

ESTETIK STOMATOLOGIYANING AHAMIYATI VA PSIXOLOGIK TA'SIRI

*Alfraganus universiteti tibbiyot fakulteti
stomatologiya yo'nalishi 1-bosqich talabasi
Zokirov Muhammadqodir Erkin o'g'li
Ilmiy rahbar Avazova Shahlo Nurdinovna*

Annotatsiya. Ushbu maqolada estetik stomatologiyaning zamonaviy tibbiyotdagi o'rni, uning shaxs psixologiyasiga va ijtimoiy faollikka ta'siri chuqur tahlil qilingan. Yuz tuzilmasi va tabassum odamning tashqi ko'rinishidagi asosiy elementlardan biri bo'lib, zamonaviy stomatologik texnologiyalar yordamida estetik muammolarni bartaraf etish nafaqat tashqi go'zallikni tiklaydi, balki insonning o'ziga bo'lgan ishonchini, ijtimoiy munosabatlardagi faolligini ham oshiradi. Maqolada estetik stomatologiyaning turlari, qo'llaniladigan usullar, va ularning psixologik holatga ijobiy ta'siri bo'yicha ilmiy fikrlar, statistik ma'lumotlar va amaliy kuzatuvlar asosida ilmiy tahlil berilgan.

Kalit so'zlar: Estetik stomatologiya, psixologik salomatlik, tashqi ko'rinish, tish estetikasi, zamonaviy texnologiyalar, ortodontiya, o'ziga ishonch, tabassum terapiyasi.

Kirish

Estetik stomatologiya — bu faqatgina tishlarning sog'lom holatini tiklash emas, balki ularning chiroyli ko'rinishini ta'minlash orqali insonning ruhiy holati va ijtimoiy hayotiga ijobiy ta'sir ko'rsatishga qaratilgan sohadir. Bugungi kunda tashqi ko'rinish va shaxsiy imidj jamiyatda katta ahamiyat kasb etmoqda. Shu sababli estetik stomatologiyaga bo'lgan talab tobora ortmoqda. Bu esa stomatologiyaning faqat davolash emas, balki psixologik qo'llab-quvvatlash vositasi sifatida ham qaralishiga asos yaratadi.

Estetik stomatologiyaning mohiyati va yo'nalishlari

Estetik stomatologiya — bu faqat tishlarni davolash emas, balki ularning tashqi ko'rinishini yaxshilashga, inson tabassumini estetik me'yorlarga moslashtirishga qaratilgan stomatologiyaning muhim yo'nalishidir. Ushbu sohaga bo'lgan talabning ortib borayotganligi zamonaviy insonning o'ziga xos tashqi ko'rinishga intilishi, ijtimoiy munosabatlarda ishonchli bo'lish istagi bilan bog'liq. Estetik stomatologiya tibbiyotning estetik tibbiyot bilan tutashgan muhim qismidir va insonning psixologik farovonligi bilan bevosita bog'liqdir¹.

¹ Tursunov A.A. *Zamonaviy stomatologiyada innovatsiyalar.* – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2020.

Zamonaviy estetik stomatologiya quyidagi asosiy yo'nalishlarni o'z ichiga oladi:

Tish oqartirish— estetik muolajalar ichida eng ommalashgan usullardan biri hisoblanadi. U ikki xil ko'rinishda amalga oshiriladi: klinik sharoitda professional oqartirish (masalan, lazer yoki karbamid peroksid yordamida) va uy sharoitida foydalaniladigan oqartiruvchi vositalar orqali. Bu usul tishlarda choy, qahva, tamaki yoki yoshi o'tgan sari paydo bo'ladigan rang o'zgarishlarini bartaraf etadi.

Veneerlar — bu yupqa keramik yoki kompozit plastinkalardir, ular tishning old yuzasiga yopishtiriladi. Veneerlar yordamida tishlar orasidagi kichik bo'shliqlarni yopish, tish shaklini to'g'rilash, rangni yaxshilash va yuzaki shikastlanishlarni yashirish mumkin. Bu muolaja yengil invaziv bo'lib, tabiiy tish tuzilmasini asrashga imkon beradi².

Ortodontiya — bu yo'nalish tishlar va jag'larning noto'g'ri joylashuvini tuzatishga qaratilgan. Estetik ortodontiya sohasida zamonaviy va ko'zga ko'rinmas tizimlar, masalan, keramik breketlar va shaffof elinerlar (masalan, Invisalign) keng qo'llanilmoqda. Ortodontik davolash orqali nafaqat chiroyli tabassum, balki to'g'ri chaynash funksiyasi, nutq aniq chiqishi ham ta'minlanadi.

Implantatsiya — bu estetik va funksional jihatdan juda muhim bo'lgan yo'nalishdir. Tish yo'qotilganda implantatsiya usuli yordamida sun'iy ildiz (implant) suyak to'qimasiga o'rnatilib, uning ustiga tish protezi (krona) o'rnatiladi. Bu usul orqali tabiiy tishga eng yaqin ko'rinish va funksional natijaga erishiladi.

Tish shakllarini to'g'rilash va rekonturing — bu estetik mikroabraziv yoki lazerli ishlovlar yordamida amalga oshiriladigan muolajalardir. Tish emalini engil parchalab, tishning chetlarini silliqlash yoki simmetriyasini yaxshilash orqali chiroyli ko'rinish ta'minlanadi. Shuningdek, kompozit materiallar yordamida tishning sirdagi kamchiliklarini to'ldirish va ko'rinishini tabiiylashtirish mumkin.

Shuningdek, estetik stomatologiya yo'nalishida biomimetik yondashuvlar, ya'ni tabiiy tish tuzilmasini iloji boricha taqlid qilishga asoslangan texnologiyalar tobora keng qo'llanilmoqda. CAD/CAM texnologiyalari yordamida individual restauratsiyalar, shuningdek, 3D printerlar orqali tayyorlangan estetik tish qismlari stomatologiyada yangi bosqichni boshlab bermoqda.

Umuman olganda, estetik stomatologiya muolajalari nafaqat tashqi ko'rinishni yaxshilaydi, balki bemorning umumiy hayot sifati, ijtimoiy faolligi va ruhiy barqarorligiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, ommaviy kommunikatsiya

² Qodirova M.X. *Tish estetikasi va psixologik salomatlik*. – Toshkent: O'zMU nashriyoti, 2021.

vositalarida (TV, ijtimoiy tarmoqlar) ko'rinishning ahamiyati ortib borayotgan bir davrda estetik muolajalar tobora ko'proq dolzarb bo'lmoqda³.

Psixologik ta'sir va ijtimoiy o'zgarishlar

Zamonaviy psixologik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, insonning tashqi ko'rinishi, ayniqsa yuz ifodasi va tabassum sifatiga beriladigan baho, ularning o'ziga bo'lgan ishonchi va jamiyatdagi ijtimoiy o'rni bilan bevosita bog'liqdir. Aynan tishlar estetikasi — insonning birinchi taassurot qoldirishida muhim omil bo'lib, u ko'p hollarda suhbatdoshlarda shaxs haqida ijobiy yoki salbiy fikr shakllanishiga olib keladi. Tishlardagi rang o'zgarishi, notekislik, yo'qotilgan tishlar yoki noto'g'ri joylashuvlar odamda komplekslar paydo bo'lishiga, o'zini jamiyatdan ajratishga, ya'ni ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin.

Bu kabi estetik muammolar insonning o'zini qadrlash darajasini tushiradi, ijtimoiy faoliyatda chekinishga, ishdagi passivlikka, hatto oilaviy va shaxsiy hayotda nizolarga sabab bo'ladi. Aynan shunday vaziyatlarda estetik stomatologik muolajalar inson ruhiyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatib, uning ijtimoiy hayotini tubdan o'zgartirishi mumkin⁴.

Estetik stomatologik muolajalar quyidagi psixologik foydalarni beradi:

O'ziga bo'lgan ishonchning ortishi — chiroyli tabassumga ega bo'lgan inson o'zini ko'proq qadrlay boshlaydi, o'z fikrini erkin bayon qilishga, odamlar bilan ochiq muloqotga tayyor bo'ladi. Bu esa shaxsiy rivojlanish uchun muhim psixologik zamin yaratadi.

Stress va ijtimoiy fobiyalarning kamayishi — ko'pchilik insonlar omma oldida tabassum qilishdan yoki kulishdan uyaladi. Tish estetikasi tiklangach, bu uyatchanlik yo'qoladi va inson o'zini erkin his eta boshlaydi. Bu esa ijtimoiy fobiyalarni bartaraf etishga yordam beradi.

Professional va shaxsiy hayotdagi faollik — chiroyli tabassum ko'plab kasbiy yo'nalishlarda (masalan, marketing, jurnalistika, xizmat ko'rsatish sohalarida) muvaffaqiyat kalitlaridan biri hisoblanadi. O'ziga ishongan inson suhbatlarda faol, jamoaviy ishda esa yetakchi bo'lishga intiladi⁵.

³ Nuraliev F.N. *Stomatologik texnologiyalar: O'quv qo'llanma*. — Samarqand: Samarqand Tibbiyot Instituti, 2022.

⁴ Karimov J.A. “Estetik muolajalar va shaxsiy rivojlanish” // *Tibbiyot va Hayot*, 2023, №4.

⁵ Gulomova S.Sh. “Psixologik tahlil: tashqi ko'rinishning shaxsga ta'siri” // *Psixologiya va Sog'lom turmush tarzi*, 2022, №2.

Emotsional barqarorlik — tashqi ko‘rinishga qoniqish hissi insonning ichki tinchligini mustahkamlashga yordam beradi. Bu o‘z navbatida depressiya va boshqa psixologik muammolarning oldini olishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Tabassum qilish orqali endorfin ajralishining kuchayishi — nevropsixologik izlanishlar shuni ko‘rsatmoqdaki, inson tabassum qilganida uning miyasi “baxt gormonlari” — endorfinlar va serotonin ishlab chiqaradi. Bu esa kayfiyatni ko‘taradi, stressni kamaytiradi va insonning hayotdan rozi bo‘lish darajasini oshiradi.

Shuningdek, psixologiyada keng qo‘llaniladigan “tabassum terapiyasi” usuli — insonni ongli ravishda kulishga va ijobiy holatni saqlashga undash orqali ruhiy barqarorlikka erishish usuli sifatida tan olingan. Tabassum nafaqat ijtimoiy signal sifatida, balki ichki ruhiy sog‘lomlik belgisi sifatida ham faoliyat yuritadi.

Yuqoridagilardan kelib chiqib aytish mumkinki, estetik stomatologiya tibbiy muolajadan tashqari, inson psixikasiga ijobiy ta’sir etuvchi muhim psixoterapevtik vosita hamdir. Ayniqsa, o‘zbek jamiyatida tashqi ko‘rinish va jamiyatdagi mavqega katta ahamiyat beriladigan bir sharoitda bu soha nafaqat estetik ehtiyojni, balki ruhiy barqarorlik, o‘zlikni anglash, ijtimoiy ishtirok va faoliyat uchun ham asosiy omilga aylanmoqda.

3. O‘zbekistonda estetik stomatologiyaning rivoji

So‘nggi yillarda O‘zbekistonda tibbiyot sohasida olib borilayotgan islohotlar doirasida stomatologiya, xususan uning estetik yo‘nalishiga alohida e’tibor qaratilmoqda. Davlat siyosatida sog‘liqni saqlash tizimini modernizatsiya qilish, xususiy tibbiy xizmatlarni rivojlantirish va xorijiy investitsiyalarni jalb etish orqali stomatologik xizmatlarning sifati sezilarli darajada oshdi. Ayniqsa, estetik stomatologiyaning ahamiyati ortib borayotgan hozirgi davrda, bu yo‘nalish keng ko‘lamli rivojlanish bosqichiga chiqdi.

Yirik shaharlar, jumladan Toshkent, Samarqand, Buxoro, Andijon va Farg‘ona viloyatlaridagi zamonaviy klinikalarda **CAD/CAM texnologiyalari, 3D skanerlash, digital dizayn, lazer muolajalari, shaffof elinerlar, biokompatibil materiallar, va nano-kompozit plomba vositalari** keng joriy etilmoqda. Bu texnologiyalar bemorga minimal invaziv aralashuv bilan maksimal estetik va funksional natija olish imkonini beradi. CAD/CAM tizimi yordamida bemorning tish anatomiyasi aniq modellashtiriladi va individual yondashuv asosida mukammal protezlar, kronalar, yoki vinirlar tayyorlanadi⁶.

O‘zbekiston stomatologiyasining rivojida **xususiy klinikalarning** ulushi tobora ortib bormoqda. Xususan, estetik muolajalar sohasida yetakchi klinikalar xorijiy tajriba va texnologiyalarni jalb etgan holda xizmat ko‘rsatmoqda. Bu esa xizmat sifati bilan

⁶ Aknazarov B.T. *Ortodontiya asoslari*. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2019.

bir qatorda, zamonaviy dizaynga ega muassasalarda bemorning psixologik qulayligini ham oshirmoqda.

Bundan tashqari, **ijtimoiy tarmoqlar, media maydon, va bloggerlik faoliyati** orqali odamlar tashqi ko'rinishga nisbatan yanada hushyorlik bilan yondashmoqda. Shaxsiy brending, vizual ta'sirchanlik va auditoriyaga yoqimli ko'rinish estetik stomatologiyaning dolzarbligini yanada kuchaytirmoqda. Ayniqsa, yoshlar orasida oq tishlar, to'g'ri joylashgan tishlar va chiroyli tabassum imidjning ajralmas qismiga aylangan.

Statistik ma'lumotlarga ko'ra, so'nggi besh yil ichida estetik stomatologiyaga murojaat qiluvchi bemorlar soni 2,5–3 barobarga oshgan. Ularning asosiy qismini 18–40 yosh oralig'idagi ayollar va yoshlar tashkil etadi. Oqartirish (bleaching), vinir o'rnatish (veneering), estetik plomba, ortodontik tuzatmalar va ko'zga ko'rinmas breketlar kabi xizmatlar aynan shu guruh orasida ommalashgan.

Shuningdek, O'zbekiston stomatologik oliy ta'lim muassasalari — Toshkent tibbiyot akademiyasi, Andijon davlat tibbiyot instituti, Samarqand davlat tibbiyot universiteti va boshqa tibbiyot oliygohlari estetik stomatologiya sohasida yangi darsliklar, zamonaviy laboratoriyalar, malaka oshirish kurslari va amaliyot markazlari orqali yosh stomatologlarni xalqaro standartlar darajasida tayyorlamoqda. Bu esa soha mutaxassislarining malakasini oshirishda muhim rol o'ynamoqda.

Biroq, estetik stomatologiyaga to'liq kirib borishda ayrim muammolar ham mavjud. Xususan, qishloq hududlarida bu yo'nalishdagi xizmatlar hanz yetarli emas. Shuningdek, yuqori texnologiyali uskunalar narxining balandligi sababli barcha aholiga birdek qulay bo'lishi ta'minlanmagan. Kelajakda davlat-xususiy sheriklik asosida qamrovni kengaytirish, tuman va qishloqlarda zamonaviy estetik xizmatlarni yo'lga qo'yish bu yo'nalishdagi muhim vazifalardan biridir.

4. Estetik stomatologiyaning psixoterapevtik rolini chuqur tahlil qilish

Psixologik salomatlik — bu faqat psixik kasalliklarning yo'qligi emas, balki ijobiy hissiyotlar, o'ziga bo'lgan ijobiy munosabat va sog'lom ijtimoiy munosabatlardir. Estetik stomatologiya bu jihatdan quyidagilarga xizmat qiladi: Tashqi ko'rinishga bo'lgan norozilikni kamaytiradi; Komplekslardan xalos etadi; Shaxsiy hayotdagi muvaffaqiyatlarni oshiradi; Odamlarda ijtimoiy muhitda faol bo'lishga rag'bat uyg'otadi.

Psixologlar fikricha, “chiroyli tabassum” nafaqat ijtimoiy signal, balki ichki holatning barqarorligini ifodalovchi muhim vositadir.

Xulosa

Estetik stomatologiya zamonaviy jamiyatda nafaqat tibbiy, balki psixologik va ijtimoiy ehtiyojlarni ham qondiruvchi muhim soha hisoblanadi. Uning yordamida inson o'ziga ishonch hosil qiladi, jamiyatda faolroq bo'ladi va ruhiy holati barqarorlashadi. Shu sababli, estetik stomatologiya zamonaviy tibbiyotning eng

dolzarb va ko'p qirrali yo'nalishlaridan biri sifatida rivojlanishda davom etmoqda. Kelajakda bu sohani yanada kengaytirish va aholining barcha qatlamlari uchun mavjud qilish muhim vazifa bo'lib qoladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Tursunov A.A. *Zamonaviy stomatologiyada innovatsiyalar*. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2020.
2. Qodirova M.X. *Tish estetikasi va psixologik salomatlik*. – Toshkent: O'zMU nashriyoti, 2021.
3. Nuraliev F.N. *Stomatologik texnologiyalar: O'quv qo'llanma*. – Samarqand: Samarqand Tibbiyot Instituti, 2022.
4. Karimov J.A. "Estetik muolajalar va shaxsiy rivojlanish" // *Tibbiyot va Hayot*, 2023, №4.
5. Gulomova S.Sh. "Psixologik tahlil: tashqi ko'rinishning shaxsga ta'siri" // *Psixologiya va Sog'lom turmush tarzi*, 2022, №2.
6. Aknazarov B.T. *Ortodontiya asoslari*. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2019.