

KARYESNING RIVOJLANISH MEXANIZMI VA UNING OLDINI OLISH STRATEGIYALARI.

Isomiddinov Ravshanbek Sanjar o'g'li
Zarmed Universiteti Stomatologiya

Annontatsiya

Ushbu maqolada karyesning rivojlanish mexanizimi, uning patogenezi hamda kasallikning oldini olishning zamonaviy strategiyalari yoritilgan. Tish qattiq to'qimalarining demeneralizatsiyasiga olib keluvchi asosiy omillar-og'iz boshlig'idagi mikroflora faoliyati, karbogidratlarga boy ovqatlar so'lak strategiyasi va mineral almashinuvi tahlil qilingan. Maqola karyesning kechishi va uning oldini olish bo'yicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqishda muhim manba bo'lib xizmat qiladi.

Kirish Dental karyes dunyodagi eng keng tarqalgan og'iz bo'shlig'i kasalliklaridan biri bo'lib, barcha yosh guruhlarida uchraydi. Karyesning rivojlanishi faqat tish emalining buzilishi emas, balki dentin va pulpaning ham zararlanishi bilan bog'liq murakkab patofiziologik jarayonlarni o'z ichiga oladi. Karyes - multifaktorial kasallik bo'lib, bakterial faoliyat, ovqatlanish odatlari, og'iz gigiyenasi, so'lak xususiyatlari va genetik predispozitsiya bilan belgilanadi. Ushbu maqolada karyesning rivojlanish mexanizmi va profilaktika strategiyalari ilmiy asosda batafsil tahlil qilinadi.

1. Karyesning rivojlanish mexanizmi

Karyes jarayoni tish yuzasida hosil bo'lgan biofilm bilan boshlanadi. Biofilm *Streptococcus mutans*, *Lactobacillus* kabi bakteriyalarni o'z ichiga oladi. Bakteriyalar uglevodlarni parchalab, kislotalar ishlab chiqaradi, natijada tish yuzasida pH pasayadi.

Demineralizatsiya: pH 5,5 dan past bo'lganda emal gidroksiapatit kristallari eriy boshlaydi.

Dentin invaziyasi: Demineralizatsiya chuqurlashganda dentin tubulalari orqali bakteriyalar pulpaga yetadi.

Karyes jarayoni asta-sekin rivojlanadi va har bir bosqichda klinik va biokimyoviy xususiyatlar o'zgaradi.

Xost omillari: Emal qalinligi va mineral tarkibi, tish anatomiyasi va struktura, so'lakning bufer qobiliyati va miqdori, genetik predispozitsiya

Ekzogen omillar: Shakar va uglevodga boy ovqatlar, gazlangan ichimliklar, og'iz gigiyenasining yetarli emasligi

Ijtimoiy va xulq-atvor omillari: Stomatologga kam tashrif, past gigiyena madaniyati, noto'g'ri ovqatlanish odatlari.

Karyes bosqichlari:

Boshlang'ich bosqich: emalda mikroporozlik va oq dog'lar paydo bo'ladi.

O'rta bosqich: dentin tubulalari orqali bakteriyalar kirib, sezuvchanlik va struktura o'zgarishi yuz beradi.

Chuqur bosqich: pulpaga yetadigan infeksiya va pulpitis rivojlanadi.

Har bir bosqichning o'ziga xos biokimyoviy va klinik xususiyatlari bor, bu esa diagnostika va profilaktika strategiyalarini aniqlashda muhim.

Og'iz gigiyenasi va uning roli. Muntazam og'iz gigiyenasi k

aryes rivojlanishini sekinlashtirishda asosiy rol o'ynaydi. Tishlarni kuniga ikki marta yuvish.

Ftorli tish pastasidan foydalanish, tish ipi va irriqatorni muntazam ishlatish, so'lakning tabiiy tozalovchi va bufer funksiyasi ham tish yuzasida kislotaning neytrallashuvini ta'minlaydi va karyes rivojlanishini kamaytiradi.

Ovqatlanish gigiyenasi.

Karyes rivojlanishida ovqatlanish odatlari muhim omil hisoblanadi.

Shirin va yopishqoq mahsulotlarni cheklash, gazlangan ichimliklarni kamaytirish, kletchatkaga boy mahsulotlarni iste'mol qilish, uglevodlarning tez-tez iste'moli biofilmning kislotali muhitini kuchaytiradi va tish emalining demineralizatsiyasini tezlashtiradi.

Ftor va remineralizatsiya.

Ftor emalning kislotalarga chidamliligini oshiradi.

Ftorli pastalar, gel va laklar emal yuzasida remineralizatsiyani kuchaytiradi.

Biofaollashtirilgan minerallar emalni mustahkamlashda muhim rol o'ynaydi.

Muntazam ftorlash karyes rivojlanishini sezilarli darajada kamaytiradi.

Professional profilaktika.

Stomatolog ko'rigidan muntazam o'tish, blyashka va toshlarni professional tozalash, ftorlash va remineralizatsiya muolajalari.

Bolalarda fissura plombalash chuqur chakka yuzalarni yopish orqali karyes rivojlanishini oldini oladi.

Individual profilaktika strategiyalari.

Karyes xavfi har bir shaxsda turlicha. Shu sababli profilaktika strategiyasini individual tarzda ishlab chiqish zarur:

Og'iz gigiyenasi, ovqatlanish odatlari, ftorli vositalar.

Muntazam stomatolog ko'rigidan foydalanish.

Karyesning tibbiy va ijtimoiy ahamiyati.

Karyes sog'liqni saqlash tizimiga katta ta'sir qiladil, karyes tarqalishi moliyaviy xarajatlarni oshiradi. Og'iz bo'shlig'i sog'lig'ini saqlashda profilaktika muhim. Bolalar va kattalarda to'g'ri profilaktika uzoq muddatli natija beradi

Xulosa

Karyes — og'iz bo'shlig'i kasalliklari ichida eng keng tarqalgan va jamiyat salomatligiga katta ta'sir ko'rsatadigan ko'p omilli patofiziologik jarayondir. Kasallik rivojlanishi bir qator omillarning murakkab o'zaro ta'siri bilan bog'liq bo'lib, buning asosiy mexanizmlari bakterial plyonkadagi mikroorganizmlarning faoliyati, ularning kislota ishlab chiqarishi hamda tish to'qimalaridagi mineral moddalarning almashinuvidan iboratdir. Kislotalar ta'sirida emal va dentin tarkibidagi mineral komponentlar asta-sekin yo'qotiladi va natijada karyes jarohati yuzaga keladi.

Karyesning rivojlanishi shaxsning gigiyena odatlari, ovqatlanish rejasi, suvdagi mineral va ftor miqdori, genetik omillar hamda og'iz bo'shlig'i mikroflorasi bilan chambarchas bog'liqdir. Shuning uchun karyes bilan kurash samarali bo'lishi uchun profilaktika choralarini kompleks ravishda qo'llash muhim hisoblanadi.

Profilaktika strategiyalari quyidagilarni o'z ichiga oladi: muntazam va to'g'ri og'iz gigiyenasini ta'minlash (tishlarni to'g'ri yuvish, ip ishlatish), ratsional ovqatlanish (shakar va

uglevodlar iste'molini cheklash), ftorli preparatlardan foydalanish, shuningdek individual stomatologik profilaktika tadbirlarini o'z vaqtida bajarish. Ftor tish emalining qarshilik kuchini oshirishi, mineralizatsiya jarayonini faollashtirishi va karyes rivojlanish xavfini kamaytirishi bilan muhim ahamiyatga ega.

Bundan tashqari, aholiga og'iz bo'shlig'i gigiyenasi bo'yicha doimiy tushuntirish ishlari olib borish, bolalar va o'smirlar bilan profilaktik dasturlarni amalga oshirish, davriy stomatologik tekshiruvlarni tashkil etish ham karyes tarqalishiga qarshi kurashda katta ahamiyatga ega.

Umuman olganda, karyesning oldini olish uchun yuqoridagi profilaktik choralarni kompleks ravishda qo'llash og'iz bo'shlig'i sog'ligini yaxshilash, karyes bilan bog'liq asoratlarni kamaytirish va aholi salomatligini yaxshilashga xizmat qiladi. Og'iz bo'shlig'i sog'ligi esa insonning umumiy sog'ligi bilan bevosita bog'liq bo'lib, profilaktik ishlarning ahamiyati yanada ortadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Fejerskov, O., Nyvad, B., & Kidd, E. (2015). *Dental Caries: The Disease and Its Clinical Management*. Wiley Blackwell.
2. Nikitin, S. K. *Terapevtik stomatologiya asoslari*.
3. Pinkham, J. (2005). *Pediatric Dentistry: Infancy through Adolescence*.
4. Marsh, P. D. (2003). Dental plaque as a biofilm and microbial community: implications for health and disease.
5. Petersen, P. E. (2003). The World Oral Health Report: Continuous improvement of oral health in the 21st century.
6. Selwitz, R. H., Ismail, A. I., & Pitts, N. B. (2007). Dental caries. *The Lancet*.
7. Zero, D. T. (2006). Dental caries process and prevention strategies.
8. Baliga, S., & Hegde, M. (2013). Fluoride and its role in dental caries prevention.