

SIGARET CHAKISHNING OG'IZ BO'SHLIG'IDAGI SALBIY AHAMIYATI

Xolmurodova Manzura*Alfraganus Universiteti Stomatologiya va Farmatsiya fakulteti**Stomatologiya yo'nalishi 1 – kurs talabasi***Axtamova Irodaxon Akbarovna***Alfraganus Universiteti Stomatologiya kafedrasi o'qituvchisi*

Annotatsiya: Tamaki tutuni, kimyoviy birikmalar, milklarning yallig'lanishi, noxush hid, ta'm bilishning pasayishi, yaralarning bitmasligi, onkologik kasalliklar.

Kalit so'zi: Tamaki, parodontit, nikotin, smola, uglerod oksidi, og'ir metallar va kanserogenlar.

Tamaki tutuni tarkibidagi 4000 dan ortiq kimyoviy birikmalar (nikotin, smola, uglerod oksidi, og'ir metallar va kanserogenlar) og'iz bo'shlig'i to'qimalariga ham lokal (mahalliy), ham tizimli ravishda zarar yetkazadi.

Sigaret chekish og'iz bo'shlig'iga jiddiy zarar yetkazishini hammamiz bilamiz. U tish emalining qorayishi, og'izdan noxush hid kelishi, milklarning qonashi (parodontit), ta'z bilish qobiliyatining pasayishiga olib keladi hamda eng og'ir asorat — og'iz bo'shlig'i saratoni xavfini keltirib chiqaradi.

□ Tishlarning sarg'ayishi va emalning shikastlanishi: Tutun tarkibidagi qatron va nikotin tishlarda qora va sariq dog'lar hosil qiladi, tish emalini yupqalantiradi.

□ Milklarning yallig'lanishi (Periodontit): Chekish qon tomirlarini toraytiradi, buning oqibatida milklarga boradigan oziq moddalarni va kislorodni kamaytiradi. Natijada milklar zaiflashadi, tishlar qimirlab qolishi va erta to'kilishi kuzatiladi.

□ Noxush hid (Galitoz): Og'izdagi quruqlik va bakteriyalar ko'payishi uchun qulay muhit yaratilgani sababli doimiy yomon hid saqlanib qoladi.

□ Ta'm bilishning pasayishi: Kimyoviy moddalar til va tanglaydagi ta'm bilish retseptorlarini "kuydiradi", ovqatning asl ta'mi sezilmay qoladi.

□ Yaralarning bitmasligi: Chekuvchilarda og'iz bo'shlig'ida (masalan, tish olib tashlangandan so'ng yoki kichik jarohatlarda) yaralar juda.

□ Onkologik kasalliklar: Tamaki tutunida kuchli kanserogenlar mavjud bo'lib, bu til, lab, milk va tomoq saratoni kelib chiqishining asosiy sababidir sekin bitadi.



So'nggi yillarda tamaki istemoli kuchayib bormoqda . O'zbekistonda jami **3,83 million kishi** tamaki iste'mol qiladi (shundan 3,71 millioni erkaklar, 123 ming nafari ayollar). Foiz hisobida (18-69 yosh oralig'ida):

- **Erkaklar:** Aholining **32,9 %i** (har uchta erkakdan biri) tamaki chekadi.
- **Ayollar:** Ayollar orasida bu ko'rsatkich ancha past , **0,8 %i** tashkil etadi.
- **Nosvoy (Tutunsiz tamaki):** Erkaklarning **20 %i** tutunsiz tamakidan foydalanadi, ularning 89 foizi aynan nosvoy iste'mol qiladi.
- **O'smirlar:** 13–15 yoshdagi maktab o'quvchilarining **1,7 %i** muntazam chekadi. Lekin o'smir bolalarning 10 %i hayotida kamida bir marta chekib ko'rgan.

Xulosa:

Tamaki iste'moli — butun dunyoda va mamlakatimizda og'iz bo'shlig'i salomatligini barbod qiluvchi eng asosiy va eng xavfli omildir. Dunyoda 1 milliarddan, O'zbekistonda esa 3,8 milliondan ortiq inson hamon tamaki asiridir. Bu esa stomatologlar zimmasiga nafaqat davolash, balki aholi o'rtasida chekishga qarshi tushuntirish ishlarini olib borish mas'uliyatini ham yuklaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Rizayev, J. A. (2019). Aholi o'rtasida stomatologik kasalliklar profilaktikasi va og'iz bo'shlig'i salomatligini baholash mezonlari. Toshkent: "Yangi asr avlodi" nashriyoti.
2. Bekjanova, O. V., & Shukurova, U. A. (2021). Og'iz bo'shlig'i shilliq qavatining kasalliklari: O'quv qo'llanma. Toshkent: Toshkent davlat stomatologiya instituti nashriyoti.
3. Kamilov, X. P., & Xazratov, A. I. (2020). Terapevtik stomatologiya: Parodont va og'iz bo'shlig'i a'zolari kasalliklari epidemiologiyasi. Samarqand: Samarqand davlat tibbiyot universiteti.