



INNOVATIVE
WORLD

ISSN: 3030-3591

ORIENTAL JOURNAL OF MEDICINE AND NATURAL SCIENCES

SHARQ TIBBIYOT VA TABIIY FANLAR
JURNALI

Scientific Journal



- Medicine
- Pharmaceuticals
- Biology
- Chemistry
- Geology
- Agriculture



+998 33 5668868

www.innoworld.net



ORIENTAL JOURNAL OF MEDICINE AND NATURAL SCIENCES

Volume 3, Issue 3
2026

Journal has been listed in different indexings



The official website of the journal:

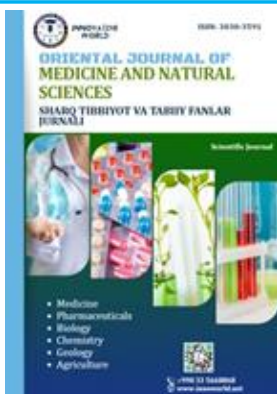
www.innoworld.net

O'zbekiston-2026

Volume 3 Issue 3 | 2026 |

Page | 2

Tel: +99833 5668868 | Tg: t.me/Anvarbek_PhD



UO'K: 616.314-002-053.2:613.2

BOLALARDA SUT TISHLARI KARIESINING TARQALISH DARAJASI, PROFILAKTIKA USULLARI VA KASALLIK RIVOJLANISHIDA OVQATLANISH OMILLARINING ILMIY-NAZARIY ASOSLARI

Ibragimov G'ayratjon¹

Central Asian Medical University xalqaro tibbiyot
universiteti Bolalar Terapevtik stomatologiya 1-kurs
ordinatori, Burhoniddin Marg'inoniy ko'chasi 64-uy,
Farg'ona shahri, O'zbekiston, tel.: +998 95 485 00 70, e-
mail: info@camuf.uz¹

Annotatsiya: Bolalarda sut tishlari kariesi dunyo bo'yicha eng keng tarqalgan stomatologik kasalliklardan biri hisoblanadi va u nafaqat og'iz bo'shlig'i salomatligiga, balki bolaning umumiy jismoniy rivojlanishiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Sut tishlarining kariyes bilan zararlanishi erta yosh davrida boshlanishi mumkin bo'lib, uning rivojlanishida gigiyena yetishmovchiligi, noto'g'ri ovqatlanish, uglevodlarga boy mahsulotlarni ko'p iste'mol qilish, mineral moddalarning yetishmasligi hamda profilaktik chora-tadbirlarning yetarli darajada olib borilmasligi muhim omillar hisoblanadi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar bolalarda karies tarqalish darajasi ko'plab mamlakatlarda yuqori ekanligini ko'rsatadi va ayrim hududlarda bu ko'rsatkich 60–90 foizgacha yetishi qayd etilgan. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalarda sut tishlari kariesining erta rivojlanishi keyinchalik doimiy tishlar patologiyasiga ham sabab bo'lishi mumkin. Mazkur maqolada bolalarda sut tishlari kariesining tarqalish ko'rsatkichlari, uning etiologik va patogenetik omillari, profilaktika usullarining samaradorligi hamda ovqatlanish tartibining kasallik rivojlanishiga ta'siri ilmiy-nazariy ma'lumotlar asosida tahlil qilindi. Adabiyotlar ma'lumotlariga ko'ra, shakar va tez parchalanadigan uglevodlarni tez-tez iste'mol qilish og'iz bo'shlig'ida kislota hosil bo'lishini kuchaytiradi, bu esa emalning demineralizatsiyasiga olib keladi. Shu bilan birga, kalsiy, fosfor va fluor moddalari yetishmovchiligi tish to'qimalarining mustahkamligini pasaytiradi. Profilaktik choralar, jumladan, gigiyenik tarbiya, fluor preparatlaridan foydalanish, to'g'ri ovqatlanish va muntazam stomatologik ko'riklar kasallik tarqalishini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin.

Kalit so'zlar: sut tishlari kariesi, bolalar stomatologiyasi, karies tarqalishi, profilaktika, ovqatlanish omili, uglevodlar, fluor profilaktikasi, emal demineralizatsiyasi, gigiyena.

Kirish: Bolalar stomatologiyasida sut tishlari kariesi eng ko'p uchraydigan kasalliklardan biri bo'lib, u erta yosh davrida boshlanishi va tez rivojlanishi bilan xarakterlanadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, bolalarda tish kariesi yuqumli bo'lmagan kasalliklar orasida eng keng tarqalgan patologiyalardan biri hisoblanadi. Ayrim hududlarda maktabgacha yoshdagi bolalarning 60–80 foizida, ayrim rivojlanayotgan mamlakatlarda esa 90 foizgacha bolalarda sut tishlari kariesi aniqlanishi qayd etilgan. Bunday yuqori ko'rsatkichlar

kasallikning etiologik omillari ko'pligi, profilaktika choralarining yetarli darajada olib borilmasligi hamda ovqatlanish madaniyatining buzilishi bilan bog'liq.

Sut tishlari organizm rivojlanishida muhim ahamiyatga ega bo'lib, ular bolaning to'g'ri ovqatlanishi, nutq rivojlanishi, yuz-jag' tizimining shakllanishi hamda doimiy tishlarning to'g'ri joylashishida muhim rol o'ynaydi. Sut tishlarining erta yo'qolishi yoki kariyes tufayli zararlanishi keyinchalik ortodontik anomaliyalar, chaynash funksiyasining buzilishi va ovqat hazm qilish tizimi kasalliklariga olib kelishi mumkin. Shu sababli bolalarda kariesning oldini olish stomatologiya, pediatriya va gigiyena sohalarining dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. Kariesning rivojlanish mexanizmi murakkab bo'lib, u mikroorganizmlar, ovqatlanish xususiyatlari, tish to'qimalarining rezistentligi hamda og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bilan bog'liq. Ilmiy nazariyalarga ko'ra, karies rivojlanishining asosiy omili og'iz bo'shlig'ida mavjud bo'lgan kariyesogen mikroflora hisoblanadi. Streptococcus mutans va Lactobacillus kabi bakteriyalar fermentatsiya jarayonida uglevodlarni parchalaydi va organik kislotalar hosil qiladi. Ushbu kislotalar tish emalining mineral tarkibini buzib, demineralizatsiya jarayonini keltirib chiqaradi. Agar bu jarayon uzoq davom etsa, emal, dentin va keyinchalik pulpa zararlanadi.

Ovqatlanish omili bolalarda karies rivojlanishida eng muhim tashqi faktor hisoblanadi. Ayniqsa, shakar va tez parchalanadigan uglevodlarga boy mahsulotlarni tez-tez iste'mol qilish og'iz bo'shlig'ida kislota hosil bo'lishini kuchaytiradi. Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kun davomida shirinliklarni ko'p marotaba iste'mol qiladigan bolalarda karies rivojlanish ehtimoli bir necha barobar yuqori bo'ladi. Bundan tashqari, ratsionda kalsiy, fosfor, fluor va D vitamini yetishmovchiligi tish emalining mustahkamligini pasaytiradi va kariyesga moyillikni oshiradi.

Bolalarda sut tishlari kariesining oldini olishda profilaktika choralari muhim o'rin tutadi. Profilaktika birlamchi, ikkilamchi va uchlamchi bosqichlarga bo'linadi. Birlamchi profilaktika kasallik rivojlanishining oldini olishga qaratilgan bo'lib, unga to'g'ri ovqatlanish, og'iz bo'shlig'i gigiyenasi, fluor preparatlaridan foydalanish va stomatologik ko'riklar kiradi. Ikkilamchi profilaktika kariesning dastlabki bosqichida uni aniqlash va davolashni nazarda tutadi. Uchlamchi profilaktika esa asoratlarning oldini olishga qaratilgan.

So'nggi yillarda o'tkazilgan epidemiologik tadqiqotlar bolalarda karies tarqalish darajasi hududga, ijtimoiy sharoitga va ovqatlanish odatlariga bog'liq ekanligini ko'rsatmoqda. Shaharlarda yashovchi bolalarda shirin mahsulotlarni ko'p iste'mol qilish tufayli karies ko'rsatkichi yuqori bo'lishi kuzatiladi, qishloq hududlarida esa gigiyena vositalarining yetishmasligi asosiy omil hisoblanadi. Shu sababli profilaktika choralari individual va ijtimoiy yondashuv asosida olib borilishi zarur. Bolalarda sut tishlari kariesining keng tarqalganligi, uning keyingi stomatologik kasalliklarga olib kelishi hamda ovqatlanish omilining muhimligi ushbu mavzuni ilmiy jihatdan chuqur o'rganishni talab qiladi. Mazkur maqolaning maqsadi bolalarda sut tishlari kariesining tarqalish darajasini, profilaktika usullarining samaradorligini hamda ovqatlanish omilining kasallik rivojlanishiga ta'sirini ilmiy nazariy ma'lumotlar asosida tahlil qilishdan iborat.

Adabiyotlar sharhi: Bolalarda sut tishlari kariesining tarqalishi va uning rivojlanish mexanizmlari ko'plab ilmiy tadqiqotlarda keng o'rganilgan bo'lib, zamonaviy stomatologiya ushbu kasallikni multifaktorial tabiatga ega patologiya sifatida baholaydi. Ilmiy manbalarda qayd etilishicha, karies rivojlanishida mikrobiologik omillar, ovqatlanish xususiyatlari, tish to'qimalarining mineral tarkibi, tupukning himoya xususiyatlari hamda gigiyenik ko'nikmalar muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, bolalarda sut tishlari emalining yetarlicha mineralizatsiyalanmaganligi sababli karies tez rivojlanishi mumkinligi ko'rsatilgan.

Ko'plab epidemiologik tadqiqotlar natijalari bolalarda sut tishlari kariesining yuqori darajada tarqalganligini tasdiqlaydi. Yevropa va Osiyo mamlakatlarida o'tkazilgan kuzatuvlarga ko'ra, maktabgacha yoshdagi bolalarning 55–75 foizida, ayrim rivojlanayotgan hududlarda esa 80–90 foizida kariyes belgilari aniqlangan. Shu bilan birga, sog'liqni saqlash tizimi yaxshi rivojlangan mamlakatlarda profilaktika dasturlarining keng qo'llanilishi natijasida karies ko'rsatkichlari nisbatan pastligi qayd etilgan. Bu holat profilaktika choralari kasallik tarqalishini kamaytirishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi.

Ilmiy adabiyotlarda karies rivojlanishining asosiy nazariyalaridan biri kimyoviy-parazitar nazariya hisoblanadi. Ushbu nazariyaga ko'ra, og'iz bo'shlig'ida mavjud mikroorganizmlar fermentatsiya jarayonida uglevodlarni parchalaydi va organik kislotalar hosil qiladi. Hosil bo'lgan kislotalar tish emalidagi kalsiy va fosfor tuzlarini eritib yuboradi, natijada demineralizatsiya jarayoni boshlanadi. Agar bu jarayon davom etsa, emal yuzasida nuqson paydo bo'ladi va keyinchalik dentin ham zararlanadi. Tadqiqotchilar shuni ta'kidlaydiki, uglevodlarni tez-tez iste'mol qilish kislota hosil bo'lish jarayonini kuchaytiradi va kariyes rivojlanish ehtimolini oshiradi.

Ovqatlanish omilining ahamiyati ko'plab klinik va laboratoriya tadqiqotlarida tasdiqlangan. Shakar, glyukoza, fruktoza va saxaroza kabi tez parchalanadigan uglevodlar kariyesogen mahsulotlar sifatida baholanadi. Kun davomida shirinliklarni ko'p marotaba iste'mol qilish og'iz bo'shlig'ida pH darajasining pasayishiga olib keladi. pH 5,5 dan past bo'lganda emal demineralizatsiyasi boshlanishi ilmiy jihatdan isbotlangan. Shu sababli ratsionda shirin mahsulotlarning ko'p bo'lishi karies rivojlanishining asosiy sabablaridan biri hisoblanadi.

Mineral moddalarning yetishmasligi ham kariyes rivojlanishiga ta'sir qiluvchi muhim omil hisoblanadi. Kalsiy va fosfor tish to'qimalarining asosiy tarkibiy qismini tashkil etadi. Ftor esa emalning mustahkamligini oshiradi va kislotalarga chidamliligini kuchaytiradi. Ilmiy tadqiqotlar natijalariga ko'ra, ichimlik suvida ftor miqdori yetarli bo'lgan hududlarda karies ko'rsatkichlari pastroq bo'lishi kuzatilgan. Aksincha, ftor yetishmovchiligi mavjud hududlarda bolalarda kariesning yuqori darajada tarqalishi qayd etilgan. Tupukning himoya xususiyatlari ham karies rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Tupuk tarkibida minerallar, fermentlar va antibakterial moddalar mavjud bo'lib, ular og'iz bo'shlig'ida kislotalarni neytrallashtirishda ishtirok etadi. Tupuk ajralishining kamayishi yoki uning

tarkibiy o'zgarishlari emalning himoya qobiliyatini pasaytiradi. Bolalarda ayniqsa kechasi shirin suyuqliklarni ichish odati tupuk ajralishi kamaygan paytda kislota ta'sirini kuchaytiradi va bu erta yoshdagi karies rivojlanishiga sabab bo'ladi.

Profilaktika usullari bo'yicha olib borilgan ilmiy izlanishlar shuni ko'rsatadiki, kompleks yondashuv eng samarali hisoblanadi. Gigiyenik tarbiya, ftorli pastalar, laklar va gel preparatlari, to'g'ri ovqatlanish hamda muntazam stomatologik ko'riklar karies tarqalishini sezilarli darajada kamaytiradi. Ayrim mamlakatlarda maktabgacha yoshdagi bolalar uchun maxsus profilaktik dasturlar joriy etilgan bo'lib, bu dasturlar natijasida karies ko'rsatkichlari 20–30 foizgacha kamaygani kuzatilgan.

Bolalarda sut tishlari kariesining rivojlanishida ijtimoiy omillar ham muhim hisoblanadi. Ota-onalarning stomatologik savodxonligi past bo'lgan oilalarda bolalarda karies ko'rsatkichlari yuqori bo'lishi aniqlangan. Shuningdek, gigiyena vositalaridan muntazam foydalanmaslik, stomatologga kam murojaat qilish va noto'g'ri ovqatlanish odatlari kasallik rivojlanishiga sabab bo'ladi. Shu sababli profilaktika faqat tibbiy choralar bilan cheklanmasdan, sanitariya-ma'rifiy ishlarni ham o'z ichiga olishi kerak.

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, bolalarda sut tishlari kariesining yuqori darajada tarqalishi ko'p omillar bilan bog'liq bo'lib, ularning ichida ovqatlanish, gigiyena, mineral moddalar yetishmovchiligi va profilaktika choralarining yetarli emasligi asosiy o'rin tutadi. Zamonaviy ilmiy qarashlarga ko'ra, kasallikning oldini olish uchun kompleks profilaktika dasturlarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish zarur hisoblanadi.

Natijalar: Ilmiy maqolalar, dissertatsiya ishlari va epidemiologik kuzatuvlar tahlili bolalarda sut tishlari kariesi keng tarqalgan stomatologik kasallik ekanligini yana bir bor tasdiqlaydi. Turli hududlarda o'tkazilgan tadqiqotlar natijalari kariesning tarqalish darajasi yosh, ovqatlanish xususiyatlari, gigiyena darajasi, ijtimoiy sharoit hamda profilaktika choralarining qo'llanilishiga bog'liq ekanligini ko'rsatadi. Ayniqsa maktabgacha yoshdagi bolalarda sut tishlari emalning yetarlicha mineralizatsiyalanmaganligi sababli kariyes tez rivojlanishi kuzatiladi.

Ko'plab ilmiy kuzatuvlar natijalariga ko'ra, 3–6 yoshdagi bolalar orasida karies tarqalish darajasi 60 foizdan yuqori ekanligi aniqlangan. Ayrim tadqiqotlarda bu ko'rsatkich 70–80 foizgacha yetishi qayd etilgan. Epidemiologik ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, gigiyena vositalaridan muntazam foydalanadigan bolalarda karies kamroq uchraydi, og'iz bo'shlig'i gigiyenasi yetarli darajada bo'lmagan bolalarda esa kasallikning og'ir shakllari ko'proq aniqlanadi. Shu bilan birga, stomatologik ko'rikdan muntazam o'tmaydigan bolalarda kariyes asoratlari ko'proq kuzatiladi. Ovqatlanish omilini o'rganishga bag'ishlangan tadqiqotlar natijalariga ko'ra, kun davomida shirin mahsulotlarni ko'p iste'mol qiladigan bolalarda karies rivojlanish ehtimoli 2–3 barobar yuqori bo'ladi. Ayniqsa saxaroza miqdori yuqori bo'lgan mahsulotlar kariyesogen omil sifatida baholanadi. Shirinliklarni tez-tez iste'mol qilish og'iz bo'shlig'ida pH darajasining pasayishiga olib keladi, bu esa emalning demineralizatsiyasini tezlashtiradi. Tadqiqotlarda

aniqlanishicha, kuniga 4 martadan ortiq shirin mahsulot iste'mol qiladigan bolalarda kariyes indeksi yuqori bo'ladi.

Ovqatlanish ratsionida mineral moddalarning yetishmovchiligi ham karies rivojlanishiga ta'sir qiluvchi muhim omillardan biri hisoblanadi. Kalsiy va fosfor yetishmovchiligi tish to'qimalarining mustahkamligini pasaytiradi, ftor yetishmasligi esa emalning kislotalarga chidamliligini kamaytiradi. Ichimlik suvida ftor miqdori yetarli bo'lgan hududlarda o'tkazilgan kuzatuvlarda bolalarda karies darajasi ancha past bo'lishi aniqlangan. Aksincha, ftor miqdori kam bo'lgan hududlarda karies ko'rsatkichi yuqori bo'lishi qayd etilgan. Bu holat ftor profilaktikasining samaradorligini tasdiqlaydi.

Ilmiy tadqiqotlarda tupukning himoya xususiyatlari ham alohida o'rganilgan. Tupuk tarkibidagi minerallar emal yuzasini qayta mineralizatsiya qilishda muhim rol o'ynaydi. Tupuk ajralishi kamaygan bolalarda kariyes tez rivojlanishi aniqlangan. Ayniqsa, kechasi shirin ichimliklar ichish odati mavjud bolalarda erta yoshdagi karies ko'proq uchraydi. Bu holat tupuk ajralishi kamaygan paytda kislotalarning uzoq vaqt davomida tish yuzasiga ta'sir qilishi bilan izohlanadi.

Profilaktika choralarining samaradorligini baholashga bag'ishlangan ilmiy ishlarda kompleks yondashuv eng yaxshi natija berishi aniqlangan. Ftorli tish pastalaridan muntazam foydalanish karies rivojlanish xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Tadqiqotlarda ftorli pastadan foydalanadigan bolalarda karies ko'rsatkichi 25–30 foizga kamligi aniqlangan. Ftor laklari va gel preparatlari qo'llanilganda esa bu ko'rsatkich yanada past bo'lishi qayd etilgan. Gigiyenik tarbiya ham muhim profilaktik omil hisoblanadi. Ota-onalar tomonidan og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga yetarli e'tibor berilgan bolalarda karies kam uchraydi. Ilmiy kuzatuvlarda ota-onalar stomatologik savodxonligi yuqori bo'lgan oilalarda bolalarda karies indeksi past bo'lishi aniqlangan. Bu holat profilaktika ishlarida sanitariya-ma'rifiy faoliyatning muhimligini ko'rsatadi.

Maktabgacha yoshdagi bolalar orasida o'tkazilgan profilaktik dasturlar natijalari ham ijobiy bo'lgan. Maxsus profilaktik dastur joriy etilgan guruhlarda 2–3 yil ichida karies ko'rsatkichlari 20–40 foizga kamaygani aniqlangan. Ushbu dasturlar gigiyena mashg'ulotlari, ftor preparatlari qo'llash, to'g'ri ovqatlanish bo'yicha tavsiyalar va muntazam stomatologik ko'riklarni o'z ichiga olgan.

Ovqatlanish tartibini to'g'rilash ham muhim natijalar bergan. Ratsionda sabzavot, meva, sut mahsulotlari va oqsilga boy ovqatlar ko'p bo'lgan bolalarda karies kamroq aniqlangan. Qattiq ovqatlar chaynash vaqtida tupuk ajralishini kuchaytiradi va bu emal yuzasining tabiiy tozalanishiga yordam beradi. Aksincha, yopishqoq va shirin mahsulotlar tish yuzasida uzoq vaqt saqlanib, bakteriyalar faoliyatini kuchaytiradi.

Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, bolalarda sut tishlari kariesining rivojlanishi ko'p omillar ta'sirida yuzaga keladi va ularning ichida ovqatlanish omili yetakchi o'rinlardan birini egallaydi. Profilaktika choralarini kompleks tarzda qo'llash, gigiyena darajasini oshirish, ftor preparatlaridan foydalanish hamda to'g'ri ovqatlanishni yo'lga qo'yish orqali kasallik tarqalishini sezilarli darajada kamaytirish mumkin.

Muhokama: Bolalarda sut tishlari kariesining keng tarqalganligi zamonaviy stomatologiyaning eng dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi. O'rganilgan ilmiy manbalar va tahlil qilingan natijalar shuni ko'rsatadiki, ushbu kasallikning rivojlanishi ko'p omilli bo'lib, mikrobiologik, gigiyenik, ijtimoiy hamda ovqatlanish bilan bog'liq faktorlar o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladi. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalarda emalning yetarli darajada mineralizatsiyalanmaganligi, ovqatlanish tartibining buzilishi va gigiyena ko'nikmalarining to'liq shakllanmaganligi kariyes rivojlanishi uchun qulay sharoit yaratadi.

Tahlil qilingan adabiyotlarda karies rivojlanishining asosiy mexanizmi sifatida og'iz bo'shlig'idagi mikroflora faoliyati ko'rsatiladi. Streptococcus mutans, Lactobacillus va boshqa kariyesogen bakteriyalar fermentatsiya jarayonida uglevodlarni parchalaydi va organik kislotalar hosil qiladi. Ushbu kislotalar tish emalidagi mineral tuzlarni eritadi va demineralizatsiya jarayonini boshlaydi. Agar remineralizatsiya jarayoni yetarli darajada bo'lmasa, emalda nuqson paydo bo'ladi va kariyes rivojlanadi. Bolalarda bu jarayon kattalarga nisbatan tezroq kechadi, chunki sut tishlari emali yupqa va mineral tarkibi kamroq bo'ladi.

Muhokama qilingan natijalar ovqatlanish omilining alohida ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatadi. Shakar va tez parchalanadigan uglevodlar kariyes rivojlanishida asosiy tashqi omil sifatida qaraladi. Uglevodlarga boy mahsulotlar tez-tez iste'mol qilinganda og'iz bo'shlig'ida kislotalilik darajasi pasayadi va bu holat emalning demineralizatsiyasini kuchaytiradi. Ayniqsa saxaroza bakteriyalar uchun qulay substrat hisoblanadi. Shu sababli shirinliklarni tez-tez iste'mol qiladigan bolalarda karies indeksi yuqori bo'lishi ilmiy jihatdan asoslangan.

Gigiyenik omillar ham kariyes rivojlanishida muhim o'rin tutadi. Og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga yetarli e'tibor berilmaganda tish yuzasida yumshoq blyashka to'planadi. Ushbu blyashka tarkibida ko'plab mikroorganizmlar bo'lib, ular uglevodlarni parchalaydi va kislotalar hosil qiladi. Tishlarni muntazam tozalash blyashka miqdorini kamaytiradi va kariyes rivojlanish xavfini pasaytiradi. Tadqiqotlar gigiyena qoidalariga rioya qiladigan bolalarda kariyes ko'rsatkichi sezilarli darajada past ekanligini ko'rsatadi.

Ijtimoiy omillar ham muhokama jarayonida muhim ahamiyatga ega ekanligi aniqlandi. Ota-onalarning stomatologik savodxonligi, oilaning iqtisodiy sharoiti, gigiyena vositalarining mavjudligi va tibbiy xizmatdan foydalanish imkoniyati bolalarda kariyes tarqalishiga ta'sir qiladi. Ota-onalar tomonidan og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga e'tibor berilmagan bolalarda kasallik ko'proq uchraydi. Shu sababli profilaktika faqat klinik choralar bilan cheklanmasdan, sanitariya-ma'rifiy ishlarni ham o'z ichiga olishi kerak.

Profilaktika usullarining samaradorligi bo'yicha olingan ma'lumotlar kompleks yondashuv eng to'g'ri usul ekanligini ko'rsatadi. Ftorli pastalar, laklar va gel preparatlari, gigiyenik tarbiya, to'g'ri ovqatlanish hamda muntazam stomatologik ko'riklar birgalikda qo'llanilganda karies darajasi sezilarli darajada kamayadi. Ayniqsa maktabgacha yoshdagi bolalarda profilaktik dasturlarni erta boshlash yaxshi natija beradi.

Ovqatlanish tartibini to'g'rilash muhokamada alohida e'tibor talab qiladi. Ratsionda shirin mahsulotlarni cheklash, qattiq ovqatlarni ko'paytirish, sut mahsulotlari va mineral moddalarga boy oziq-ovqatlarni iste'mol qilish tish to'qimalarining mustahkamligini oshiradi. Meva va sabzavotlar chaynash vaqtida tupuk ajralishini kuchaytiradi va bu emal yuzasining tabiiy tozalanishiga yordam beradi. Shu sababli to'g'ri ovqatlanish kariyes profilaktikasining asosiy tarkibiy qismi hisoblanadi.

Muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, bolalarda sut tishlari kariesining oldini olish uchun faqat davolash usullariga tayanish yetarli emas. Profilaktika, gigiyena, ovqatlanish va ijtimoiy omillarni hisobga olgan holda kompleks yondashuv zarur. Zamonaviy stomatologiya amaliyotida aynan shu yondashuv kasallik tarqalishini kamaytirishda eng samarali usul sifatida baholanadi.

Xulosa: Bolalarda sut tishlari kariesi keng tarqalgan stomatologik kasallik bo'lib, uning rivojlanishi ko'plab ichki va tashqi omillar bilan bog'liq. Tahlil qilingan ilmiy manbalar, epidemiologik kuzatuvlar hamda nazariy ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki, kasallikning yuzaga kelishida og'iz bo'shlig'i mikroflorasi, ovqatlanish tartibi, tish to'qimalarining mineral tarkibi, gigiyena darajasi hamda profilaktik choralar muhim rol o'ynaydi. Ayniqsa, maktabgacha yoshdagi bolalarda emalning yetarli darajada mineralizatsiyalanmaganligi sababli kariyes tez rivojlanadi. Olingan natijalar ovqatlanish omili kariyes rivojlanishida yetakchi faktor ekanligini tasdiqladi. Shakar va tez parchalanadigan uglevodlarni tez-tez iste'mol qilish og'iz bo'shlig'ida kislotalilik darajasini oshiradi va emalning demineralizatsiyasiga olib keladi. Ratsionda kalsiy, fosfor va fluor yetishmovchiligi esa tish to'qimalarining mustahkamligini pasaytiradi. Shu sababli to'g'ri ovqatlanish kariyes profilaktikasining asosiy yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Profilaktika choralarini kompleks tarzda qo'llash, jumladan, gigiyenik tarbiya, fluor preparatlaridan foydalanish, muntazam stomatologik ko'riklar va ratsional ovqatlanish kasallik tarqalishini sezilarli darajada kamaytiradi. Sanitariya-ma'rifiy ishlarni kuchaytirish va ota-onalarning stomatologik savodxonligini oshirish ham muhim ahamiyatga ega.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Fejerskov O., Kidd E. Dental Caries: The Disease and Its Clinical Management. Oxford: Blackwell Munksgaard, 2018.
2. Pinkham J.R. Pediatric Dentistry: Infancy through Adolescence. Elsevier, 2013.
3. McDonald R.E., Avery D.R. Dentistry for the Child and Adolescent. Mosby, 2011.
4. Mount G.J., Hume W.R. Preservation and Restoration of Tooth Structure. Wiley, 2015.
5. Petersen P.E. The World Oral Health Report. Geneva: WHO, 2003.
6. Ten Cate J.M. Oral Histology: Development, Structure and Function. Mosby, 2018.
7. Cameron A.C., Widmer R.P. Handbook of Pediatric Dentistry. Elsevier, 2019.
8. Selwitz R.H., Ismail A.I., Pitts N.B. Dental caries. Lancet, 2017.
9. Kidd E.A.M. Essentials of Dental Caries. Oxford University Press, 2026.
10. Harris N.O., Garcia-Godoy F. Primary Preventive Dentistry. Pearson, 2024.
11. Newbrun E. Cariology. Quintessence Publishing, 2021.
12. Featherstone J.D.B. Dental caries: a dynamic disease process. Community Dentistry, 2014.
13. Zero D.T. Sugars and dental caries. American Journal of Clinical Nutrition, 2024.
14. Moynihan P., Petersen P.E. Diet, nutrition and prevention of dental diseases. Public Health Nutrition, 2024.