



CHEKUVCHILARNING OG'IZ BO'SHLIG'I GIGIYENASINI BAHOLASH VA ULARDA PROLAKTIKA CHORA TADBIRLARI

Vafoyeva Malika Sanjarovna

Buxoro Davlat Tibbiyot instituti magistri

Kazakova Nozima Nodirovna

Buxoro Davlat Tibbiyot instituti DSc

Annotatsiya: Ushbu maqolada chekuvchilarning og'iz bo'shlig'i holati va uni baholash haqida yoritilgan. Maqolada chekuvchi insonlar og'iz bo'shlig'ida profilaktik chora tadbirlarni takomillashtirish haqida ma'lumot berilgan.

Kalit so'zlar: MDH, passiv chekish, PMA indeksi, Grin Vermillion, Fyodrov Volodkina, JSST, pulpit, periodontit, nikotin, professional gigiyena.

Abstract: This article discusses the oral health of smokers and its assessment. The article provides information on improving preventive measures in the oral cavity of smokers.

Keywords: CIS, passive smoking, PMA index, Green Vermillion index, Fedorov Volodkina index, World Health Organization, Periodontitis, pulpitis



Hozirgi vaqtda mamlakatimizda va butun dunyoda sog'liqni saqlashni rivojlantirishning asosiy yo'nalishlaridan biri chekishning inson salomatligiga ta'sirini har tomonlama o'rganish va oldini olish, tashxislash va davolashning maqbul usullarini ishlab chiqish dolzarb muammolardan biridir. Ushbu illat tufayli kelib chiqqan kasalliklar ko'p yillar davomida tamaki tutunining tarkibiy qismlarining salomatlikka asosiy zararli ta'siri yaxshi ma'lum bo'lishiga qaramay, chekish illati rivojlanib kelmoqda. Respublikamiz bo'ylab statistik ma'lumotlar o'rganilganda erkaklarning to'rtidan uch qismigacha chekadi. Ayollar odatda erkaklarnikiga qaraganda kamroq chekishadi, ularning ulushi taxminan mamlakatimizda 3 % ni tashkil qiladi. Chekuvchi ayollar sonining ko'payishi ayollarning zamonaviy jamiyatdagi rolining o'zgarishi, ularning erkaklardan iqtisodiy mustaqilligi bilan bog'liq. Ayollar uchun chekish ko'pincha o'zini o'zi tasdiqlash elementlaridan biridir. Hozirgi butun dunyo bo'ylab rivojlangan mamlakatlarda chekuvchilar soni kamaygan bo'lsa, Rossiya va MDH mamlakatlarida chekuvchilar, jumladan, yoshlar va o'smirlar soni ko'paymoqda.

Chekuvchi aholi orasida kasallanish, uzoq muddatli nogironlik va umumiy o'lim holatlari sezilarli darajada oshgan. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, Rossiyada erkaklar o'limining 42 % i tamaki chekish bilan bog'liq.

Tamaki tutunining tarkibiy qismlariga nafaqat chekuvchilar, balki chekmaydiganlar ham ta'sir qiladi. Ma'lumki, tamaki tutuni bilan ifloslangan havodan nafas olish "passiv chekish" chekmaydiganlarda tamaki chekuvchilarga xos bo'lgan kasalliklarning rivojlanishiga yordam beradi. Bularning barchasi chekishga qarshi kurashni muhim tibbiy-ijtimoiy muammo deb hisoblash imkonini beradi.

Bemorlarda og'iz bo'shlig'i gigiyenasini baholash maqsadida PMA indeksi, Grin Vermilon va Fyodorov Volodkina usullaridan foydalaniladi.

Tamaki chekuvchilarda chekish muddatiga qarab chekuvchi bemorlarda og'iz bo'shlig'i shilliq qavati va so'lak bezi kasalliklarining tarqalishi, tuzilishi va klinik



xususiyatlari aniqlanadi, ularda gigiyenik status aniqlanib, chekmaydigan insonlar gigiyenik holati bilan taqqoslanib baholanadi va og'iz bo'shlig'I holatini yaxshilash maqsadida davoprofilaktik choralari ishlab chiqiladi.

Jahon Sog'likni saqlash tashkiloti yangi tadqiqoti natijalariga ko'ra passiv chekish oqibatida kelib chiqqan kasalliklar tufayli yiliga jahonda yarim milliondan ko'proq inson hayotdan ko'z yumadi.

192 mamlakatdan olingan ma'lumotlarni o'rganib chiqish asosida o'tkazilgan tadqiqot o'zi chekmaydigan, lekin biron chekkan tamaki tutuni xavfi haqida o'tkazilgan birinchi keng qamrovli izlanishdir.

Jahon Sog'likni saqlash tashkilotining yangi tadqiqoti natijalari xavotirli, deb xabar qiladi Bi-bi-si muxbiri Imojen Foulkes.

Hisob-kitoblarga ko'ra, bolalarning 40 foizi va 30 foizdan ortiq chekmaydigan katta yoshdagilar doimiy ravishda chekishdan himoyalanmagan bo'ladilar.

Ya'ni, atrofdagi kashandalar chiqaradigan tutundan zaharlanishadi.

Tadqiqotlarga ko'ra, ayni chekishdan himoyalanmaslik yiliga 600 ming o'lim hollariga sabab bo'ladi.

Nobud bo'ladiganlarning uchdan bir qismi bolalardir.

Chekish kashandaning o'zida yurak, nafas olish yo'llari xastaliklari va o'pka saratonini keltirib chiqarganidek, atrofdagi odamlarda ham xuddi shunday salbiy oqibatlar kuzatilishi mumkin ekan.

Og'iz bo'shlig'i sanatsiyasi -og'iz kasalliklarining oldini olish va ularni yo'qotishga qaratilgan choratadbirlar. Bular tishlarni davolash va plombalash (bu keyinchalik tish chirishi va asorati — pulpit hamda peri-odontitning oldini oladi), tishning mexanik shikastlanishiga yo'l qo'ymaslik; tish-jag' sohasi va tish nuqsonlarini o'z vaqtida bartaraf etishdan iborat.



Maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarda (yiliga 2-marta), kasbga alo-qador zarari bor sanoat korxonalarini xizmatchilari, shuningdek, homiladorlar, turli xastaligi bo'lgan bemorlarda Og'iz bo'shlig'i sanatsiyasini majburiy tarzda olib boriladi.

Og'iz bo'shlig'i sanatsiyasini atrofida to'qimalar, og'iz shilliq qavatini kasalliklari ko'pgina umumiy o'tkir va surunkali kasalliklarning oldini olishda nihoyatda muhim, chunki chirigan yoki kasal tishlar surunkali infeksiya o'chog'i bo'lib, organizmga zararli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, har bir kishi o'zi mustaqil ravishda og'iz bo'shlig'i va tishlarni to'g'ri parvarish qilib borishi, ularni tish cho'tkasi, pasta yoki tish poro-shogi bilan yuvib, og'izni suv va zarar-siz dezinfeksiyalovchi eritmalar (2% li soda eritmasidan 1 stakan suvga 1 choy qoshiq yoki borat kislota va boshqalar) bilan og'izni chayishi, ovqatdan so'ng tish oralarini maxsus tish kovlagich bilan tozalashi lozim. [[Tish, milk, til kasalliklariga xos ilk alomatlar paydo bo'lsa, darhol stomatologga murojat qilish kerak .

Farq shundaki, ikkinchi darajali "chekuvchi"lar, ya'ni kashandalar chiqargan tutundan zarar ko'radiganlar tamaki mahsulotlarini o'zlari istifoda etmaydilar.

Hisobot mualliflari ayniqsa bolalarga bo'ladigan salbiy ta'sirlardan xavotir bildiradilar.

Hatto jamoat joylarida chekish qonun asosida qat'iy taqiqlangan mamlakatlarda ham bolalar uylaridagi kashandalikdan aziyat chekadilar.

Bolalar quloq infeksiyasi, zotiljam, diqqinafas kasalliklariga chalinishlari va go'daklar orasida kutilmagan o'lim hollarini kuzatilishi mumkin ekan.

Uydagi shart-sharoitni qonuniylashtirish murakkab hol.

Jahon Sog'likni saqlash tashkiloti ota-onalarni o'z bolalarini kashandalik tufayli aziyat chekishlari olidini olishga undaydi va bu borada zudlik bilan zarur qadamlar qo'yishga chaqiradi.

O'zbekistonda ham oxirgi yillarda chekishga qarshi kampaniyalar o'tkazilayotganligini ko'rish mumkin.



Chekish – ayrim tutovchi o‘simlik mahsulotlari (tamaki, af‘yun va boshqalar) tutunidan nafas olish. Tamaki chekish keng tarqalgan zararli odatlardan bo‘lib, chekuvchi va uning atrofidagi odamlar sog‘lig‘iga yomon ta‘sir etadi yuraktomir, me‘da, o‘pka kasalliklari rivojlanishiga olib keladi. Tamaki chekkan odam unga o‘rganib, chekmasdan turolmaydigan bo‘lib qoladi. Tamaki tarkibidagi nikotin odam organizmiga kuchli ta‘sir etib, u markaziy va periferik nerv sistemasiga vaqtincha qo‘zg‘atuvchi ta‘sir ko‘rsatadi, arterial qon bosimini oshiradi, mayda tomirlarni toraytiradi; nafasni tezlashtiradi va hokazo. Nikotin bilan birga tamaki tutunidagi yonish mahsulotlari ham organizmni zaharlaydi. Tamaki tutunida kanserogen moddalar bo‘ladi. Tamaki tutunidan tish emali shikastlanadi, kariyes, stomatit, gingivit kabi kasalliklar vujudga keladi, u bronxlar shilliq pardasiga ta‘sir etib, surunkali bronxit va o‘pka emfizemasiga, keyinchalik tuzatib bo‘lmaydigan xavfli o‘smalar rivojlanishiga olib keladi.

Zamonaviy tibbiyot natijalariga suyanagan holda shuni aniq aytishimiz mumkinki, tamaki tarkibida yigirmadan ortiq zaharli moddalar mavjud bo‘lib, ular ichida eng zaharlisi nikotindir. Inson sigareta chekkanda, nikotin tutun orqali o‘pkaga, keyin esa qonga so‘rilib, yurak-qon tomir sistemasiga salbiy ta‘sir etadi. Qon tomirlari torayib, bosim oshadi. Yurak urishi tezlashadi. Bu holat yurak muskullarini ishdan chiqishiga sabab bo‘ladi. Bu hol tez-tez takrorlanavergach, borib-borib yurak infarkti, stenokardiya kabi kasalliklar boshlanishi mumkin. Ma‘lumotlarga qaraganda, chekuvchilarda chekmaydiganlarga nisbatan o‘n ikki marta ko‘proq yurak-qon tomir xastaliklari uchraydi. Tamaki bosh miya hujayralariga ham ta‘sir etmay qolmaydi. Chekuvchida uyqusizlik, bosh og‘rig‘i boshlanadi. Oqibatda esa markaziy nerv sistemasi faoliyati buziladi. Ko‘p chekadigan kishi tez-tez balg‘am tashlaydi. Tez yursa, jismoniy mehnat qilsa, hansiraydigan bo‘lib qoladi. Ayrim hollarda ko‘p tamaki iste‘mol qilish chekuvchini ruhiy xastaliklarga duchor qilishi mumkin.



Tamaki chekish nafas olish sistemasiga ham zararli ta'sir qiladi. Tamaki tutuni tarkibidagi zaharli moddalar turli xil o'pka xastaliklari – bronxit, sil, hattoki saraton (rak) kasalliklariga olib kelishi kuzatilgan.

Tamaki ovqat-hazm organlariga ta'sir qilishi natijasida kishida ishtaha yo'qoladi, og'izda bemaza ta'm paydo bo'ladi, so'lak bezlari faoliyati buziladi. So'lak bilan oshqozonga tushgan nikotin kislotasi uning devorlarini zararlaydi. Jig'ildon qaynaydi. Me'da keragidan ortiq shira ishlab chiqaradi. Bu esa me'da o'n ikki barmoqli ichak yarasi kabi kasalliklarning kelib chiqishiga sabab bo'ladi.

Tibbiyotda kashanda otadan yoki onadan bo'lgan bola tug'ilmay nobud bo'lishi, tug'ilganda esa nimjon, kasalmand bo'lib tug'ilishi ma'lum. Kashandalik tamaki chekishga mukkasidan ketishlik, hattoki insonni ko'r bo'lib qolishiga olib kelarkan. Tamaki chekuvchi tomonidan tashqariga chiqarilgan tutun tarkibida zaharli moddalar konsentratsiyasi ko'p bo'ladi. Bunday holatda chekmaydigan odamlar ham majburiy ravishda chekishga o'rganib qolishlari mumkin. Ko'pchilik tanishlarimiz, do'stlarimiz bilan chekish to'g'risida bahslashganimizda, ular siqilganda chekishlarini aytib, o'zlarini oqlashga urinishadi. Go'yoki tamaki inson g'amini aritadigandek. Axir bu holat «burgaga achchiq qilib ko'rpa yoqish» kabi emasmikan. Bugunda sigaretning turlari ko'paydi. Ularning xilma-xilligiga barchamiz guvohmiz. Tamaki chekishning zararli oqibatlari haqida, deyarli, barcha ommaviy axborot vositalari yordamida yoritilib borilayotgan bir paytda, tamaki mahsulotlari reklama qilinib, reklama roliklariga chiqishi nihoyatda xunuk holdir. Rang-barang qutilar qanchalik jiloli bo'lmasin, uning ichidagi og'u ekanligini unutmaslik kerak. Tamaki qutisidagi bir enlik «chekish sog'liq uchun xavfli» deyilgan yozuvga esa kashandalar, deyarli, hech qachon e'tibor berishmaydi.

Chekish va koronavirus



Pandemiya davrida chekish muammosi yangicha tus oldi. Koronavirus dastlabki zarbani o'pkaga berarkan, chekish natijasida quruqshab borayotgan hayotiy muhim a'zo nisbatan osonroq taslim bo'ladi.

Bugungi kunda ko'p kuzatyapmiz – o'lim sababi sifatida o'pka yetishmovchiligi ko'rsatiladi. Bu asorat paydo bo'lishida aynan chekish odati katta rol o'ynaydi.

Nega tamaki mahsulotlari sotuvi taqiqlanmaydi?

Professional og'iz gigienasi – bu og'iz bo'shlig'i a'zolari va to'qimalarini yaxshilashga, tish kasalliklarining boshlanishi va rivojlanishining oldini olishga qaratilgan protseduralar majmuasidir. Voyaga etgan aholining 65% dan ortig'i periodontal kasallikdan aziyat chekadi va deyarli har bir kishi kariyesga ega. Og'iz bo'shlig'ining professional gigienasi yumshoq tish plitalari va tish toshlarini olib tashlashdan iborat.

Professional stomatologik tozalash terapevtik, ortopedik, jarrohlik va ortodontik muolajalardan oldin amalga oshiriladi. Og'iz bo'shlig'ini parvarish qilishni normallashtirish tish milklarni davolashga yordam beradi, qon ketishini va yomon hidni to'xtatadi. Har olti oyda bir marta, ba'zi hollarda har 3-4 oyda bir marta professional og'iz gigienasini amalga oshirish kerak, chunki odam qanchalik urinmasin, blyashka va tish cho'kindilarini to'liq olib tashlay olmaydi. Faqatgina maxsus uskunalar, uchliklar, cho'tkalar, pastalar va boshqa qurilmalar bu muammoni to'liq hal qila oladi.

Buni ketma-ketligi quyidagicha: birinchi navbatda, tish toshlari olib tashlanadi, keyin pigmentli blyashka, tishlarning sirlari maxsus pastalar bilan silliqilanadi va tishlar laklanadi.

Tish va tish cho'kindilari bir necha usul bilan olib tashlanadi: qo'lda va maxsus texnika yordamida.

Bugungi kunga kelib, tish toshini olib tashlashning eng samarali usuli ultratovush apparatidan foydalanish hisoblanadi. Ultrasonik skaler yordamida toshni olib tashlash og'riqsiz, shikastlanmagan protsedura bo'lib, tish emaliga zarar etkazmaydi. Ultratovushli skaler tebranish harakatlarini hosil qiladi, bu esa tish toshining chayqalishiga olib keladi.



Mustahkamni tozalashdan so'ng, shifokor maxsus sayqallash vositalari va pastalari yordamida pigmentli blyashka olib tashlashga kirishadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. World Health Organization Report on the Global Tobacco Epidemic 2011: Warning about the Dangers of Tobacco 2011 Geneva WHO
2. Mishra S, Joseph RA, Gupta PC, Pezzack B, Ram F, Sinha DN, et al Trends in bidi and cigarette smoking in India from 1998 to 2015 by age, gender and education BMJ Global Health. 2016; 1:e000005 doi: 10.1136/bmjgh-2015-000005
3. U.S. Department of Health and Human Services. . How tobacco smoke causes disease: The biology and behavioral basis for smoking-attributable disease: A report of the Surgeon General 2010 Atlanta (GA) Centers for Disease Control and Prevention
4. Bergstrom J, Eliasson S, Dock J. Exposure to tobacco smoking and periodontal health J Clin Periodontol. 2000; 27:61–8
5. Haber J. Smoking is a major risk factor for periodontitis Curr Opin Periodontol. 1994; 1:12–8
6. Keenan JR, Veitz-Keenan A. The impact of smoking on failure rates, postoperative infection and marginal bone loss of dental implants Evid Based Dent. 2016; 17:4–5
7. Kumar Ravi BP, Dudala SR, Rao AR. Kuppuswamy's socio-economic status scale – A revision of economic parameter for 2012 Int J Res Dev Health. 2013; 1:2–4