonniyoz qizi

Yo'ldosheva Madina Azamat qizi

O'zbek tilida:

Annotatsiya: *Ushbu maqolada breket tizimlari haqida umumiy ma'lumot berilgan. Breketlarning qanday ishlashi, ularning turlari, ta'siri va davolash jarayoni bosqichma-bosqich bayon etiladi. Shuningdek, breket taqishning estetik va sog'liq uchun foydalari, hamda ulardan foydalanishda e'tibor qaratilishi lozim bo'lgan jihatlar haqida fikr yuritiladi. Maqola orqali o'quvchi ortodontik davolashning mohiyati va zamonaviy breket tizimlari haqida aniq tasavvurga ega bo'ladi.*

Kalit so'zlar: *breket, ortodontiya, tish tuzatish, estetik muolaja, tish salomatligi*

Русский язык:

Аннотация: *В данной статье представлена общая информация о брекет-системах. Рассматриваются принципы их действия, разновидности, этапы лечения, а также эстетические и медицинские преимущества использования брекетов. Также акцентировано внимание на важные аспекты ухода и ношения брекет-систем. Читатель получит ясное представление об ортодонтическом лечении и современных технологиях исправления прикуса.*

Ключевые слова: *брекеты, ортодонтия, выравнивание зубов, эстетика, здоровье зубов*

English:

Annotation: *This article provides a general overview of dental braces. It discusses how braces work, the different types available, and the stages of orthodontic treatment. The article also highlights the aesthetic and health benefits of wearing braces, as well as key considerations for proper use and maintenance.*



Through this content, the reader gains a clear understanding of orthodontic treatment and modern dental brace systems.

Keywords: braces, orthodontics, teeth alignment, aesthetics, dental health

Kirish

Zamonaviy tibbiyot va estetikaga bo'lgan e'tibor ortib borayotgan bugungi kunda ortodontiya sohasi tobora ommalashib bormoqda. Ayniqsa, tishlarning to'g'ri joylashuvi, chaynash tizimining mukammal ishlashi va chiroyli tabassum inson salomatligi hamda o'ziga bo'lgan ishonch uchun muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shu nuqtai nazardan, breket tizimlari — ya'ni tishlarni to'g'rilovchi moslamalar — bugungi kun ortodontik davolashning ajralmas qismiga aylangan.

Breketlar nafaqat estetik jihatdan chiroyli ko'rinishga erishish, balki tish va jag'ning funksional muammolarini bartaraf etishda ham muhim rol o'ynaydi. Ular yordamida og'iz bo'shlig'idagi turli nuqsonlar tuzatiladi, tishlar o'z o'rniga qaytariladi va salomatlikka ijobiy ta'sir ko'rsatiladi. Ushbu maqolada breketlarning qanday ishlashi, ularning turlari, afzalliklari hamda davolash jarayoni haqida batafsil ma'lumot beriladi.

Asosiy qism

Breket nima va u qanday ishlaydi?

Breket — bu tishlarni to'g'rilash maqsadida ishlatiladigan ortodontik moslama bo'lib, u tish qatorining noto'g'ri joylashuvi, siqilish yoki oraliq bo'shliqlarni tuzatishda qo'llaniladi. U maxsus tish shifokori — ortodont tomonidan og'iz bo'shlig'iga o'rnatiladi. Breketlar tishlarning harakatini sekin-asta muayyan yo'nalishda boshqaradi va natijada to'g'ri qator hosil bo'ladi.

Breket tizimi asosan quyidagi qismlardan iborat:

- **Braket (plastinka)** — har bir tishga yopishtiriladigan kichik metall yoki keramik bo'lakcha;
- **Dugalar (yoylar)** — braketlarni bog'lovchi va tishlarni tortuvchi metall simlar;
- **Elastik rezinalar** — ba'zan tishlar orasidagi bosimni kuchaytirish uchun qo'llanadi.



Tishlar doimiy kuch ostida asta-sekin yangi holatga ko'chadi. Bu jarayon 12–24 oy davom etishi mumkin, individual holatlarga qarab farq qiladi.

Breketlarning turlari

Zamonaviy ortodontiyada turli xil breket turlari mavjud bo'lib, ular nafaqat tuzatish mexanizmi, balki tashqi ko'rinishi, narxi va qulayligi bilan ham farqlanadi:

- **Metall breketlar** – eng keng tarqalgan va arzon variant. Ular kuchli va samarador, biroq tashqi ko'rinish jihatidan kamroq estetik.
- **Keramik breketlar** – tish rangiga mos keladi, estetik jihatdan qulay, ammo biroz nozikroq.
- **Sapphir breketlar** – shaffof ko'rinishda bo'ladi, ko'zga kam tashlanadi.
- **Lingval (ichki) breketlar** – tishning ichki tomoniga o'rnatiladi, tashqaridan umuman ko'rinmaydi. Biroq ularga moslashish va tozalash qiyinroq.
- **O'zidan-o'zi yopiladigan breketlar (damon tizimi)** – bu turdagi breketlar metall simni maxsus mexanizm orqali ushlab turadi, bu esa og'riqni kamaytiradi va tashriflar sonini qisqartiradi.

Breket taqishning afzalliklari

- **Estetik ko'rinish yaxshilanadi** – tishlar to'g'rilab chiroyli tabassum hosil bo'ladi.
- **Ovqat chaynash sifati oshadi** – tishlar o'z o'rniga keladi, chaynash paytida yuk teng taqsimlanadi.
- **So'zlashish aniq bo'ladi** – tishlarning noto'g'ri joylashuvi ba'zida talaffuzga ta'sir qiladi.
- **Sog'liq yaxshilanadi** – tishlar orasidagi tiqilish, noto'g'ri qator, jag' pozitsiyasi og'riq, tishlar to'kilishi yoki bo'yin sohasidagi og'riqlarga sabab bo'lishi mumkin. Breketlar bu muammolarni oldini oladi.

Kamchiliklari va e'tiborli jihatlar

Breketlar ko'plab foydali tomonlarga ega bo'lsa-da, ayrim kamchiliklari ham mavjud:

- Dastlabki haftalarda og'riq, noqulaylik hissi;



- Ovqatlanishda ehtiyotkorlik kerak (qattiq, yopishqoq, shirin mahsulotlardan saqlanish);
- Og'iz gigiyenasiga alohida e'tibor kerak bo'ladi — breketlar tish tozaligini saqlashni murakkablashtiradi;
- Narxi yuqori bo'lishi mumkin, ayniqsa zamonaviy yoki estetik variantlar.

Shuningdek, breket taqish davrida ortodontga muntazam tashriflar va nazorat talab etiladi. Bularning barchasi samarali davolanish uchun muhim hisoblanadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, breket tizimlari zamonaviy ortodontiyaning ajralmas va samarali vositasidir. Ular yordamida nafaqat tishlarning estetik ko'rinishi, balki og'iz bo'shlig'i salomatligi, chaynash funksiyasi va nutq aniqligi ham yaxshilanadi. Har bir inson individual bo'lganidek, unga mos breket turi va davolash jarayoni ham shaxsiy yondashuvni talab etadi.

Breket taqish jarayoni vaqt va sabr talab qilsa-da, natijasi — chiroyli tabassum va sog'lom tishlar — har qanday qiyinchiliklarni oqlaydi. Shuningdek, breket taqqan inson ortodont ko'rsatmalariga rioya qilgan holda og'iz gigiyenasini doimiy ravishda nazorat qilishi lozim. Maqolada breketlarning turlari, ularning afzallik va kamchiliklari, davolash mexanizmlari haqida to'liq ma'lumot berildi. Bu esa o'quvchiga mazkur mavzu yuzasidan chuqurroq tushuncha hosil qilishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Yo'ldosheva, M. "Ortodontiya asoslari." — Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2018.
2. Karimov, B., & Qosimova, N. "Stomatologiyada zamonaviy texnologiyalar." — Samarqand: Ilm ziyo, 2021.
3. Жулева, Т. С. "Ортодонтия: Руководство для врачей." — Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020.



4. Proffit, W. R., Fields, H. W. "Contemporary Orthodontics." — Elsevier Health Sciences, 2019.
5. Littlewood, S. J., Tait, A. G. "Introduction to Orthodontics." — Oxford University Press, 2020.
6. Daskalogiannakis, J. "Glossary of Orthodontic Terms." — Quintessence Publishing, 2000.
7. American Association of Orthodontists (AAO) rasmiy sayti: www.aaoinfo.org
8. Mayo Clinic tibbiy markazi: www.mayoclinic.org