

MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARDA KARIYESNING OLDINI OLISH BO'YICHA SOG'LIQNI SAQLASH STRATEGIYALARINI ISHLAB CHIQISH

*Mualliflar: Barakayeva Z.T., Shodmonova O.U.
Toshkent davlat tibbiyot universiteti magistrantlari.*

Ilmiy rahbar: Sattorova D.G'.

Toshkent davlat tibbiyot universiteti dotsenti

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarda tish kariyesining tarqalishi, etiologik omillari va uning oldini olishga qaratilgan kompleks sog'liqni saqlash strategiyalari yoritiladi. Erta yoshda yuzaga keladigan kariyes bolaning umumiy sog'lig'i, ovqatlanishi, nutqi va psixoemotsional holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Maqolada individual, oilaviy va institutsional (maktabgacha ta'lim tashkilotlari darajasida) profilaktik choralar tizimli ravishda tahlil qilinadi hamda amaliy tavsiyalar beriladi.

Kalit so'zlar: maktabgacha yosh, tish kariyesi, profilaktika, og'iz bo'shlig'i gigiyenasi, sog'liqni saqlash strategiyalari.

Kirish

So'nggi yillarda maktabgacha yoshdagi bolalarda tish kariyesi global sog'liqni saqlash muammolaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, bolalar populyatsiyasida og'iz bo'shlig'i kasalliklari eng keng tarqalgan surunkali kasalliklar qatoriga kiradi (World Health Organization, 2022). Ayniqsa, 3–6 yosh davrida sut tishlarining kariyes bilan zararlanishi yuqori uchrash darajasiga ega bo'lib, bu holat bolaning umumiy sog'lig'i, ovqatlanishi, nutqi va psixoemotsional rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi (Petersen, 2003).

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kariyesning erta yoshda rivojlanishi kelgusida doimiy tishlarning ham zararlanish xavfini oshiradi (Fejerskov & Kidd, 2015). Shu sababli maktabgacha yoshdagi bolalarda kariyesning oldini olishga

qaratilgan kompleks va ilmiy asoslangan sog‘liqni saqlash strategiyalarini ishlab chiqish dolzarb vazifa hisoblanadi.

Tadqiqotning maqsadi va vazifalari

Maqsad: Maktabgacha yoshdagi bolalarda tish kariyesining oldini olishga qaratilgan kompleks sog‘liqni saqlash strategiyalarini ilmiy asosda ishlab chiqish.

Vazifalar

- Kariyes rivojlanishining asosiy etiologik omillarini aniqlash;
- Maktabgacha yoshdagi bolalarda kariyes tarqalishiga ta’sir etuvchi ijtimoiy va gigiyenik omillarni tahlil qilish;
- Individual, oilaviy va ta’lim muassasalari darajasidagi profilaktik choralarni tizimlashtirish;
- Amaliy sog‘lomlashtirish strategiyalarini taklif etish.

Kariyesning etiologiyasi va rivojlanish omillari

Tish kariyesi multifaktorial kasallik bo‘lib, uning rivojlanishida biologik, ijtimoiy va xulq-atvor omillari muhim rol o‘ynaydi. Asosiy etiologik omillarga kariyesogen mikroflora, fermentlanadigan uglevodlar, tish to‘qimalarining rezistentligi va vaqt omili kiradi (Fejerskov & Kidd, 2015).

Streptococcus mutans va *Lactobacillus* turlariga mansub mikroorganizmlar shakarlarni fermentatsiya qilib, kislotalar hosil qiladi, bu esa emalning demineralizatsiyasiga olib keladi. Maktabgacha yoshdagi bolalarda ovqatlanish ratsionida shakarli va yopishqoq mahsulotlarning ko‘pligi, shuningdek, og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasining yetarli emasligi kariyes rivojlanish xavfini sezilarli oshiradi (Moynihan & Kelly, 2014).

Bundan tashqari, fluor yetishmovchiligi, ota-onalarning stomatologik savodxonligi pastligi hamda profilaktik stomatologik xizmatlardan foydalanish darajasining pastligi muhim xavf omillari hisoblanadi.

Kariyesning bolaning sog‘lig‘iga ta’siri

Kariyesning erta yoshda rivojlanishi bolaning jismoniy va ruhiy holatiga ko'p qirrali salbiy ta'sir ko'rsatadi. Doimiy og'riq va yallig'lanish jarayonlari chaynash funksiyasining buzilishiga olib keladi, bu esa ovqat hazm qilish tizimi faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuningdek, kariyes nutq apparati shakllanishiga ham to'sqinlik qilishi mumkin.

Ilmiy manbalarda kariyes bilan og'rigan bolalarda psixoemotsional holatning yomonlashuvi, ijtimoiy faollikning pasayishi va hayot sifatining umumiy kamayishi qayd etilgan (Petersen, 2003). Ushbu holatlar kariyesning faqat stomatologik emas, balki umumiy sog'liq muammosi ekanligini ko'rsatadi.

Kariyesning oldini olish bo'yicha sog'liqni saqlash strategiyalari

1. Individual darajadagi profilaktika

- Kuniga kamida 2 marta fluorli tish pastasi bilan tishlarni tozalash;
- Yoshga mos tish cho'tkalaridan foydalanish;
- Shirinliklarni iste'mol qilishni cheklash;
- Tishlarni tozalashni nazorat qilish (ota-onalar tomonidan).

2. Oilaviy darajadagi strategiyalar

- Ota-onalarning stomatologik bilimlarini oshirish;
- Sog'lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirish;
- Bola uchun shaxsiy gigiyena vositalarini ajratish;
- Oilada og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga ijobiy munosabatni shakllantirish.

3. Maktabgacha ta'lim muassasalari darajasida

- Rejalashtirilgan stomatologik ko'riklarni tashkil etish;
- Tish tozalash bo'yicha amaliy mashg'ulotlar o'tkazish;
- Tarbiyachilar va tibbiyot xodimlarini profilaktika bo'yicha tayyorlash;
- Ratsionda shakar miqdorini cheklash.

4. Davlat va sog‘liqni saqlash tizimi darajasida

- Profilaktik dasturlarni ishlab chiqish va moliyalashtirish;
- Fluor bilan boyitilgan mahsulotlardan foydalanishni kengaytirish;
- Aholi orasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish;
- Erta yoshdagi stomatologik skrining dasturlarini joriy etish.

Tadqiqot natijalari va adabiyotlar tahlili shuni ko‘rsatadiki, maktabgacha yoshdagi bolalarda kariyesning oldini olish faqat individual gigiyena choralari gagina tayanmasligi kerak. Samarali profilaktika individual, oilaviy, ta’lim muassasalari va davlat darajasida olib boriladigan kompleks strategiyalarni talab etadi.

Aholining stomatologik savodxonligini oshirish, maktabgacha ta’lim muassasalarida sog‘lom ovqatlanish va gigiyena ko‘nikmalarini shakllantirish hamda profilaktik stomatologik xizmatlardan foydalanishni kengaytirish kariyes tarqalishini sezilarli kamaytirishi mumkin (World Health Organization, 2022).

Xulosa

Maktabgacha yoshdagi bolalarda tish kariyesining oldini olish sog‘liqni saqlash tizimining ustuvor yo‘nalishlaridan biridir. Ilmiy asoslangan va kompleks sog‘liqni saqlash strategiyalarini amalga oshirish orqali kariyesning erta rivojlanishini oldini olish, bolalarning hayot sifatini yaxshilash va kelajakda sog‘lom avlodni shakllantirish mumkin.

Profilaktik choralarning izchil va tizimli ravishda olib borilishi, ota-onalar, pedagoglar va tibbiyot xodimlari o‘rtasidagi hamkorlik ushbu jarayonning muvaffaqiyatini ta’minlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar

APA uslubi (7-nashr)

1. Fejerskov, O., & Kidd, E. (2015). *Dental caries: The disease and its clinical management* (3rd ed.). Wiley Blackwell.
2. World Health Organization. (2022). *Oral health*. WHO Press.

3. Petersen, P. E. (2003). The World Oral Health Report 2003: Continuous improvement of oral health in the 21st century. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 31(S1), 3–24.
4. Moynihan, P., & Kelly, S. (2014). Effect on caries of restricting sugars intake. *Journal of Dental Research*, 93(1), 8–18.

GOST uslubi

1. Fejerskov O., Kidd E. Dental caries: The disease and its clinical management. – 3rd ed. – Oxford: Wiley Blackwell, 2015. – 480 p.
2. World Health Organization. Oral health. – Geneva: WHO Press, 2022.
3. Petersen P.E. The World Oral Health Report 2003: Continuous improvement of oral health in the 21st century // *Community Dentistry and Oral Epidemiology*. – 2003. – Vol. 31, Suppl. 1. – P. 3–24.
4. Moynihan P., Kelly S. Effect on caries of restricting sugars intake // *Journal of Dental Research*. – 2014. – Vol. 93, No. 1. – P. 8–18.

Vancouver uslubi

1. Fejerskov O, Kidd E. Dental caries: the disease and its clinical management. 3rd ed. Oxford: Wiley Blackwell; 2015.
2. World Health Organization. Oral health. Geneva: WHO Press; 2022.
3. Petersen PE. The World Oral Health Report 2003: Continuous improvement of oral health in the 21st century. *Community Dent Oral Epidemiol*. 2003;31(Suppl 1):3–24.
4. Moynihan P, Kelly S. Effect on caries of restricting sugars intake. *J Dent Res*. 2014;93(1):8–18.