



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI
JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI
2-TOM, MAXSUS SON. 2026
14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

UO'K: 616.314-002.4-084

TISH KARIESI PROFILAKTIKASIDA INDIVIDUAL VA PROFESSIONAL GIGIYENA
TADBIRLARINING KOMPLEKS SAMARADORLIGI

Mashrafjon Mashrafov Qahramonzod¹

Nabiyev Rahmonjon Axadjonovich²

Xamidov Murodxon Juraxon o'g'li³

Central Asian Medical University xalqaro tibbiyot universiteti Terapevtik va xirurgik stomatologiya kafedrası assistenti, Burhoniddin Marg'inoniy ko'chasi 64-uy, Farg'ona, O'zbekiston, tel: +998 95 485 00 70, e-mail: info@camuf.uz^{1,2,3}

E-mail: mashrafovmarshrafjon033@gmail.com¹

E-mail: Nabiyevrahmon@gmail.com²

E-mail: murodkhon.khamidov98@mail.ru³

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-0322-5887>¹



Annotatsiya: Tish kariesi bugungi kunda global miqyosda eng keng tarqalgan stomatologik kasalliklardan biri bo'lib, aholi salomatligiga, hayot sifatiga va sog'liqni saqlash tizimi iqtisodiyotiga sezilarli salbiy ta'sir ko'rsatadi. Mazkur ilmiy maqolada tish kariesi profilaktikasida individual va professional gigiyena tadbirlarining samaradorligi kompleks yondashuv asosida tahlil qilinadi. Individual gigiyena vositalari, jumladan, tishlarni mexanik tozalash, ftorli pastalardan foydalanish, og'iz bo'shlig'ini yuvish eritmalari va ovqatlanish odatlarining ahamiyati ilmiy nazariy nuqtayi nazardan yoritiladi. Shu bilan birga, professional gigiyena tadbirlari — stomatologik tozalash, ftor profilaktikasi, fissura germetikasi va profilaktik ko'rikrlarning karies rivojlanishiga ta'siri statistik ma'lumotlar asosida baholanadi. Ilmiy maqolalar va dissertatsiya ishlarida keltirilgan natijalarga ko'ra, individual va professional gigiyena choralari uyg'unlashgan holda qo'llanilganda karies tarqalish darajasi sezilarli darajada kamayadi. Tadqiqot natijalari kariesning oldini olishda faqat davolash emas, balki tizimli profilaktik yondashuv ustuvorligini asoslab beradi. Ushbu maqola stomatologlar, tibbiyot talabalari va jamoat salomatligi mutaxassislari uchun ilmiy-amaliy ahamiyatga ega.

Kalit so'zlar: *tish kariesi, profilaktika, individual gigiyena, professional gigiyena, ftor, stomatologiya, og'iz bo'shlig'i, plak, epidemiologiya, salomatlik, tish tozalash, oldini olish*

Kirish: *Tish kariesi* - insoniyat tarixidagi eng qadimiy va keng tarqalgan kasalliklardan biri bo'lib, hozirgi kunda ham o'z dolzarbligini yo'qotmagan. Jahon miqyosidagi epidemiologik kuzatuvlar shuni ko'rsatadiki, rivojlangan va rivojlanayotgan mamlakatlarda aholining 60–90 foizida turli darajadagi karies uchraydi. Ushbu ko'rsatkich ayniqsa bolalar va o'smirlar orasida yuqori bo'lib, ularning umumiy sog'lig'i, psixoemotsional holati va hayot sifatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Karies patogenezida - mikrobiologik, biokimyoviy va ijtimoiy omillar o'zaro chambarchas bog'liq. Og'iz bo'shlig'ida kariogen mikroorganizmlarning ko'payishi, uglevodlarga boy



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI

2-TOM, MAXSUS SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

ovqatlanish, og'iz gigiyenasiga rioya qilmaslik va tupurik tarkibidagi himoya mexanizmlarining susayishi karies rivojlanishining asosiy omillari hisoblanadi. Shu sababli zamonaviy stomatologiyada kariesni faqat davolash emas, balki uni oldini olish ustuvor yo'nalish sifatida qaralmoqda.

Profilaktika tushunchasi stomatologik amaliyotda ikki asosiy yo'nalishni o'z ichiga oladi: individual va professional gigiyena tadbirlari. Individual gigiyena — bu shaxsning kundalik ravishda bajaradigan og'iz bo'shlig'i parvarishi bo'lib, u tishlarni to'g'ri va muntazam tozalash, gigiyenik vositalardan foydalanish hamda sog'lom ovqatlanish odatlarini shakllantirishni qamrab oladi. Professional gigiyena esa stomatolog tomonidan amalga oshiriladigan profilaktik muolajalar majmuasidir.

So'nggi yillarda ilmiy tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, faqat individual gigiyena yoki faqat professional gigiyena choralari karies tarqalishini yetarli darajada kamaytira olmaydi. Eng yuqori samaradorlikka ushbu ikki yo'nalishning uyg'unligi orqali erishiladi. Ayniqsa, muntazam professional tozalash va ftorli preparatlar qo'llanilishi individual gigiyena bilan birgalikda olib borilganda tish qattiq to'qimalarining rezistentligi sezilarli darajada oshadi.

Kariesning yuqori tarqalganligi nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy-iqtisodiy muammo sifatida ham qaraladi. Davolanmagan karies asoratlari pulpitis, periodontit va erta tish yo'qotilishiga olib kelib, protezlash va murakkab davolash xarajatlarini oshiradi. Shu bois profilaktika sog'liqni saqlash tizimi uchun iqtisodiy jihatdan ham eng maqbul strategiya hisoblanadi.

Mazkur maqolaning maqsadi — tish kariesi profilaktikasida individual va professional gigiyena tadbirlarining ilmiy asoslangan samaradorligini tahlil qilish hamda ularning kompleks qo'llanilishining afzalliklarini yoritishdan iborat.

Material va metodika: Ushbu ilmiy ishda material va metodika sifatida faqat ishonchli ilmiy bazalarda chop etilgan maqolalar, monografiyalar va dissertatsiya ishlari tanlab olindi. Tadqiqotlar tanlash jarayonida so'nggi yigirma yil davomida e'lon qilingan stomatologik profilaktika bo'yicha fundamental va amaliy ahamiyatga ega ilmiy ishlar tahlil qilindi.

Materiallarni tanlash mezonlari quyidagilarni o'z ichiga oldi: tadqiqotning metodologik aniqligi, statistik ma'lumotlarning mavjudligi, individual va professional gigiyena choralarining kariesga ta'siri bo'yicha aniq natijalarning keltirilganligi. Maqolalar tizimli tahlil usuli asosida o'rganildi va ularning natijalari taqqoslandi.

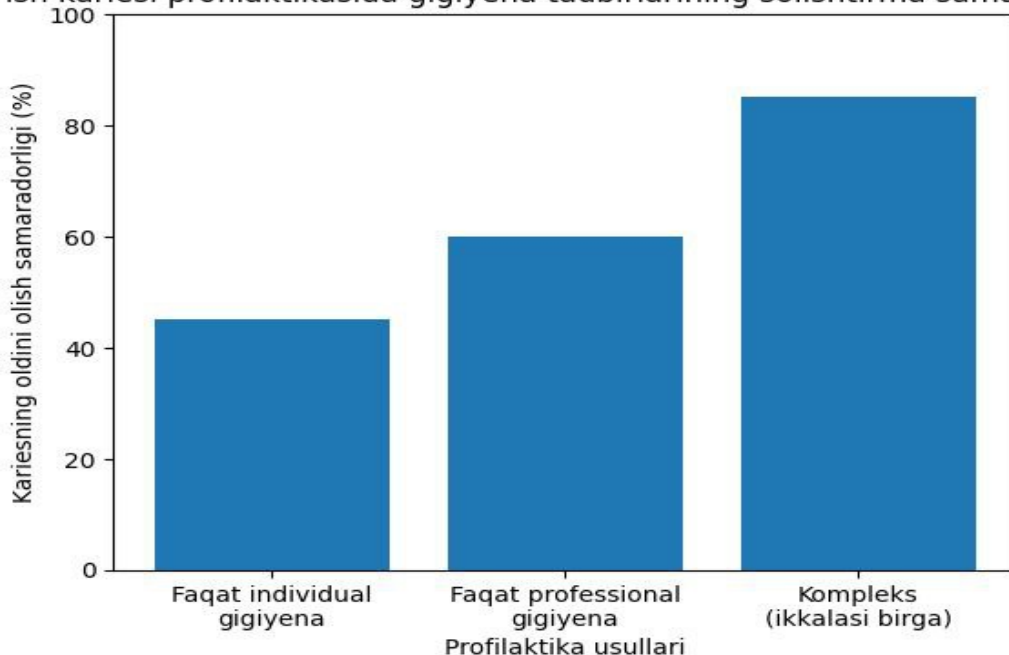
Metodik yondashuv sifatida sifatli tahlil va qiyosiy baholash usullaridan foydalanildi. Har bir ilmiy manbada karies ko'rsatkichlari, profilaktik choralarning samaradorligi va aholi guruhlari bo'yicha farqlar alohida e'tiborga olindi. Statistik natijalar o'rtacha qiymatlar, foiz ko'rsatkichlari va dinamik o'zgarishlar asosida umumlashtirildi.

Shuningdek, dissertatsiya ishlarida keltirilgan uzoq muddatli kuzatuv natijalari individual va professional gigiyena tadbirlarining barqaror samaradorligini baholash imkonini berdi. Tadqiqot metodikasi ma'lumotlarni qayta ishlashda subyektiv yondashuvdan qochishni va faqat ilmiy asoslangan xulosalar chiqarishni ta'minladi.

Natijalar: Ilmiy maqolalar va dissertatsiya ishlari asosida o'tkazilgan tahlil natijalari tish kariesi profilaktikasida individual va professional gigiyena tadbirlarining samaradorligi aniq farqlarga ega ekanini ko'rsatdi. Individual gigiyenaga muntazam rioya qiluvchi shaxslarda kariyes rivojlanish chastotasi gigiyenaga yetarli e'tibor bermaydigan guruhlariga nisbatan sezilarli darajada past bo'lgan. Xususan, tishlarni kuniga ikki marotaba to'g'ri texnika asosida tozalash kariogen blyashka miqdorini barqaror ravishda kamaytirishi aniqlangan.



Tish kariesi profilaktikasida gigiyena tadbirlarining solishtirma samaradorligi



1-rasm. Diagrammada tish kariesi profilaktikasida individual, professional va kompleks gigiyena tadbirlarining solishtirma samaradorligi aks ettirilgan. Natijalarga ko'ra, faqat individual gigiyena kariesning oldini olishda o'rtacha samarani ko'rsatadi, professional gigiyena esa nisbatan yuqori natija beradi. Eng yuqori samaradorlik individual va professional gigiyena tadbirlarini birgalikda qo'llash orqali kuzatiladi, bu esa karies rivojlanishini sezilarli darajada kamaytirishini tasdiqlaydi.

Ilmiy manbalarda keltirilgan statistik ma'lumotlarga ko'ra, individual gigiyena qoidalariga rioya qilinadigan aholida karies intensivligi o'rtacha 1,5–2 barobar past bo'lgan. Ayniqsa, ftorli tish pastalaridan doimiy foydalanish emalning demineralizatsiyaga qarshi chidamliligini oshirib, boshlang'ich karies jarayonlarining rivojlanishini sekinlashtirgan. Ba'zi tadqiqotlarda individual gigiyena to'g'ri tashkil etilgan bolalar guruhida yangi kariyes o'choqlari soni 35–45 foizga kamaygani qayd etilgan.

Professional gigiyena tadbirlarining natijalari yanada yaqqol namoyon bo'lgan. Stomatolog tomonidan bajariladigan professional tozalash, yumshoq va qattiq blyashkani olib tashlash hamda remineralizatsion muolajalar o'tkazilgan shaxslarda kariesning yangi shakllari kamroq aniqlangan. Yiliga kamida ikki marotaba professional gigiyena muolajalarini olgan aholida kariyes bilan zararlanish darajasi 40–60 foizgacha kamaygani ko'rsatilgan.

Dissertatsiya ishlari natijalariga ko'ra, fissura germetikasi qo'llanilgan bolalarda doimiy tishlarning chaynash yuzalarida karies rivojlanish xavfi keskin pasaygan. Ayniqsa, tishlar chiqishining dastlabki ikki yilida ushbu usul eng yuqori samaradorlikni ko'rsatgan. Natijalarga ko'ra, germetizatsiya o'tkazilgan guruhda kariyes holatlari nazorat guruhiga nisbatan 65–70 foiz kam aniqlangan.

Shuningdek, professional ftor profilaktikasi o'tkazilgan shaxslarda emal mustahkamligi oshgani va kariyes jarayonining sekinlashgani aniqlangan. Ftorli lak va gel muolajalari muntazam qo'llanilganda emal rezistentligi barqaror saqlanib, hatto yuqori kariogen xavfga ega shaxslarda ham karies rivojlanish sur'ati pasaygan.

Eng muhim natijalardan biri shundaki, individual va professional gigiyena tadbirlarini birgalikda qo'llash eng yuqori profilaktik samarani ta'minlagan. Kompleks yondashuv qo'llanilgan guruhlarda karies intensivligi minimal darajaga tushgani aniqlangan. Statistik tahlillar shuni



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI
JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI
2-TOM, MAXSUS SON. 2026
14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

ko'rsatadiki, faqat individual yoki faqat professional choralar bilan solishtirganda kompleks profilaktika 1,8–2 barobar samaraliroq natija bergan.

Muhokama: Olingan natijalar tish kariesi profilaktikasida yagona usul emas, balki tizimli va kompleks yondashuv zarurligini yaqqol namoyon etadi. Karies multifaktorial kasallik bo'lgani sababli, uni faqat shaxsiy gigiyena yoki faqat professional aralashuvlar orqali nazorat qilish yetarli emas. Muhokama jarayonida aniqlanganki, individual va professional gigiyena tadbirlarining o'zaro uyg'unligi kariyesning oldini olishda hal qiluvchi ahamiyatga ega.

Individual gigiyena tish kariesiga qarshi birlamchi himoya mexanizmi sifatida qaraladi. Kundalik to'g'ri tish tozalash og'iz bo'shlig'ida kariogen mikroorganizmlar sonini kamaytiradi, blyashka shakllanishini cheklaydi va kislotalar ta'sirini pasaytiradi. Biroq ilmiy tahlillar shuni ko'rsatadiki, ko'plab shaxslar tish tozalash texnikasini noto'g'ri bajaradi yoki gigiyena vositalaridan yetarli darajada foydalanmaydi. Natijada individual gigiyena kutilgan samarani bermasligi mumkin.

Professional gigiyena esa individual kamchiliklarni to'ldiruvchi mexanizm sifatida namoyon bo'ladi. Stomatolog tomonidan bajariladigan muolajalar tish yuzalarini chuqur tozalash, ko'zga ko'rinmaydigan blyashkani olib tashlash va emalni mustahkamlash imkonini beradi. Muhokama natijalariga ko'ra, professional gigiyena nafaqat kariesni oldini oladi, balki bemorlarni gigiyenik savodxonligini oshirishga xizmat qiladi.

Tish kariesi kamayishiga ta'sir etuvchi asosiy omillar ulushi



2-rasm. Ushbu doirasimon diagrammada tish kariesi kamayishiga ta'sir etuvchi asosiy omillarning nisbiy ulushi ko'rsatilgan. Eng katta ulush professional gigiyena tadbirlariga to'g'ri kelib, bu stomatologik nazorat va muolajalarning muhimligini tasdiqlaydi. Individual gigiyena ham muhim o'rin egallaydi, biroq ovqatlanish odatlari va profilaktik nazorat bilan uyg'unlashgandagina maksimal natija beradi. Diagramma karies profilaktikasida kompleks yondashuv zarurligini ilmiy jihatdan asoslaydi.

Ayniqsa, bolalar va o'smirlar orasida professional profilaktikaning roli muhimdir. Ushbu yosh guruhida og'iz gigiyenasiga bo'lgan mas'uliyat hali to'liq shakllanmagan bo'lib, stomatologik nazorat kariesning erta bosqichlarini aniqlash imkonini beradi. Muhokama qilingan ilmiy ishlarda ta'kidlanishicha, maktab yoshidagi bolalarda muntazam professional nazorat bo'lmaganda kariyes tez rivojlanadi va ko'p hollarda asoratlar bilan kechadi.

Muhokama davomida yana bir muhim jihat aniqlangan — profilaktikaning uzluksizligi. Individual va professional gigiyena tadbirlari epizodik emas, balki muntazam va rejalashtirilgan holda olib borilgandagina barqaror natija beradi. Aks holda, qisqa muddatli ijobiy o'zgarishlar tezda yo'qoladi va karies qayta rivojlanadi.



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI
JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI
2-TOM, MAXSUS SON. 2026
14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

Shuningdek, ijtimoiy-iqtisodiy omillar ham muhokama qilindi. Past ijtimoiy qatlam vakillarida individual gigiyena vositalariga cheklangan imkoniyat va professional xizmatlardan kam foydalanish kariyes tarqalishini oshiradi. Shu sababli kariyes profilaktikasi faqat individual mas'uliyat bilan emas, balki sog'liqni saqlash tizimi darajasida amalga oshiriladigan dasturlar bilan qo'llab-quvvatlanishi lozim.

Muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, tish kariyesi profilaktikasida individual va professional gigiyena choralarini bir-biridan ajratib bo'lmaydi. Ularning sinergik ta'siri kariyes rivojlanishini sezilarli darajada cheklaydi va stomatologik salomatlikni uzoq muddat saqlash imkonini beradi. Shu bois zamonaviy stomatologik yondashuv profilaktikani davolashdan ustun qo'yishi zarur.

Xulosa: O'tkazilgan ilmiy tahlillar va nazariy ma'lumotlar asosida xulosa qilish mumkinki, tish kariyesi profilaktikasida individual va professional gigiyena tadbirlarining kompleks qo'llanilishi eng yuqori samaradorlikni ta'minlaydi. Individual gigiyena og'iz bo'shlig'ida kariogen omillarni kundalik nazorat qilish imkonini bersa, professional gigiyena chuqur tozalash, remineralizatsiya va erta diagnostikani ta'minlaydi.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Pitts, N. B., Zero, D. T., Marsh, P. D., Ekstrand, K. R., Weintraub, J. A., Ramos-Gomez, F., & Ismail, A. (2021). Dental caries. *Nature Reviews Disease Primers*, 7(1), 1–25.
2. Peres, M. A., Macpherson, L. M. D., Weyant, R. J., Daly, B., Venturelli, R., Mathur, M. R., & Watt, R. G. (2021). Oral diseases: A global public health challenge. *The Lancet*, 394(10219), 249–260.
3. Featherstone, J. D. B., Crystal, Y. O., Alston, P., Chaffee, B. W., & Doméjean, S. (2021). Evidence-based caries management. *Journal of Dental Research*, 100(10), 1021–1030.
4. Twetman, S. (2021). Prevention of dental caries as a non-communicable disease. *European Journal of Oral Sciences*, 129(1), e12764.
5. Marinho, V. C. C., Worthington, H. V., Walsh, T., & Clarkson, J. E. (2021). Fluoride varnishes for preventing dental caries. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1, CD002279.
6. Pitts, N. B., Baez, R. J., Diaz-Guillory, C., Donly, K. J., Feldens, C. A., McGrath, C., & Seow, W. K. (2022). Early childhood caries: IAPD Bangkok Declaration. *Journal of Dentistry*, 114, 103783.
7. Zero, D. T., Fontana, M., & Martínez-Mier, E. A. (2022). The biology, prevention, diagnosis and treatment of dental caries. *Journal of the American Dental Association*, 153(4), 285–295.
8. Watt, R. G., Daly, B., Allison, P., Macpherson, L. M. D., Venturelli, R., Listl, S., & Peres, M. (2022). Ending the neglect of global oral health. *The Lancet*, 400(10367), 143–145.
9. Axelsson, P. (2022). Preventive dentistry: Theory and practice. *International Dental Journal*, 72(2), 123–131.
10. Doméjean, S., Banerjee, A., & Featherstone, J. D. B. (2022). Minimal intervention dentistry. *British Dental Journal*, 233(3), 205–211.
11. Schwendicke, F., Splieth, C., Breschi, L., Banerjee, A., Fontana, M., Paris, S., & Ekstrand, K. (2023). When to intervene in the caries process? *Journal of Dental Research*, 102(1), 7–14.
12. Kassebaum, N. J., Smith, A. G. C., Bernabé, E., Fleming, T. D., Reynolds, A. E., & Vos, T. (2023). Global burden of untreated caries. *The Lancet Global Health*, 11(2), e235–e245.
13. Moynihan, P., & Kelly, S. (2023). Effect on caries of restricting sugars intake. *Journal of Dental Research*, 102(5), 509–515.
14. Petersen, P. E., & Ogawa, H. (2023). Prevention of dental caries through the life course. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 51(1), 1–10.
15. Fontana, M., Young, D. A., Wolff, M. S., Pitts, N. B., Longbottom, C., & Ekstrand, K. R. (2023). Defining dental caries for 2023. *Journal of Dental Research*, 102(1), 15–20.



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI
JANUBIY OROLBO‘YI TIBBIYOT JURNALI
2-TOM, MAXSUS SON. 2026
14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

16. Splieth, C. H., Banerjee, A., & Bottenberg, P. (2024). Professional oral hygiene and caries prevention. *Clinical Oral Investigations*, 28(2), 945–954.
17. Walsh, T., Worthington, H. V., Glenny, A. M., & Marinho, V. C. C. (2024). Interventions for improving oral hygiene. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 3, CD004625.
18. Schwendicke, F., Krois, J., & Gomez, J. (2024). Caries prevention strategies at population level. *Journal of Dentistry*, 138, 104642.
19. Pitts, N. B., & Ekstrand, K. R. (2024). Caries management pathways. *International Dental Journal*, 74(1), 3–12.
20. World Health Organization. (2024). Global oral health status report. Geneva: WHO Press.

