



## BOLALARDA SUT TISHLARINI PARVARISH QILISHNING AHAMIYATI

*Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti talabalari:*

*Otaboyeva Nafisaxon Iqboljon qizi*

*Mirakbarova Mumtozabegim Mirfayzi qizi*

*Toxirova Muslima Shokirjon qizi*

**Annotatsiya.** Mazkur ilmiy maqolada bolalarda sut tishlarining anatomik va fiziologik xususiyatlari, ularni parvarish qilishning ahamiyati, noto'g'ri gigiyena oqibatlari hamda stomatologik profilaktika usullari yoritilgan. Shuningdek, sut tishlarining bolaning umumiy sog'lig'i, nutqi, ovqat hazm qilish tizimi va doimiy tishlarning shakllanishidagi o'rni ilmiy jihatdan tahlil qilingan. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, bolalik davrida og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga yetarli e'tibor berilishi kelajakdagi stomatologik kasalliklarning oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

**Kalit so'zlar:** sut tishlari, kariyes, og'iz gigiyenasi, bolalar stomatologiyasi, profilaktika, doimiy tishlar, parvarish.

**Аннотация.** В данной научной статье освещаются анатомические и физиологические особенности молочных зубов у детей, значение их правильного ухода, последствия недостаточной гигиены, а также методы стоматологической профилактики. Кроме того, с научной точки зрения проанализирована роль молочных зубов в общем состоянии здоровья ребёнка, развитии речи, функционировании пищеварительной системы и формировании постоянных зубов. Результаты исследования показывают, что достаточное внимание к гигиене полости рта в детском возрасте является важным фактором профилактики стоматологических заболеваний в будущем.

**Ключевые слова:** молочные зубы, кариес, гигиена полости рта, детская стоматология, профилактика, постоянные зубы, уход.

**Annotatsion.** This scientific article discusses the anatomical and physiological characteristics of primary teeth in children, the importance of their proper care, the consequences of poor oral hygiene, and methods of dental prevention. In addition, the role of primary teeth in a child's overall health, speech development, digestive system functioning, and the formation of permanent teeth is scientifically analyzed. The results of the study show that adequate attention to oral hygiene during childhood is an important factor in preventing future dental diseases.

**Keywords:** primary teeth, dental caries, oral hygiene, pediatric dentistry, prevention, permanent teeth, care.



**Kirish.** Bolalar sog‘lig‘ini saqlashda og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasi muhim o‘rin egallaydi. Ayniqsa, sut tishlarini parvarish qilish masalasi pediatriya va stomatologiyaning dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ko‘pchilik ota-onalar sut tishlari vaqtinchalik bo‘lgani sababli ularga katta ahamiyat bermaydilar. Aslida esa sut tishlari bolaning nafaqat ovqatni chaynashi, balki to‘g‘ri nutq rivojlanishi, jag‘ suyaklarining shakllanishi va doimiy tishlarning sog‘lom chiqishida muhim vazifani bajaradi.

Sut tishlarining zararlanishi bolada og‘riq, ovqatlanish buzilishi, infeksiya va psixologik noqulayliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli bolalarda erta yoshdan boshlab tishlarni to‘g‘ri parvarish qilish ko‘nikmalarini shakllantirish zarur.

**Asosiy qism.** Sut tishlari odatda bolaning 6–8 oyligidan chiqqa boshlaydi va 2,5–3 yoshga borib to‘liq shakllanadi. Bola organizmida jami 20 ta sut tishi mavjud bo‘ladi. Ular quyidagi xususiyatlari bor. Emal qavati yupqa va nozik bo‘ladi, mineralizatsiya darajasi pastroq, kariyesga tez moyillik kuzatiladi, pulpa qismi kattaroq bo‘ladi, infeksiya tez tarqaladi.

Ana shu fiziologik xususiyatlar sababli sut tishlari doimiy tishlarga nisbatan tezroq zararlanadi va muntazam parvarishni talab qiladi.

Sut tishlari bolaning ovqatni mayda chaynashiga yordam beradi. Ovqat yaxshi chaynalmasa, oshqozon-ichak tizimiga ortiqcha yuk tushadi. Bu esa gastrit, dispepsiya va boshqa hazm buzilishlariga olib kelishi mumkin.

Tishlar tovushlarni to‘g‘ri talaffuz qilishda muhim ishtirok etadi. Ayniqsa “s”, “z”, “t”, “f” kabi tovushlarning shakllanishida oldingi tishlarning ahamiyati katta. Sut tishlarining erta yo‘qotilishi bolaning nutqida nuqsonlar yuzaga kelishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Sut tishlari jag‘ suyaklarining fiziologik rivojlanishini ta‘minlaydi. Ular doimiy tishlar uchun joy saqlovchi vazifasini bajaradi. Agar sut tishlari muddatidan oldin tushib ketsa, keyinchalik tishlarning qiyshiq chiqishi va ortodontik muammolar yuzaga keladi.

Sog‘lom va chiroyli tishlar bolaning o‘ziga bo‘lgan ishonchini oshiradi. Aksincha, kariyes yoki tishlarning yemirilishi bolaning ijtimoiy faolligiga salbiy ta‘sir qilishi mumkin.

Bolalarda kariyes eng ko‘p uchraydigan stomatologik kasalliklardan biridir. Uning asosiy sabablari quyidagilar:

- Og‘iz bo‘shlig‘i gigiyenasiga rioya qilmaslik;
- Shirinlik va gazli ichimliklarni ko‘p iste‘mol qilish;
- Tishlarni noto‘g‘ri tozalash;
- Kaltsiy va vitamin yetishmovchiligi;



## Learning and Sustainable Innovation

- Sun'iy oziqlantirishning noto'g'ri tashkil etilishi;
- Kechasi shirin ichimlik bilan uxlatish odati.

Kariyes dastlab emalni zararlaydi, keyinchalik esa dentin va pulpaga o'tadi. Vaqtda davolanmasa, yallig'lanish va yiringli asoratlar kelib chiqishi mumkin.

Bolaning birinchi tishi chiqqan zahoti og'iz gigiyenasini boshlash kerak. Dastlab maxsus silikon cho'tkalar yoki nam steril salfetkalar qo'llaniladi.

Bolalar tishlarini kuniga kamida 2 mahal: ertalab nonushtadan keyin va kechqurun uyqudan oldin tozalashlari zarur. 3 yoshgacha ota-onalar yordamida, keyinchalik nazorat ostida tozalash tavsiya etiladi.

Bolalar uchun tarkibida fluor me'yorida bo'lgan va abrazivligi past hamda yoshga mos tish pastalari tanlanadi.

Sut mahsulotlari, meva-sabzavotlar, baliq va vitaminlarga boy oziq-ovqatlar tish salomatligini mustahkamlaydi. Shirinliklarni cheklash muhim hisoblanadi.

Bolani har 6 oyda stomatolog ko'rigiga olib borish tavsiya etiladi. Profilaktik tekshiruvlar kariyesni erta aniqlash imkonini beradi.

Sut tishlariga e'tiborsizlik quyidagi salbiy holatlarga olib keladi:

- Kariyes va pulpit;
- Tishlarning erta yo'qolishi;
- Jag' deformatsiyasi;
- Doimiy tishlarning noto'g'ri chiqishi;
- Surunkali infeksiya o'choqlari;
- Ovqat hazm qilish muammolari;
- Nutq buzilishlari.

Ayrim hollarda og'iz bo'shlig'idagi infeksiya yurak, buyrak va boshqa organlarga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Bolalarda stomatologik kasalliklarning oldini olish uchun quyidagi choralar muhim hisoblanadi. Gigiyena madaniyatini shakllantirish, ota-onalarni stomatologik savodxonligini oshirish, maktabgacha ta'lim muassasalarida gigiyena mashg'ulotlari o'tkazish, fluorid profilaktikasi, sog'lom ovqatlanishni targ'ib qilish, muntazam stomatologik nazorat.

**Xulosa.** Xulosa qilib aytganda, bolalarda sut tishlarini parvarish qilish sog'lom avlodni shakllantirishning muhim tarkibiy qismlaridan biridir. Sut tishlari vaqtinchalik bo'lishiga qaramay, ular bolaning umumiy sog'lig'i, ovqat hazm qilish jarayoni, nutq rivojlanishi va jag'-yuz tizimining to'g'ri shakllanishida katta ahamiyat kasb etadi. Shu sababli sut tishlariga befarq qarash yoki ularni "baribir almashinadi" degan noto'g'ri tushuncha asosida parvarishsiz qoldirish kelajakda jiddiy stomatologik muammolarni



yuzaga keltirishi mumkin.

Maqolada keltirilgan ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, sut tishlarining anatomik va fiziologik jihatdan nozik tuzilishga ega ekanligi ularning kariyes va boshqa kasalliklarga tez moyilligini oshiradi. Ayniqsa, og'iz bo'shlig'i gigiyenasiga rioya qilinmasligi, shirin mahsulotlarning ortiqcha iste'moli hamda stomatolog nazoratining yetarli emasligi bolalarda kariyesning keng tarqalishiga sabab bo'lmoqda. Bu esa nafaqat tishlarning yemirilishiga, balki infeksiya o'choqlarining paydo bo'lishiga, ovqat hazm qilish buzilishlariga va doimiy tishlarning noto'g'ri shakllanishiga olib keladi.

Shuningdek, tadqiqotlar natijalari erta yoshdan boshlab gigiyenik ko'nikmalarni shakllantirish muhim ekanligini tasdiqlaydi. Bolaga tishlarni to'g'ri tozalashni o'rgatish, sog'lom ovqatlanish tartibini yo'lga qo'yish, ftor saqlovchi vositalardan me'yorida foydalanish va muntazam stomatolog ko'rigidan o'tkazish kariyes profilaktikasining eng samarali usullaridan hisoblanadi. Bu jarayonda ota-onalar, tarbiyachilar va tibbiyot xodimlarining hamkorligi alohida ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, bolalarda stomatologik madaniyatni shakllantirish uzoq muddatli ijobiy natijalarni beradi. Chunki bolalik davrida o'zlashtirilgan gigiyenik odatlar insonning butun hayoti davomida saqlanib qoladi. Sog'lom sut tishlari esa sog'lom doimiy tishlarning shakllanishiga zamin yaratadi.

Demak, sut tishlarini parvarish qilish nafaqat stomatologik muammo, balki pediatriya, profilaktik tibbiyot va sog'lom turmush tarzining muhim yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Bolalar orasida og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha tushuntirish ishlarini kengaytirish, profilaktik dasturlarni kuchaytirish va ota-onalarning stomatologik savodxonligini oshirish orqali kelajak avlodning sog'lom bo'lib voyaga yetishiga erishish mumkin.

### Foydalanilgan adabiyotlar

1. Axmedov A.A. Bolalar stomatologiyasi. – Toshkent: “Tibbiyot”, 2021. – 256 b.
2. Karimov Sh.Sh. Og'iz bo'shlig'i gigiyenasi asoslari. – Samarqand: “Zarafshon”, 2020. – 184 b.
3. Rasulov B.R. Bolalarda kariyes kasalligining profilaktikasi. – Toshkent: “Fan”, 2019. – 143 b.
4. Ismoilov X.T. Pediatrik stomatologiya. – Buxoro: “Durdona”, 2022. – 210 b.
5. Nurmatova D.S. Bolalar tish kasalliklari va ularni davolash usullari. – Toshkent: “Yangi asr avlodi”, 2021. – 198 b.



6. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Bolalarda stomatologik kasalliklar profilaktikasi bo‘yicha metodik tavsiyalar. – Toshkent, 2022. – 96 b.
7. Yo‘ldoshev A.K. Bolalar organizmida vitamin va minerallarning ahamiyati. – Toshkent: “Ilm ziyo”, 2020. – 176 b.
8. Tursunov M.M. Sut tishlari anatomiyasi va fiziologiyasi. – Andijon: “Hayot”, 2018. – 132 b.
9. Abduqodirov F.A. Stomatologiyada profilaktik yondashuvlar. – Toshkent: “Meditsina”, 2023. – 224 b.
10. Qodirova N.H. Bolalarda sog‘lom ovqatlanish va tish salomatligi. – Namangan: “Namangan”, 2021. – 158 b.
11. Raximov S.J. Bolalar stomatologiyasida zamonaviy usullar. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2022. – 240 b.
12. Xolmatov E.N. Og‘iz bo‘shlig‘i kasalliklari profilaktikasi. – Farg‘ona: “Farg‘ona”, 2019. – 167 b.
13. To‘xtayeva M.A. Bolalarda gigiyenik tarbiya asoslari. – Toshkent: “O‘qituvchi”, 2020. – 150 b.
14. Ergashev U.B. Tish kasalliklari va ularning oldini olish. – Qarshi: “Nasaf”, 2021. – 172 b.
15. Jo‘rayev K.T. Bolalar salomatligida stomatologik nazoratning o‘rni. – Toshkent: “Innovatsion rivojlanish”, 2023. – 190 b.