

OG'IZ BO'SHLIG'I GIGIENASI

Odiljonova Nigorahon Ikromjon qizi

*Farg'ona Jamoat Salomatligi Tibbiyot Instituti Stomatologiya va
Otorinolaringologiya fakulteti assistenti*

Rustamova Jasmina

Po'latova Sevinchxon

Habibullayeva Gulsanam

Stomatologiya yo'nalishi 1-bosqich talabalari

jasmintustamova@icloud.com

gulsanam.2007i@icloud.com

polatovasevinch200712@gmail.com

Annotatsiya: *Ushbu maqolada og'iz bo'shlig'I gigienasi, tishdagi estetik nuqsonlarga e'tibor qaratish va davolash choralari tahlil qilingan. Og'iz bo'shlig'I tekshiruvining ketma-ketligi, og'izdan tashqari telshiruvlar hamda og'iz ichi tekshiruvi haqida ma'lumot beriladi. Tibbiyotda olib borilayotgan o'zgarishlar natijasida aholiga ko'rsatilayotgan xizmatning sifati yoritilgan.*

Kalit so'zlar: *profilaktika, og'iz bo'shlig'i, tekshiruv, anamnez, kasalliklar, perekussiya, karies va parodont.*

Annotation: *This article examines oral hygiene, focuses on the aesthetic defects of teeth, and analyzes the methods of their treatment. It provides detailed information on the sequence of oral examinations, extraoral and intraoral assessments. The paper also highlights the improvements in the quality of healthcare services provided to the population as a result of ongoing developments in the field of medicine.*

Keywords: *prevention, oral cavity, examination, anamnesis, diseases, percussion, caries, periodontium.*

Аннотация: *В статье анализируются гигиена полости рта, внимание к эстетическим дефектам зубов и меры по их лечению. Приводится последовательность осмотра полости рта, внеротового и внутриротового осмотров. Освещено качество услуг, предоставляемых населению в связи с изменениями в медицине.*

Ключевые слова: *профилактика, полость рта, осмотр, анамнез, заболевания, перкуссия, кариес и пародонтит.*

KIRISH

Inson salomatligi har qanday mustaqil davlatning taraqqiyoti bosh mezonini hisoblanadi. Jamiyatning kuchi eng birinchi navbatda uning xalqi sog'lom va osoyishta umr kechirayotganiga bog'liqdir.

O'zbekiston Respublikasida sog'liqni saqlash tizimini takomillashtirish va isloh qilish, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, fuqarolarning tibbiy xizmatga bo'lgan huquqini ta'minlashda keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda.

Har bir shaxsning eng estetik va eng go'zal jihati uning tabassumidir. Tabassum qanchalar sog'lom bo'lishi esa albatta, insonning shaxsiy gigienasiga bog'liqdir.

Zamon takomillashuvi natijasida bugungi kunda gigienik vositalarning insonlarga qulay bo'lgan turlari ishlab chiqarilmoqda. Bundan tashqari, fuqarolar har olti oyda stomotolog ko'rigiga borishlari kerak. Tishlarni turli xil tosh va karashlardan tozalatishlari lozimdir. Albatta, toza tishlar chiroyli tabassum garovidir.

Tashqi tekshirish usullari (Ekstraoral) Ekstraoral tekshiruv — og'iz sog'lig'iga bog'liq bo'lishi mumkin bo'lgan tashqi tuzilmalarni (og'izdan tashqaridagi qismlar) baholashdan iborat.

Ko'zdan kechirish (vizual inspeksiya): Tish shifokori bemorning boshi, yuzi, ko'zlari va bo'ynini diqqat bilan kuzatib, har qanday assimetriya (notekislik), shish, yoki teri o'zgarishlari (dog'lar, yara, toshmalar)ni qayd etadi.

Paypaslash (palpatsiya): Tibbiyot xodimi barmoqlar uchidan foydalangan holda aylana harakatlar bilan bo'yin va yuzdagi sohalarni ehtiyotkorlik bilan paypaslab, bo'rtma, shish yoki og'riq bor-yo'qligini tekshiradi:

Limfa tugunlari: pastki jag' osti (submandibulyar), iyak osti (submental) va bo'yin (servikal) sohalari. So'lak bezlari: parotid (quloq oldi) va submandibulyar (pastki jag' osti) bezlari. Chakka-jag' bo'g'imi (TMJ): quloq oldidagi tragus yaqinida joylashgan bo'g'im bemor og'zini ochib-yopayotganda paypaslab ko'riladi.

Chaynash mushaklari: masseter va temporalis mushaklari og'riq yoki funksional buzilish (masalan, bruksizm – tish g'ijirlatish) mavjudligini aniqlash uchun tekshiriladi.

Lablar: Lablarning rangi, namligi, tuzilishi va yara, yoriq yoki shish (masalan, herpes yoki burchaklardagi yallig'lanish – angular xeylit) bor-yo'qligi baholanadi. Ichki tekshirish usullari (Intraoral) Intraoral tekshiruv og'iz ichidagi to'qimalar, tuzilmalar, tishlar va milklarning holatini baholashga qaratilgan.

Ko'zdan kechirish (vizual inspeksiya): Yonoq shilliq qavati va vestibulalar: yonoq va lab ichki yuzasi rangi, yaxlitligi, yallig'lanish, yara yoki shishlar bor-yo'qligi tekshiriladi. Shu bilan birga, parotid bezining chiqaruvchi yo'li joylashgan nuqta ham aniqlanadi.

Til: tilning ustki (dorsal), pastki (ventral) va yon sathlari rangi, qoplamasi, shish yoki yara borligi nuqtai nazaridan tekshiriladi. Bemor tilini turli yo'nalishlarda harakatlantiradi — bu orqali tilning harakatchanligi baholanadi.

Og'iz tubi: bemordan tilini tanglayga ko'tarish so'raladi, so'ng bu sohada yara, shish yoki so'lak bezlari bilan bog'liq muammolar bor-yo'qligi ko'riladi.

Tanglay va orofaringeal soha: qattiq va yumshoq tanglaylar rangi, yaxlitligi, yoki tug'ma nuqsonlar (masalan, tanglay yorig'i) jihatidan tekshiriladi. Shuningdek, bemordan "aaah" deb aytish so'raladi — bu paytda bodomcha bezlari (tonsillalar) va halqum (faringeal) qismi ko'riladi.

Tish va milklar: tishlar karies, sinish, yoriq, haddan tashqari yeyilish yoki plombalar, qoplamalar holati bo'yicha tekshiriladi. Milklar esa rangi, shish, yallig'lanish yoki qon ketish holati bo'yicha baholanadi.

Paypaslash (palpatsiya): Og'iz ichki to'qimalari — yonoq, til va og'iz tubi yumshoqligi, shish yoki notekis joylar bor-yo'qligi uchun paypaslanadi.

Milklar og'riq, bo'shashgan tishlar yoki yallig'lanish alomatlari uchun tekshiriladi.

Og'iz bo'shlig'i infeksiyasi va nohush hidlarni oldini olish uchun tishlaringizni kuniga ikki marta ftorli (fluorid) saqlovchi tish pastasi bilan yuving, tishlar orasini muntazam tozalang.

Bunda siz tish stomatolog tavsiyasiga ko'ra maxsus cho'tka, tish iplari yoki plastik tayoqchadan foydalanishingiz mumkin. Og'iz bo'shlig'i gigienasiga rioya qilmaslik oddiy tish og'rig'idan jiddiy kasalliklargacha olib keladi.

Bakteriyalar shakar va kraxmalli ovqatlardan kislota hosil qiladi, cho'tkalamaslik natijasida bu kislota emalni yemiradi va karies (tish chirishi)ga sabab bo'ladi.

Oldi olinmasa gingivit (milk yallig'lanishi), periodontit, tishlarni qimirlashi va tushib ketishi mumkin. Bundan tashqari bakteriyalar hosil qilgan oltingugurt birikmalari doimiy yomon hidga sabab bo'ladi.

Ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki infeksiya manbalari faqat og'iz bo'shlig'iga emas balki butun organizmimizga ta'sir qilib, yurak-qon tomir kasalliklari kuchaytiradi, qandli diabetni og'irlashtiradi, immunitetni zaiflashtirib surunkali kasalliklar havfini oshirishi mumkin.

MULOHAZA

Hozirgi kunda ko'plab insonlar gigiena qoidalarini bilsada, amaliyotda unga to'liq amal qilmaydi. Ayniqsa, bolalar va o'smirlar orasida bu boradagi beparvolik keyinchalik tish emali yemirilishi, milk yallig'lanishi kabi kasalliklarga olib kelmoqda.

Shuning uchun oilada, maktabda va tibbiyot muassasalarida gigienaning ahamiyati haqida tushuntirish ishlarini kengaytirish zarur. Og'iz bo'shlig'i parvarishiga nisbatan mas'uliyatni oshirish orqali nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy sog'lomlikni ham mustahkamlash mumkin.

XULOSA

Og'iz bo'shlig'i gigienasi — inson salomatligini saqlash, kasalliklarning oldini olish va hayot sifatini yaxshilashda hal qiluvchi omildir. Har bir inson o'z sog'lig'i uchun mas'ul bo'lishi, tish va milk parvarishini kundalik odatga aylantirishi lozim.

Jamiyat miqyosida esa sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, aholi gigienik savodxonligini oshirish va profilaktik stomatologik tadbirlarni tizimli yo'lga qo'yish sog'lom avlodni tarbiyalashning eng ishonchli yo'lidir.