
MILKNING TUZILISHI VA MILK KASALLIKLARI

Xaydarova Barno Isroiljonovna ¹

¹ Ilmiy rahbar: O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi Toshkent Davlat stomatologiya instituti (TDSI) Anatomiya kafedrasida katta o'qituvchisi.

Murodjonov Hojiakbar Burxonjon o'g'li ¹

¹ Toshkent Davlat Stomatologiya Instituti talabasi

ARTICLE INFO

ABSTRACT:

ARTICLE HISTORY:

Received: 26.11.2025

Revised: 27.12.2025

Accepted: 28.03.2025

KEYWORDS:

milk, og'iz
gigiyenasi, gingivit, milk
kasalliklari, milkning
tuzilishi, profilaktika,
davolash usullari,
sog'lom og'iz bo'shlig'i

Milk og'iz bo'shlig'ining muhim qismi bo'lib, uning sog'lomligi tish va og'iz gigiyenasi uchun juda muhimdir. Ushbu maqolada milkning tuzilishi va uning asosiy kasalliklaridan biri – gingivit haqida so'z yuritiladi. Gingivit milkning yallig'lanishi bo'lib, asosan noto'g'ri gigiyena va bakteriyalar tufayli yuzaga keladi. Maqolada uning sabablari, belgilari va davolash usullari haqida ma'lumot beriladi. Shuningdek, sog'lom milkn saqlash uchun muhim tavsiyalar keltiriladi.

KIRISH. Og'iz bo'shlig'i inson organizmi uchun muhim ahamiyatga ega bo'lib, u nafaqat ovqat hazm qilish jarayonida, balki umumiy salomatlikni saqlashda ham asosiy rol o'ynaydi. Milk esa og'iz bo'shlig'ining asosiy tarkibiy qismlaridan biri bo'lib, tishlarni mahkam ushlab turish va ularni infeksiyalardan himoya qilish vazifasini bajaradi. Biroq, milk to'qimalarining yallig'lanishi (gingivit) keng tarqalgan muammo bo'lib, ko'pincha og'iz gigiyenasiga yetarlicha e'tibor berilmasligi yoki boshqa omillar tufayli yuzaga keladi.

Gingivitning dastlabki belgilari odatda yengil bo'lib, ko'pincha e'tiborga olinmaydi, ammo vaqtida davolanmasa, u jiddiyroq kasalliklarga, masalan, periodontitga olib kelishi mumkin. Shu sababli, milk kasalliklarini erta aniqlash, davolash va oldini olish usullari haqida bilimlarni oshirish juda muhimdir. Ushbu maqolada milkning tuzilishi, gingivitning sabablari, belgilari, turlari, shuningdek, davolash va profilaktika usullari haqida to'liq ma'lumot beriladi.

Milkning tuzilishi.

Milk, gingvina – yuqori va pastki jag‘ suyaklarning alveolyar o‘simtalarini qoplovchi shilliq qavatidir. Milklar kengligi 4-6 mm. Milkda ikkita qism tafovut etiladi: bog‘langan, alveolyar qismi (pars fixa) va erkin (pars libera, marginalis). Milklar devorida shilliq osti qavati farqlanmaydi, shuning uchun u bevosita alveolyar o‘simtadagi suyak usti pardasi bilan to‘g‘ridan-to‘g‘ri tutashib ketadi.

Milkning tish yuzasi bilan bog‘langan tomoni milkning erkin qismi nomini oladi va bevosita tishga yaqin joyini milk kirrasi, margo gingivalis, ba ular orasidagi egat – milk egati, sulcus gingivalis hosil bo‘ladi. Milk so‘rgichlari, papilla gingivalis – tishlar orasidagi milklarning bir qismi. Milk so‘rgichlari vestibulyar va oral turi farqlanadi, ular so‘rgicharo boylam orqali tutashgan bo‘ladi. Yoshi katta bo‘lgan sari milk egati chuqurlashib ketadi va milk cho‘ntakka aylanadi.

Milklar ko‘p qavatli yassi epiteliy bilan qoplangan bo‘lib, kollagen tolalarga boy. Og‘izning xususiy bo‘shligi pastki devorini yoki og‘iz bo‘shlig‘ining tubini og‘iz diafragmasi, diaphragma oris deb atalib, til va yumshoq to‘qima bilan to‘lib turadi. Til ostida til yugancha – frenulum linguae bo‘lib, uning ikki tarafida til osti so‘rgichlari caruncula sublingualis joylashadi. Bu so‘rgich yuzasiga jag‘ osti va til osti so‘lak bezlarining naylari ochiladi. Gingivitning asosiy sabablari

Noto‘g‘ri og‘iz gigiyenasi: Tishlarni muntazam tozalamaslik yoki noto‘g‘ri tozalash natijasida tish yuzasida karash (mikroorganizmlar to‘plami) to‘planadi. Bu karash gingivitning asosiy sababidir. Agar karash vaqtida olib tashlanmasa, u qattiq tartarga aylanadi va milkni qo‘zg‘atadi.

Tartar to‘planishi: tartar tishlarning asosiy qismida va milk chetida to‘planadi. Bu milk to‘qimalarini qo‘zg‘atib, yallig‘lanishga olib keladi.

Tamaki iste‘moli: tamaki chekish milkning qon tomirlarini toraytiradi, bu esa qon bilan ta‘minlanishni pasaytiradi. Natijada, milk kasalliklariga chalinish havfi ortadi.

Gormonal o‘zgarishlar: homiladorlik, balog‘at yoshi yoki boshqa gormonal o‘zgarishlar milkning sezgirligini oshiradi va gingivitning rivojlanishiga olib keladi.

Gingivitning turlari:

- Oddiy gingivit: noto‘g‘ri gigiyena natijasida yuzaga keladigan yallig‘lanish.
- Gormonal gingivit: homiladorlik, o‘smirlik yoki menopauza davrida yuzaga keladi.
- Dori vositalari bilan bog‘liq gingivit: ba‘zi dorilar (masalan, gipertenziya uchun ishlatiladigan dorilar) milk shishishiga olib kelishi mumkin.
- Yallig‘lovchi va infeksiyon gingivit: bakterial yoki virusli infeksiyalar sabab bo‘ladi.

- Diabet bilan kasallangan bemorlarda gingivit rivojlanish havfi yuqori bo'lib, milk to'qimalari zaiflashishi mumkin. Gingivit yurak kasalliklari bilan ham bog'liq bo'lishi mumkin, chunki og'iz bo'shlig'idagi yallig'lanish butun organizmga ta'sir qiladi [4]. Ba'zi tadqiqotlar homilador ayollarda gingivit erta tug'ruq havfini oshirishi mumkinligini ko'rsatadi.

Gingivitning asosiy belgilari:

Gingivit og'iz bo'shlig'idagi eng keng tarqalgan kasalliklardan biri bo'lib, uning dastlabki belgilari odatda yengil bo'lsa-da, vaqtida davolanmasa, jiddiy asoratlarga olib kelishi mumkin.

Milkning qizarishi: sog'lom milk och pushti yoki biroz qizg'ish rangda bo'ladi. Gingivitda esa milk qizarib, yallig'langan ko'rinishga ega bo'ladi [10].

Milkning shishishi: milk to'qimalari shishib, tish atrofida qalinroq ko'rinadi. Bu shish tishlarni tozalash yoki og'izni chayqanda og'riq keltirishi mumkin.

Milkning qonashi: tishlarni yuvish, tish ipidan foydalanish yoki og'izni chayqanda milk qonashi kuzatiladi. Bu gingivitning eng ko'p uchraydigan belgilaridan biridir.

Og'riq va noqulaylik: milk og'riqli bo'lib, ayniqsa issiq, sovuq yoki shirin ovqatlar iste'mol qilganda noqulaylik tug'diradi. Og'riqning kuchi yallig'lanish darajasiga bog'liq [2, 42].

Milkning yumshashi: milk to'qimalari yumshab, sezgirligi ortadi, bu esa tishlarni tozalashda noqulaylikka olib keladi [6, 57].

Og'izdan yomon hid kelishi: bakteriyalar ko'payishi tufayli og'izdan yomon hid paydo bo'ladi.

Tish va milk orasidagi bo'shliqlar: gingivit rivojlanganda tish va milk orasida bo'shliqlar paydo bo'lishi mumkin, bu kasallikning jiddiylashganligini ko'rsatadi.

Gingivit belgilarining rivojlanishi: dastlabki bosqichlarda belgilar yengil bo'lib, ko'pincha e'tiborga olinmaydi. Biroq, vaqtida davolanmasa, gingivit periodontitga aylanishi mumkin. Periodontitda tishlarni ushlab turuvchi suyaklar zararlanadi, bu esa tishlarning siljishiga olib keladi.

Gingivitning tarqalishi:

Jahon Sog'liqni Saqlash Tashkiloti (WHO) ma'lumotlariga ko'ra, gingivit katta yoshlilarning 50-90% ini qamrab oladi [5]. Bolalar va o'smirlarda esa bu ko'rsatkich 60-70% ni tashkil qiladi. WHO ma'lumotlariga ko'ra, dunyo aholisining 3,5 milliard kishisi og'iz bo'shlig'i kasalliklaridan aziyat chekadi, bu esa insoniyatning deyarli yarmiga teng. O'zbekistonda ham og'iz bo'shlig'i kasalliklari, shu jumladan gingivit, keng tarqalgan.

So‘nggi tadqiqotlarga ko‘ra, aholining 70% dan ortig‘i milk kasalliklarining dastlabki belgilariga ega (O‘zbekiston Tibbiyot Jurnal, 2020) [7]. Bolalarda gingivitning asosiy sababi noto‘g‘ri og‘iz gigiyenasi va noto‘g‘ri ovqatlanishdir. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, bolalarning 40% dan ortig‘i maktab yoshida gingivit belgilariga duch keladi. Diabetli bemorlarda esa gingivitning tarqalishi 2 barobar yuqori bo‘ladi.

Gingivitning davolash va oldini olish usullari.

Gingivitning dastlabki bosqichlarida uy sharoitida to‘g‘ri parvarish orqali uni davolash yoki yallig‘lanishning oldini olish mumkin:

Kuniga kamida 2 marta (ertalab va kechqurun) tishlarni to‘g‘ri usulda tozalash.

Yumshoq yoki o‘rtacha qattqlikdagi tish cho‘tkasidan foydalanish (juda qattiq cho‘tkalar milkni shikastlashi mumkin).

Tish ipi bilan tish orasidagi oziq qoldiqlarini tozalash.

Og‘iz chayqovchi vositalardan foydalanish (xlorgeksidin yoki o‘simlik asosidagi eritmalar yallig‘lanishni kamaytiradi).

Tabiiy usullar va xalq tabobati:

Tuzli yoki sodali eritmalar: iliq suvga ozgina tuz yoki soda qo‘shib, kuniga 2-3 marta chayqash yallig‘lanishni kamaytiradi [8]. O‘simlik choylari: romashka, eman po‘stlog‘i, aloe bargi yoki choy daraxti yog‘i antiseptik xususiyatga ega.

Asal va propolis: bakteriyalarga qarshi ta‘sir ko‘rsatib, milk to‘qimalarini tiklashga yordam beradi.

Agar gingivit rivojlanib, milk yallig‘lanishi kuchaysa, tish shifokoriga murojaat qilish zarur:

Professional tish tozalash (skeyling va polirovka): stomatolog ultratovush uskunalari yordamida tish toshlarini olib tashlaydi. So‘ngra tish yuzasi maxsus pasta bilan silliqlanadi.

Kuretaj (chuqur tozalash): agar yallig‘lanish og‘irlashgan bo‘lsa, milk cho‘ntaklaridagi va yallig‘langan to‘qimalar maxsus vositalar bilan tozalanadi. Bu gingivitning periodontitga o‘tishini oldini oladi.

Lazer terapiyasi: lazer yordamida milk yallig‘lanishining chuqur qatlamlari tozalanadi va dezinfeksiya qilinadi. Bu qonashni kamaytirib, tiklanishni tezlashtiradi.

Xulosa

Milk og‘iz bo‘shlig‘ining muhim tarkibiy qismi bo‘lib, uning sog‘lomligi umumiy og‘iz gigiyenasi va inson salomatligi uchun muhim ahamiyatga ega. Milkning asosiy vazifasi tishlarni mustahkam ushlab turish, ovqat chaynalishida ishtirok etish va tishlarni har xil tashqi omillardan himoya qilishdan iborat. Biroq, noto‘g‘ri gigiyena, yomon odatlar va

ayrim kasalliklar tufayli milk yallig‘lanishiga olib keladigan gingivit kabi kasalliklar keng tarqalgan muammolardan biridir.

Gingivit – bu milkning yallig‘lanishi bo‘lib, u odatda og‘iz gigiyenasiga yetarlicha e‘tibor bermaslik natijasida yuzaga keladi. Dastlabki bosqichlarda u yengil kechishi mumkin, lekin vaqtida davolanmasa, jiddiyroq muammolarga, jumladan, periodontit kabi og‘ir kasalliklarga olib kelishi mumkin. Gingivitning asosiy belgilari milkning qizarishi, shishishi, qonashi va noqulaylik tug‘dirishi bilan tavsiflanadi. Ushbu kasallikning paydo bo‘lishiga olib keladigan asosiy omillar noto‘g‘ri tish tozalash, bakterial plakka, tamaki mahsulotlaridan foydalanish, gormonal o‘zgarishlar va ayrim kasalliklar hisoblanadi.

Gingivitning oldini olish va davolash usullari orasida og‘iz gigiyenasi qoidalariga qat‘iy rioya qilish eng muhim choralar qatoriga kiradi. Tishlarni muntazam ravishda to‘g‘ri usulda tozalash, tish ipi va antiseptik og‘iz chayqovchi vositalardan foydalanish yallig‘lanishning oldini oladi. Shuningdek, professional tish tozalash muolajalari (skeyling va polirovka) ham milk sog‘lig‘ini saqlashda muhim rol o‘ynaydi.

Zamonaviy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, gingivit nafaqat og‘iz bo‘shlig‘ining muammosi bo‘lib qolmay, balki butun organizmga ta‘sir qilishi mumkin. Ayrim tadqiqotlar gingivit bilan yurak-qon tomir kasalliklari, diabet va hatto erta tug‘ruq o‘rtasidagi bog‘liqlikni tasdiqlaydi. Shu sababli, og‘iz bo‘shlig‘i salomatligini saqlash – insonning umumiy sog‘lig‘ini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Xulosa qilib aytganda, milkning tuzilishi va uning sog‘lomligi haqida yetarli bilimga ega bo‘lish, gingivit va boshqa milk kasalliklarining oldini olishda katta ahamiyatga ega. Profilaktika choralari va muntazam stomatologik tekshiruvlar orqali milk kasalliklarini kamaytirish va og‘iz bo‘shlig‘ining umumiy salomatligini yaxshilash mumkin. Sog‘lom milk – bu nafaqat go‘zal tabassum, balki mustahkam sog‘liqning ham kafolatidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ro‘ziyev A.A. “Terapevtik stomatologiya”, 2005.
2. Ro‘ziyev A.A. “Og‘iz, jag‘ va yuz anatomiyasi”.
3. “Periodont kasalliklari va ularning oldini olish” – O‘zbek stomatologlarining qo‘llanmalari.
4. Chapple, I. L. C., & Genco, R. (2013). Diabetes and periodontal diseases: consensus report of the Joint EFP/AAP Workshop on Periodontitis and Systemic Diseases. *Journal of Periodontology*, 84(4), S106-S112.

5. Petersen, P. E. (2003). The World Oral Health Report 2003: Continuous improvement of oral health in the 21st century – the approach of the WHO Global Oral Health Programme. World Health Organization.

6. To‘rayev H.T. “Inson anatomiyasi”, O‘qituvchi nashriyoti, 2010.

7. O‘zbekiston Tibbiyot Jurnal (2020). “O‘zbekistonda og‘iz bo‘shlig‘i kasalliklarining tarqalishi va oldini olish”.

8. Van der Weijden, G. A., Hioe, K. P. K., & Slot, D. E. (2011). The efficacy of oral rinses in plaque and gingivitis management. *Journal of Clinical Periodontology*, 38(s11), 116-125.

9. Ro‘ziyev A.A. “Terapevtik stomatologiya”, Tibbiyot nashriyoti, 2015.

10. Newman et al. (2020).

