

MAKTAB YOSHDAGI BOLALARDA OG'IZ BO'SHLIG'I GIGIENASINING AHAMIYATI

G'ulomnabiyeva Munisa Shuhratbek qizi

Qo'qon universiteti Andijon filiali

Tibbiyot fanlar fakulteti, Stomatologiya yo'nalishi:

Email: mgulomnabiyeva@gmail.com

Annotatsiya: Maktab yoshidagi bolalarda og'iz bo'shlig'i gigienasi umumiy sog'liq uchun muhim ahamiyatga ega. Ushbu maqolada bolalar orasida og'iz bo'shlig'i gigienasining holati, gigiena qoidalarining bajarilishi, uning salomatlikka ta'siri, shuningdek, og'iz kasalliklari va ularni oldini olishda gigienaning o'rni haqida batafsil tahlil berildi. Tadqiqot davomida bolalar o'rtasida gigiena darajasini aniqlash uchun so'rovnomalar, klinik tekshiruvlar va ota-onalar bilan suhbatlar o'tkazildi. Maqola maktab yoshidagi bolalarda og'iz bo'shlig'i gigienasini yaxshilash yo'llarini aniqlashga qaratilgan.

Kalit so'zlar: Og'iz bo'shlig'i gigienasi, maktab yoshidagi bolalar, tish sog'ligi, karies, paradontoz, profilaktika.

Annotation: In school-age children, the oral hygiene is important for general health. In this article, children were analyzed in detail about the state of the mouth hygiene, the implementation of the rules of hygiene, its impact on health, as well as the role of hygiene in preventing oral diseases. During the study, interviews were conducted with polls, clinical inspections and parents to determine the level of hygiene among children. The article is aimed at identifying ways to improve the oral hygiene in school-age children.

Keywords: The mouth hygiene, school-age children, dental health, caries, paradonzosis, prevention.

Аннотация: У детей школьного возраста гигиена полости рта важна для общего здоровья. В этой статье дети были подробно проанализированы о состоянии гигиены рта, о реализации правил гигиены, его влиянии на здоровье, а также о роли гигиены в предотвращении заболеваний полости рта. Во время исследования были проведены интервью с опросами, клиническими проверками и родителями, чтобы определить уровень гигиены среди детей. Статья направлена на выявление способов улучшения гигиены полости рта у детей школьного возраста.

Ключевые слова: гигиена рта, дети школьного возраста, стоматологическое здоровье, кариес, парадонзоз, профилактика.

Kirish

Og'iz bo'shlig'i gigienasi — bu og'iz bo'shlig'idagi sog'lom muhitni saqlash va turli kasalliklarning oldini olishga qaratilgan tozalash va parvarishlash jarayonidir. Maktab yoshidagi bolalar uchun og'iz gigienasi ayniqsa muhimdir, chunki bu davrda ularning tishlari va og'iz bo'shlig'i tizimi sezilarli o'sishda bo'ladi. Sog'lom tishlar va og'iz bo'shlig'i nafaqat ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilaydi, balki bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini ham oshiradi. Bugungi kunda og'iz kasalliklari, ayniqsa karies va paradontoz, bolalar orasida keng tarqalgan va bu ko'plab sog'liq muammolarining kelib chiqishiga sabab bo'lmoqda. Ushbu kasalliklarning asosiy sababi sifatli og'iz gigienasining yo'qligi, noto'g'ri parvarishlash, shuningdek, bolalar orasida gigiena bo'yicha yetarlicha bilimlarning bo'lmasligidir. Maktab yoshidagi bolalarda og'iz bo'shlig'i gigienasining ahamiyati haqida ilmiy tadqiqotlar ko'plab mavjud bo'lsa-da, mahalliy sharoitda uning o'rganilishi va aniqlangan muammolarni bartaraf etish yo'llari yetarlicha o'rganilmagan. Shu sababli, ushbu maqola maktab yoshidagi bolalar orasida og'iz gigienasi holatini aniqlash, uning kasalliklar oldini olishdagi ahamiyatini o'rganish va samarali profilaktika choralarini ishlab chiqishga qaratilgan.

Tadqiqot metodologiyasi

Ushbu tadqiqotda og'iz bo'shlig'i gigienasi holatini baholash uchun quyidagi metodlar qo'llanildi:

- So'rovnomalar va intervyular — maktab yoshidagi bolalar va ularning ota-onalari orasida og'iz gigienasi bo'yicha bilim va amaliyotlarni o'rganish uchun maxsus tayyorlangan savollar asosida so'rovnomalar o'tkazildi.
- Klinik tekshiruvlar — stomatolog tomonidan bolalarning og'iz bo'shlig'i, tishlari holati tekshirildi, karies, gingivit va boshqa kasalliklar aniqlandi.
- Statistik tahlil — olingan ma'lumotlar tahlil qilinib, og'iz gigienasi va tish kasalliklari o'rtasidagi bog'liqlik o'rganildi.
- Profilaktik tadbirlar samaradorligini baholash — bolalar va ota-onalar uchun gigiena bo'yicha targ'ibot va ta'lim berish natijasi kuzatildi.

Tadqiqotda jami 100 nafar maktab yoshidagi bola ishtirok etdi. Klinika va so'rovlar orqali to'plangan ma'lumotlar SPSS dasturi yordamida tahlil qilindi.

Asosiy qism

Og'iz bo'shlig'i gigienasi bolaning umumiy sog'lig'i uchun juda muhim. Sog'lom og'iz nafaqat toza tishlar, balki sog'lom jag' suyaklari, tish go'shti va boshqa yumshoq to'qimalarni anglatadi. Maktab yoshidagi bolalar tez-tez karies, gingivit, paradontoz kabi kasalliklarga uchraydi, ular esa og'iz bo'shlig'i gigienasining yetarlicha emasligi sabab yuzaga keladi. Karies — eng keng tarqalgan og'iz kasalliklaridan biri bo'lib, tishlarning muzlatilishi, chirishi va oxir-oqibat tish yo'qolishiga olib keladi. Maktab yoshidagi bolalarda karies tez-tez uchraydi, chunki bu yoshda ular shirinliklar va karbonatli

ichimliklarga moyil bo'lishadi. Sifatli gigiena esa kariesning oldini olishda asosiy omil hisoblanadi. Gingivit va paradontoz esa tish go'shtining yallig'lanishi va oxir-oqibat tishlarning harakatsizlanishi bilan tavsiflanadi. Bu kasalliklar ham bolalar orasida keng tarqalgan va ularning asosiy sababi sifatli tozalashning yetishmasligidir.

Bolalar orasida og'iz bo'shlig'i gigienasi bo'yicha bir qator muammolar mavjud:

Tishlarni noto'g'ri yoki yetarlicha tozalamaslik.

To'g'ri tish cho'tkasini va gigiena vositalarini tanlamaslik.

Gigienaga oid bilimlarning kamligi.

Ota-onalar va maktab muhitida gigiena bo'yicha yetarli ta'lim berilmasligi.

Sog'liqni saqlash muassasalariga vaqtida murojaat qilmaslik

Ushbu muammolarni hal qilish uchun bolalar va ularning ota-onalariga muntazam ravishda og'iz gigienasi bo'yicha ta'lim berish, maktablarda gigiena madaniyatini oshirish zarur.

Og'iz bo'shlig'i gigienasini saqlash uchun quyidagi asosiy qoidalar mavjud:

Har kuni ertalab va kechqurun tishlarni tozalash.

To'g'ri tish cho'tkasi va tish pastasidan foydalanish.

Oziqlanishda shakar va karbonatli ichimliklarni kamaytirish.

Muntazam ravishda stomatolog ko'rigidan o'tish.

Maktablarda og'iz gigienasi bo'yicha darslar tashkil etish.

Profilaktika choralarining samaradorligini oshirish uchun ota-onalar va o'qituvchilar ham jalb qilinishi lozim. Shuningdek, gigiena vositalarining sifati ham ahamiyatlidir.

Tahlil va natijalar

Tadqiqot natijalariga ko'ra, maktab yoshidagi bolalarning faqat 55% i kuniga ikki marta tishlarini tozalaydi, qolganlari esa yetarlicha parvarish qilmaydi. So'rovnomalarda 60% bola va ularning ota-onalari og'iz gigienasining muhimligini tushunsa-da, amaliyotda kamchiliklar mavjudligi aniqlangan.

Klinik tekshiruvlar natijasida 65% bolada kariesning turli bosqichlari, 40% da gingivit alomatlari aniqlangan. Profilaktika choralari natijasida 6 oy davomida og'iz gigienasini yaxshilashda sezilarli o'zgarishlar kuzatildi. Statistik tahlil shuni ko'rsatdiki, og'iz gigienasining yetishmasligi va tish kasalliklari o'rtasida kuchli korrelyatsiya mavjud ($r=0.78, p<0.01$).

Xulosa

Maktab yoshidagi bolalarda og'iz bo'shlig'i gigienasi sog'lom tishlar va umumiy sog'liq uchun juda muhimdir. Tadqiqot ko'rsatdiki, bolalar orasida gigiena darajasi past bo'lib, bu karies va gingivit kabi kasalliklarning yuqori darajada tarqalishiga olib kelmoqda. Maktablarda va oilalarda og'iz gigienasini targ'ib qilish, ta'lim berish, muntazam stomatolog ko'riklarini tashkil etish bolalar salomatligini yaxshilashda asosiy

omil bo‘lib xizmat qiladi. Kelajakda bu borada keng ko‘lamli profilaktik dasturlar ishlab chiqilishi zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

- Petersen, P. E. (2003). The World Oral Health Report 2003: Continuous Improvement of Oral Health in the 21st Century – the Approach of the WHO Global Oral Health Programme. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 31(s1), 3-23.
- Featherstone, J. D. B. (2004). The Science and Practice of Caries Prevention. *Journal of the American Dental Association*, 135(7), 887-899.
- Burt, B. A. (2005). Epidemiology of Dental Caries. *Dental Clinics of North America*, 49(3), 487-508.
- Sheiham, A. (2006). Oral Health, General Health and Quality of Life. *Bulletin of the World Health Organization*, 83(9), 644-645.
- Selwitz, R. H., Ismail, A. I., & Pitts, N. B. (2007). Dental Caries. *The Lancet*, 369(9555), 51-59.
- Bakhtiyorovich, Ismonov Khurshidbek, and Ruziyev Nuriddin Mukhammadaliyevich. "Pairing, Their Own Aspects and Corresponding Methods of Work with Pairing in the Autocad Software." *International Journal on Orange Technologies* 3.12 (2021): 211-216.
- qizi Abduraimova, Muazzamoy Abduqodir. "PERSPEKTIVA." *INTERNATIONAL CONFERENCES*. Vol. 1. No. 11. 2022.
- Xurshidbek, Ismonov, Rustamov Umurzoq, and Abduraimova Muazzamoy. "MARKAZIY VA PARALLEL PROYEKSIYA ORTOGONAL PROYEKSIYALAR VA MODELNI KO ‘RINISHLARI." *Educational Research in Universal Sciences* 1.4 (2022): 70-81.
- Ismonov, Xurshidbek Baxtiyorovich, and Muazzamoy Abduqodir qizi Abduraimova. "ORTOGONAL PROYEKSIYALAR VA MODELNI KO ‘RINISHLARI." *Educational Research in Universal Sciences* 1.3 (2022): 288-296.
- Qizi, Abduraimova Muazzamoy Abduqodir. "PROJECTION AND AXONOMETRY."