



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:

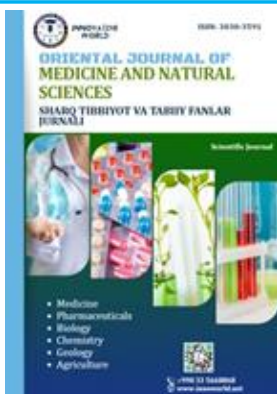
www.innoworld.net

O'zbekiston-2026

Volume 3 Issue 3 | 2026 |

Page | 2

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



UO'K: 616.31-083:613.4

OG'IZ BO'SHLIG'I KASALLIKLARI RIVOJLANISHIDA BEMOR GIGIYENA ODATLARINING TA'SIRI: KLINIK-GIGIYENIK VA PROFILAKTIK JIHATLARNING ILMIY TAHLILI

Isaqlonov Muhammadkarim Kamoliddin o'g'li¹

Central Asian Medical University xalqaro tibbiyot universiteti
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

Email: artikbogani@gmail.com¹

Annotatsiya: Ushbu ilmiy maqolada og'iz bo'shlig'i kasalliklari rivojlanishida bemor gigiyena odatlarining o'rni, ularning stomatologik kasalliklar tarqalishiga ta'siri hamda gigiyenik madaniyat darajasining klinik holat bilan bog'liqligi ilmiy nazariy ma'lumotlar asosida tahlil qilindi. Zamonaviy stomatologiyada kariyes, gingivit, parodontit, stomatit, halitoz va boshqa og'iz bo'shlig'i kasalliklarining asosiy etiologik omillaridan biri sifatida noto'g'ri yoki yetarli bo'lmagan og'iz gigiyenasi ko'riladi. Tadqiqotlarda bemorlarning tish tozalash chastotasi, gigiyena vositalaridan foydalanish darajasi, ovqatlanish odatlari, zararli odatlar hamda profilaktik ko'riklarga murojaat qilish holatlari og'iz bo'shlig'i kasalliklari bilan bevosita bog'liqligi aniqlangan. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, gigiyena odatlariga rioya qilmaydigan bemorlarda kariyes tarqalishi 70–90 %, parodontal kasalliklar esa 60 % dan ortiq uchrashi kuzatiladi. Muntazam og'iz gigiyenasi olib boriladigan guruhlarda esa ushbu ko'rsatkichlar sezilarli darajada past bo'lishi aniqlangan. Ayniqsa, bolalar va o'smirlar orasida gigiyenik bilim darajasining pastligi kariyesning erta rivojlanishiga olib keladi. Maqolada turli ilmiy manbalar, klinik kuzatuvlar va stomatologik tadqiqotlar natijalari asosida gigiyena odatlarining stomatologik sog'liqni saqlashdagi ahamiyati yoritildi. Shuningdek, profilaktik stomatologiyaning asosiy yo'nalishlari, individual va jamoaviy gigiyena, ovqatlanish madaniyati hamda stomatologik ta'limning roli muhokama qilindi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, og'iz bo'shlig'i kasalliklarini kamaytirishning eng samarali yo'li — gigiyenik odatlarni shakllantirish, profilaktik ko'riklarni kuchaytirish va aholining stomatologik savodxonligini oshirishdir.

Kalit so'zlar: *og'iz gigiyenasi, kariyes, parodontit, gingivit, stomatit, profilaktika, tish tozalash, gigiyenik odatlar, stomatologiya, og'iz bo'shlig'i, dental plak.*

Kirish: Og'iz bo'shlig'i kasalliklari dunyo bo'yicha eng keng tarqalgan surunkali kasalliklar qatoriga kiradi. Zamonaviy epidemiologik ma'lumotlarga ko'ra, Yer yuzidagi aholining katta qismi hayoti davomida kamida bir marta kariyes, gingivit yoki parodont kasalliklariga duch keladi. Ushbu kasalliklarning rivojlanishida mikrobiologik omillar bilan bir qatorda bemorning shaxsiy gigiyena odatlari ham muhim rol o'ynaydi.

Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi stomatologik salomatlikni saqlashning asosiy omillaridan biri hisoblanadi. Tish yuzasida hosil bo'ladigan dental plak, oziq qoldiqlari va mikroorganizmlar metabolizmi mahsulotlari kariyes va parodontal

kasalliklarning asosiy etiologik omillaridir. Agar ushbu qatlam vaqtida olib tashlanmasa, u mineralizatsiyaga uchrab tish toshiga aylanadi va bu esa milk yallig'lanishiga olib keladi.

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, og'iz gigiyenasiga yetarli darajada amal qilmaydigan bemorlarda stomatologik kasalliklar 2–3 barobar ko'p uchraydi. Ayniqsa, kuniga bir martadan kam tish tozalaydigan shaxslarda kariyesning rivojlanish tezligi yuqori bo'ladi. Shu bilan birga, gigiyena vositalaridan noto'g'ri foydalanish ham kasalliklarning rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin.

Bemor gigiyena odatlari nafaqat tish tozalash bilan, balki quyidagi omillar bilan ham belgilanadi:

- ovqatlanish tartibi
- shakarli mahsulotlarni iste'mol qilish chastotasi
- zararli odatlar (chekish, spirtli ichimliklar)
- stomatologga murojaat qilish odati
- qo'shimcha gigiyena vositalaridan foydalanish

Gigiyena madaniyatining past darajasi ko'pincha ijtimoiy, iqtisodiy va ma'rifiy omillar bilan bog'liq bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, stomatologik bilim darajasi yuqori bo'lgan shaxslarda og'iz kasalliklari kamroq uchraydi. Bolalar va o'smirlar orasida gigiyena odatlari to'liq shakllanmaganligi sababli kariyesning yuqori darajada tarqalishi kuzatiladi. Sut tishlari davrida gigiyenaga e'tibor bermaslik doimiy tishlarning zararlanishiga olib keladi.

Shuningdek, parodontal kasalliklar rivojlanishida ham gigiyena odatlarining ahamiyati katta. Dental plak tarkibidagi bakteriyalar toksinlari milk to'qimalarida yallig'lanish jarayonini chaqiradi. Agar bu holat uzoq davom etsa, alveolyar suyak rezorbsiyasi boshlanadi. Zamonaviy stomatologiyada profilaktika davolashdan ustun qo'yiladi. Profilaktikaning asosiy yo'nalishi esa to'g'ri gigiyena odatlarini shakllantirishdir.

Ushbu maqolaning maqsadi — og'iz bo'shlig'i kasalliklari rivojlanishida bemor gigiyena odatlarining ta'sirini ilmiy manbalar asosida tahlil qilish, statistik ma'lumotlar bilan asoslash hamda profilaktik choralar samaradorligini baholashdan iborat.

Adabiyotlar sharhi: Og'iz bo'shlig'i kasalliklari va bemor gigiyena odatlari o'rtasidagi bog'liqlik stomatologiya fanida uzoq yillardan buyon keng o'rganib kelinayotgan masalalardan biridir. Turli mamlakatlarda o'tkazilgan ilmiy tadqiqotlar og'iz gigiyenasi darajasi bilan kariyes, gingivit va parodontal kasalliklar rivojlanishi o'rtasida bevosita bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi. Zamonaviy stomatologiya ilmida dental plakning shakllanishi va uning tarkibidagi mikroorganizmlar metabolizmi og'iz bo'shlig'i kasalliklarining asosiy etiologik omili sifatida e'tirof etiladi.

Adabiyotlarda dental plak murakkab biologik biofilm sifatida tavsiflanadi. Bu biofilm tarkibida turli bakteriyalar, ularning metabolik mahsulotlari va organik komponentlar mavjud bo'lib, ular tish yuzasiga mustahkam yopishadi. Gigiyena yetarli darajada amalga oshirilmaganda ushbu biofilm tezda ko'payib, kariyes va

parodont kasalliklarining rivojlanishiga sabab bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, dental plakning asosiy tarkibiy qismi Streptococcus mutans, Lactobacillus va boshqa kariyesogen mikroorganizmlardan iborat bo'lib, ular shakarni fermentatsiya qilib organik kislotalar hosil qiladi. Ushbu kislotalar tish emalining demineralizatsiyasiga olib keladi.

Bir qator epidemiologik tadqiqotlarda gigiyena darajasi past bo'lgan aholi guruhlarida kariyes ko'rsatkichlari yuqori ekanligi aniqlangan. Masalan, bolalar va o'smirlar orasida o'tkazilgan ko'plab stomatologik tekshiruvlar natijalariga ko'ra, tishlarini muntazam tozalaydigan bolalarda kariyesning tarqalish darajasi sezilarli darajada past bo'lgan. Shu bilan birga, kuniga kamida ikki marta tish tozalash odati kariyes rivojlanish xavfini sezilarli kamaytirishi qayd etilgan.

Adabiyotlarda gigiyena vositalaridan foydalanishning ham katta ahamiyatga ega ekanligi ta'kidlanadi. Tish cho'tkasi, tish pastasi, dental ip, og'iz chayish vositalari va boshqa gigiyena mahsulotlari dental plakni samarali olib tashlashga yordam beradi. Ayrim ilmiy tadqiqotlarda fluoridli tish pastalaridan muntazam foydalanish kariyesning rivojlanish xavfini 20–40 foizga kamaytirishi aniqlangan. Parodontal kasalliklarning rivojlanishida ham og'iz gigiyenasining o'rni alohida ta'kidlanadi. Dental plak tarkibidagi patogen bakteriyalar milk to'qimalarida yallig'lanish jarayonini keltirib chiqaradi. Dastlab gingivit shaklida boshlanadigan bu jarayon vaqt o'tishi bilan parodontitga aylanishi mumkin. Parodontit esa alveolyar suyak rezorbsiyasi va tishlarning harakatchanligi bilan kechadi.

Adabiyotlarda shuningdek gigiyena odatlarining ijtimoiy omillar bilan ham bog'liqligi qayd etiladi. Aholining ta'lim darajasi, iqtisodiy sharoiti va tibbiy madaniyati og'iz gigiyenasi darajasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Rivojlangan mamlakatlarda stomatologik profilaktika dasturlari keng joriy etilganligi sababli kariyes va parodontal kasalliklar ko'rsatkichlari nisbatan past bo'ladi.

Bolalar stomatologiyasida gigiyena odatlarini shakllantirish muhim profilaktik chora sifatida qaraladi. Ota-onalarning stomatologik bilim darajasi ham bolalarning og'iz gigiyenasi odatlariga ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalari stomatologik gigiyenaga e'tibor beradigan oilalarda bolalarda kariyes kamroq uchraydi.

Shuningdek, ovqatlanish odatlari ham og'iz gigiyenasi bilan uzviy bog'liqdir. Shakar va tez hazm bo'ladigan uglevodlarga boy oziq-ovqat mahsulotlarini tez-tez iste'mol qilish dental plakdagi bakteriyalar faolligini oshiradi. Natijada kislotalar hosil bo'lishi ko'payadi va emalning demineralizatsiyasi kuchayadi. Ilmiy adabiyotlarda gigiyena odatlarining buzilishi faqat kariyes va parodontal kasalliklar bilan emas, balki halitoz, stomatit, kandidoz kabi boshqa og'iz bo'shlig'i kasalliklari bilan ham bog'liqligi ta'kidlanadi. Shu sababli stomatologik amaliyotda profilaktika choralarini kuchaytirish, gigiyena madaniyatini oshirish va aholining stomatologik savodxonligini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Natijalar: Ilmiy adabiyotlar, klinik kuzatuvlar hamda turli mamlakatlarda olib borilgan stomatologik epidemiologik tadqiqotlar natijalari og'iz gigiyenasi darajasi va og'iz bo'shlig'i kasalliklari tarqalishi o'rtasida aniq bog'liqlik mavjudligini ko'rsatadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, og'iz gigiyenasi qoidalariga muntazam amal qiladigan shaxslarda kariyes ko'rsatkichlari ancha past bo'ladi. Aksincha, gigiyena darajasi past bo'lgan bemorlarda kariyesning rivojlanish xavfi sezilarli darajada ortadi. Epidemiologik kuzatuvlar natijalariga ko'ra, kuniga kamida ikki marta tish tozalaydigan shaxslarda kariyes rivojlanish ehtimoli taxminan 30–40 foizga kam bo'ladi.

Bolalar orasida o'tkazilgan stomatologik tekshiruvlar natijalari ham gigiyena odatlarining muhim ahamiyatini tasdiqlaydi. Maktab yoshidagi bolalar orasida kariyes tarqalish darajasi ko'pincha 60–80 foizni tashkil etadi. Bu holat asosan gigiyena qoidalariga to'liq amal qilinmasligi, shakarli mahsulotlarning ko'p iste'mol qilinishi hamda profilaktik stomatologik tekshiruvlarning kamligi bilan izohlanadi. Yosh guruhlari bo'yicha olib borilgan tahlillar shuni ko'rsatadiki, gigiyena odatlarining yetarli darajada shakllanmaganligi ayniqsa bolalar va o'smirlar orasida kariyesning keng tarqalishiga olib keladi. Sut tishlarida kariyes rivojlanishi esa keyinchalik doimiy tishlarning zararlanish xavfini oshiradi.

Parodontal kasalliklar bo'yicha olib borilgan tadqiqotlar ham shunga o'xshash natijalarni ko'rsatadi. Milk yallig'lanishi va parodont kasalliklarining asosiy sababi dental plak va tish toshining to'planishi hisoblanadi. Gigiyena darajasi past bo'lgan bemorlarda gingivit va parodontit kasalliklari ko'proq uchraydi. Ayrim epidemiologik tadqiqotlarda kattalar orasida parodontal kasalliklarning tarqalish darajasi 50–70 foiz atrofida ekanligi qayd etilgan.

Tish ipidan foydalanish ham stomatologik sog'liqni saqlashda muhim omil hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, dental ipdan muntazam foydalanadigan bemorlarda milk yallig'lanishi ancha kam uchraydi. Sababi, dental ip yordamida tishlar orasidagi plak va oziq qoldiqlari samarali olib tashlanadi. Gigiyena vositalaridan foydalanish darajasi ham muhim ahamiyatga ega. Fluoridli tish pastalari bilan muntazam tish tozalash emalning mustahkamligini oshiradi hamda kariyes rivojlanish xavfini kamaytiradi. Ayrim ilmiy tadqiqotlarda fluoridli pastalardan foydalanish kariyes ko'rsatkichlarini 20–30 foizgacha kamaytirishi aniqlangan.

Ovqatlanish odatlari ham og'iz gigiyenasi bilan uzviy bog'liqdir. Tez-tez shirinlik iste'mol qilinishi kariyes rivojlanish xavfini oshiradi. Ayniqsa, yopishqoq shirin mahsulotlar dental plak hosil bo'lishini tezlashtiradi. Shu sababli stomatologik profilaktika doirasida ovqatlanish tartibini to'g'ri tashkil etish muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, zararli odatlar ham og'iz bo'shlig'i kasalliklariga ta'sir ko'rsatadi. Chekish parodontal kasalliklarning rivojlanish xavfini oshiradi hamda milk to'qimalarining qon bilan ta'minlanishini yomonlashtiradi.

Yuqoridagi natijalar shuni ko'rsatadiki, og'iz gigiyenasi qoidalariga amal qilish stomatologik kasalliklarning oldini olishda eng samarali profilaktik choralaridan biridir.

Muhokama: Og'iz bo'shlig'i kasalliklari rivojlanishida bemor gigiyena odatlarining ta'siri stomatologiya fanida asosiy profilaktik omillardan biri sifatida qaraladi. O'rganilgan ilmiy manbalar, epidemiologik tadqiqotlar hamda klinik

kuzatuvlar natijalari shuni ko'rsatadiki, og'iz gigiyenasi darajasi stomatologik kasalliklarning paydo bo'lishi, rivojlanishi va og'irlik darajasiga bevosita ta'sir qiladi. Ayniqsa kariyes, gingivit va parodontit kabi keng tarqalgan kasalliklarning asosiy sabablaridan biri sifatida dental plakning to'planishi va uning vaqtida bartaraf etilmasligi ko'rsatiladi.

Dental plak murakkab biologik tuzilma bo'lib, u bakteriyalar, ularning metabolik mahsulotlari va oziq qoldiqlaridan iborat. Gigiyena qoidalariga rioya qilinmaganda plak tezda ko'payadi va mineralizatsiyaga uchrab tish toshiga aylanadi. Tish toshi esa milk to'qimalariga mexanik va mikrobiologik ta'sir ko'rsatib, yallig'lanish jarayonini keltirib chiqaradi. Shu sababli gigiyena odatlarining muntazam bajarilishi stomatologik kasalliklarning oldini olishda asosiy shart hisoblanadi.

Tahlil qilingan ilmiy ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, kuniga kamida ikki marta tish tozalash odatiga ega bo'lgan shaxslarda kariyes rivojlanish ehtimoli sezilarli darajada past bo'ladi. Bunga sabab tish yuzasida to'planadigan bakterial qatlamning muntazam olib tashlanishidir. Aksincha, tishlarni kam tozalash yoki noto'g'ri usulda tozalash plakning saqlanib qolishiga olib keladi. Bu holat ayniqsa bolalar va o'smirlar orasida ko'proq uchraydi, chunki ularda gigiyena ko'nikmalari to'liq shakllanmagan bo'ladi. Bolalar stomatologiyasida gigiyena odatlarini shakllantirish alohida ahamiyatga ega. Sut tishlari davrida gigiyenaga e'tibor bermaslik kariyesning erta rivojlanishiga olib keladi. Sut tishlaridagi kariyes infeksiya manbai bo'lib, doimiy tish murtagiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuning uchun bolalarda gigiyena odatlarini erta yoshdan shakllantirish stomatologik profilaktikaning muhim qismi hisoblanadi.

Muhokama natijalariga ko'ra, gigiyena odatlari nafaqat tish tozalash chastotasi bilan, balki gigiyena vositalaridan to'g'ri foydalanish bilan ham bog'liq. Tish cho'tkasi, fluoridli tish pastasi, dental ip va og'iz chayish vositalari kompleks ravishda qo'llanilganda gigiyena samaradorligi ortadi. Fluoridli tish pastalari emalning mineralizatsiyasini kuchaytiradi va kariyes rivojlanishiga qarshi himoya qiladi.

Gigiyena odatlariga ovqatlanish tartibi ham katta ta'sir ko'rsatadi. Shakarli va yopishqoq oziq-ovqat mahsulotlarini tez-tez iste'mol qilish kariyes rivojlanish xavfini oshiradi. Bu mahsulotlar dental plak bakteriyalari uchun qulay muhit yaratadi. Natijada kislota hosil bo'lishi ortadi va emalning demineralizatsiyasi tezlashadi. Shu sababli stomatologik profilaktika faqat tish tozalash bilan cheklanmaydi, balki to'g'ri ovqatlanish odatlarini shakllantirishni ham o'z ichiga oladi. Zararli odatlar ham og'iz bo'shlig'i kasalliklarining rivojlanishida muhim omil hisoblanadi. Chekish milk to'qimalarining qon bilan ta'minlanishini buzadi, mahalliy immunitetni pasaytiradi va parodontal kasalliklarning og'ir kechishiga sabab bo'ladi. Spirtli ichimliklarni ko'p iste'mol qilish ham og'iz shilliq qavatining himoya xususiyatlarini kamaytiradi.

Ijtimoiy va ma'rifiy omillar ham gigiyena odatlarining shakllanishiga ta'sir qiladi. Ta'lim darajasi yuqori bo'lgan shaxslarda og'iz gigiyenasi darajasi ham yuqori bo'lishi aniqlangan.

Profilaktik stomatologiya dasturlari keng joriy etilgan hududlarda kariyes va parodontal kasalliklar ko'rsatkichlari past bo'ladi. Bu esa aholining stomatologik savodxonligini oshirish muhimligini ko'rsatadi.

Muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, og'iz bo'shlig'i kasalliklarini kamaytirish uchun quyidagi choralar muhim:

gigiyena odatlarini erta yoshdan shakllantirish

profilaktik stomatologik ko'riklarni muntazam o'tkazish

fluoridli vositalardan foydalanish

ovqatlanish madaniyatini yaxshilash

zararli odatlardan voz kechish

stomatologik ta'limni kengaytirish

Shunday qilib, gigiyena odatlari stomatologik salomatlikni saqlashning eng muhim va eng samarali profilaktik omili hisoblanadi.

Xulosa: O'tkazilgan ilmiy tahlillar shuni ko'rsatdiki, og'iz bo'shlig'i kasalliklari rivojlanishida bemor gigiyena odatlari hal qiluvchi ahamiyatga ega. Kariyes, gingivit, parodontit va boshqa stomatologik kasalliklarning asosiy sabablaridan biri dental plakning to'planishi bo'lib, bu holat ko'pincha gigiyena qoidalariga yetarli darajada amal qilinmasligi bilan bog'liq. Ilmiy tadqiqotlar natijalariga ko'ra, tishlarni muntazam tozalash, gigiyena vositalaridan to'g'ri foydalanish, shakarli mahsulotlarni me'yorida iste'mol qilish hamda profilaktik stomatologik ko'riklardan o'tish og'iz bo'shlig'i kasalliklarini sezilarli darajada kamaytiradi. Ayniqsa bolalar va o'smirlar orasida gigiyena odatlarini erta shakllantirish kelajakda stomatologik sog'liqni saqlash uchun muhim hisoblanadi. Shuningdek, gigiyena odatlarining shakllanishida ijtimoiy, ma'rifiy va madaniy omillar muhim rol o'ynaydi. Aholining stomatologik savodxonligini oshirish, profilaktik dasturlarni keng joriy etish hamda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish og'iz bo'shlig'i kasalliklarini kamaytirishning eng samarali yo'llaridan biridir. Shu sababli zamonaviy stomatologiyada davolashdan ko'ra profilaktikaga ustuvor ahamiyat berilishi, gigiyena madaniyatini shakllantirish esa asosiy yo'nalishlardan biri bo'lishi zarur.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Newman, M., Takei, H., Klokkevold, P., & Carranza, F. (2019). Carranza's Clinical Periodontology. Elsevier.
2. Fejerskov, O., & Kidd, E. (2015). Dental Caries: The Disease and Its Clinical Management. Wiley Blackwell.
3. Petersen, P. E. (2003). The World Oral Health Report. World Health Organization.
4. Kidd, E. A. M. (2016). Essentials of Dental Caries. Oxford University Press.
5. Lindhe, J., Lang, N., & Karring, T. (2015). Clinical Periodontology and Implant Dentistry. Wiley.
6. Marsh, P. D. (2006). Dental plaque as a biofilm. Journal of Clinical Periodontology.
7. Axelsson, P. (2004). Preventive Materials, Methods and Programs. Quintessence.
8. Ten Cate, A. R. (2013). Oral Histology. Mosby.
9. Mount, G., & Hume, W. (2005). Preservation and Restoration of Tooth Structure.
10. World Health Organization. (2017). Oral health surveys. WHO Press.