

**SO'LAKNING TARKIBI VA UNING OG'IZ BO'SHLIG'I  
SALOMATLIGIDAGI AHAMIYATI**

*Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti  
Stomatologiya yo'nalishi 1 – kurs talabasi  
Xolmurodova Manzura*

*Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti  
Klinik kafedra o'qituvchisi: Axtamova Irodaxon Akbarovna*

**Annotatsiya:** So'lakning tarkibi, so'lakning og'iz bo'shlig'idagi vazifalari, so'lak yetishmovchiligi, profilaktika va gigiyena, so'lak faoliyatini yaxshilash, immunoglobulinlar.

**Kalit so'zlar:** so'lak, og'iz bo'shlig'i, fermentlar, mikroflora, gigiyena, kariyes, profilaktika

Og'iz bo'shlig'i inson organizmining muhim boshlang'ich qismi bo'lib, unda sodir bo'ladigan jarayonlar umumiy sog'liq holatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi. So'lak (tupik) esa og'iz bo'shlig'ining asosiy biologik suyuqliklaridan biri hisoblanadi. U nafaqat ovqat hazm qilishda, balki tishlar va milklarni himoya qilishda ham muhim rol o'ynaydi. So'lakning tarkibi va funksiyalarini o'rganish stomatologiyada muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

So'lak asosan suvdan (taxminan 99%) iborat bo'lib, qolgan qismini organik va noorganik moddalar tashkil etadi. Uning tarkibiga quyidagilar kiradi:

Fermentlar (amilaza, lizotsim)

Oqsillar va glikoproteinlar

Mineral moddalar (kalsiy, fosfor, natriy, kaliy)

Immun komponentlar (immunoglobulinlar)

Amilaza fermenti uglevodlarni parchalaydi, lizotsim esa bakteriyalarga qarshi ta'sir ko'rsatadi.

- So'lak bezlari va ularning faoliyati
- So'lak uch juft asosiy bezlar tomonidan ishlab chiqariladi:
- Quloq oldi (parotid) bezlari
- Jag' osti bezlari
- Til osti bezlari

Bu bezlar sutka davomida o'rtacha 1–1,5 litr so'lak ajratadi. So'lak ajralishi reflektor jarayon bo'lib, ovqat iste'moli, hid va hatto fikrlar orqali ham boshqariladi.

So'lak bir nechta muhim funksiyalarni bajaradi:

Mexanik himoya – ovqat qoldiqlarini yuvib tashlaydi.

Kimyoviy himoya – bakteriyalarni zararsizlantiradi

Minerallashuv – tish emalini mustahkamlaydi

Hazm qilish – uglevodlarni parchalaydi

Namlikni saqlash – og‘iz shilliq qavatini qurib qolishdan himoya qiladi

So‘lak va mikroorganizmlar o‘rtasidagi bog‘liqlik

Og‘iz bo‘shlig‘ida ko‘plab mikroorganizmlar mavjud. So‘lak ularning ko‘payishini nazorat qiladi. Agar so‘lak yetarli miqdorda ajralmasa, zararli bakteriyalar ko‘payib, tish va milk kasalliklariga olib keladi.

So‘lak ajralishining kamayishi (kserostomiya) quyidagi muammolarga sabab bo‘ladi:

- Og‘iz qurishi
- Tishlarning tez yemirilishi
- Yallig‘lanish kasalliklari
- Noqulay hid (galitoz)

Bu holat dori vositalari, stress yoki ayrim kasalliklar natijasida yuzaga kelishi mumkin.

So‘lak faoliyatini yaxshilash uchun quyidagilar tavsiya etiladi:

- Yetarli miqdorda suv ichish
- To‘g‘ri ovqatlanish
- Og‘iz gigiyenasiga rioya qilish
- Shakarli mahsulotlarni cheklash
- Doimiy stomatolog ko‘rigidan o‘tish

**Xulosa:** So‘lak og‘iz bo‘shlig‘i salomatligini ta‘minlashda muhim biologik omil hisoblanadi. Uning tarkibi va funksiyalarining buzilishi turli stomatologik kasalliklarning rivojlanishiga olib keladi. Shu sababli so‘lakning normal ajralishini saqlash va og‘iz gigiyenasiga rioya qilish muhim ahamiyatga ega.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Axmedov A.A. – Odam anatomiyasi va fiziologiyasi, Toshkent, 2020
2. Karimov Sh.K. – Stomatologiya asoslari, Toshkent, 2019