

BOLALARDA TISHLARNING NOTEKIS O‘SISHINING OLDINI OLISH USULLARI

Nodirov Nuriddin Shuhrat o‘g‘li

Toshkent davlat stomatologiya instituti, ortodontiya yo‘nalishi 1-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ko‘pchilik o‘shish yoshidagi bolalarni sut tishlari doimiy tishlariga almashinish jarayonida turli xil sabablar bilan o‘z o‘rnidan chiqmaydi yoki o‘rnidan chiqsa ham, noto‘g‘ri tarafga og‘gan holatda chiqadi. Shu bilan birga yuz, chaynov va lab mushaklaridagi kamchiliklar uchrab turadi. Buni ba‘zi ota-onalar vaqtida sezishadi va malakali mutaxassis yordamida to‘g‘ri ko‘rsatmalar asosida vaqtida bartaraf etiladi. Ba‘zi ota-onalar esa e‘tiborsizligi oqibatida kelajakda farzandining tish jag‘ tizimida murakkab amaliyotlar evaziga bartaraf etilishi mumkin bo‘lgan o‘zgarishlar vujudga kelishiga yo‘l ochib berishadi. Aslida esa bu maqoladagi tavsiyalar bilan masalani oson hal etish ham mumkin bo‘ladi.

Kalit so‘zlar: miogimnastika, ortodont, protruziya, retruziya, mezial prikus, distal prikus.

Hurmatli ota-ona farzandingizni tishlariga diqqat bilan e‘tibor bering! Almashayotgan tishlari bir-biriga mutanosibmi, tekismi yoki nomutanosibmi? Ba‘zan tishlar oldinga bo‘rtib chiqadi, fanda buni protruziya deyiladi. Bu holatni bartaraf etishda labning aylana mushaklaridan foydalanilsa bo‘ladi. Bola o‘shish vaqtida tishlarini holatini o‘zgartirish juda oson bo‘ladi, oldinga chiqib ketgan yuqori jag‘ tishini, pastki jag‘ tishlari yordamida yuqor labni tishlash tavsiya qilinadi. Bu holatda mushakdagi bosim hisobiga tishlar asta sekin o‘z joyiga qaytadi. Agar retruziya ya‘ni ortga qarab og‘gan bo‘lsa tishlar bunda bizga til mushaklari yordamga keladi. Til bilan yuqori jag‘ tishlarini 3-4 daqiqa davomida tilning uchi bilan oldinga bosim

o'tkazing, keyin pauza qiling va yana takrorlang (2-3 marta). Bu usul bilan ma'lum vaqt davomida samarali natijaga erishilishi ham mumkin.

Pastki labni yuqori tishlar bilan 2-3 daqiqa tishlash. Bu usul yordamida bolaning o'sayotgan tish jag' tizimidagi pastki jag' tishlaridagi muammoni bartaraf etiladi. Ya'ni pastki jag' tishlarini oldinga chiqib ketishi vaqtida oldi olinadi. Pastki labni yuqori tishlar va yuqori lab bilan ushlang, 4-5 daqiqa ushlab turing va qo'yib yuboring, so'ngra 2-3 daqiqa dam oling. Buni 3-4 marta takrorlang. Bu mashq yordamida ham yuqori ham pastki qator oldingi tishlarining oldinga chiqib ketishini davolashda qo'llaniladi. Ba'zi o'sish yoshidagi bolalarda yuqori jag'ga nisbatan pastki jag' o'sishdan orqada qoladi, natijada bir-biriga nomutanosib holat vujudga keladi yoki teskarisi yuqori jag' o'sishdan orqada qoladi. Bu holatlar stomatologiyaning ortodontiya yo'nalishida pastki jag'ni yuqori jag'ga nisbatan mezial va distal joylashuvi deb nomlanadi. Bu holatlarni ham miogimnastika evaziga erta aniqlangan xolatlarda bartaraf etsa bo'ladi. Distal prikus holatlarida quyidagi mashqni bajarish maqsadga muvofiq. Pastki jag' oldingi guruh tishlarini yuqori jag' oldingi guruh tishlarigacha tekizib oldinga suriladi. Shu holatda 10 soniya ushlab turiladi va sekin asta qo'yib yuboriladi. Shu asnoda vaqtni sekin asta 60 soniyagacha oshirib boriladi, kuniga 4-5 marotaba bajariladi. Bu mashqni rivojlantirish uchun keyinchalik tik turgan holatda boshni bir oz ortga tashlagan holatda bajarilsa yuklama yana ham ortadi. Mezial prikusli bolalarda esa yuqori jag'ni rivojlantirishga qaratilgan mashqlar bajariladi, bunda pastki jag'ni ortga tortilgan xolatda yuqori jag' oldingi guruh tishlarini kesuv qirralariga tekkazilib turiladi, bu 30 soniya davom etadi va asta qo'yib yuboriladi. Ma'lum vaqtdan so'ng 60 soniyagacha uzaytirish mashqni samaradorligini oshiradi. Bundan tashqari yana tilni uchini tanglayni yuqori yumshoq qismiga tekkazib o'rtacha bosim bilan oldinga qarab surish tavsiya etiladi va buni 10 marotabadan, kuniga 4-5 marta takrorlash kerak.

Miogimnastika - ortodontlar tomonidan maxsus ishlab chiqilgan mashqlar to'plami bo'lib, tish-jag' tizimiga chaynov, yuz mushaklari va til yordamida tasir ko'rsatib davolash va profilaktika ishlarini olib borishga qaratilgan. Muntazam mashqlar mushak apparati va suyak to'qimalarini to'g'ri rivojlanishiga xizmat qiladi. Bu

mashqlarni bola va ota-onasi birgalikda bajarganlari maqsadga muvofiq bo‘ladi. Kundalik mashqlar turli o‘yinlar sifatida bolani qiziqishini yanada orttirishga qaratilib borilishi maslahat beriladi. Bir necha oydan so‘ng natijani ko‘rgan ota-ona va bolaning o‘zi ham mashqlar samaradorligini orttirishga o‘zida ham qiziqish ortib boradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Ortodontiya. L.S. Persin. 2004
2. Uilyam R. Proffit.
3. Ortodont.mk.ue
4. Ru.dko.com.ue

