

W zdrowym ciele zdrowy ząb

Fatalnym stanem uzębienia Polaków zainteresowali się niedawno... kardiolodzy. Bo oto okazuje się, że osoby zaniedbujące higienę jamy ustnej są tak samo narażone na choroby serca jak palacze

AGNIESZKA DANOWSKA

Jaki związek może mieć próchnica z zawałem serca? Specjaliści ostrzegają, że stany zapalne w obrębie jamy ustnej to wyleganie bakterii, które przedostając się do układu krążenia, potrafią wywołać wiele chorób ogólnoustrojowych łącznie z zawałem i udarem mózgu. Bakterie żyjące w zepsutych zębach mogą zaatakować także nerki, wątrobę, stawy, mózg i gałki oczne. Ale po kolei....

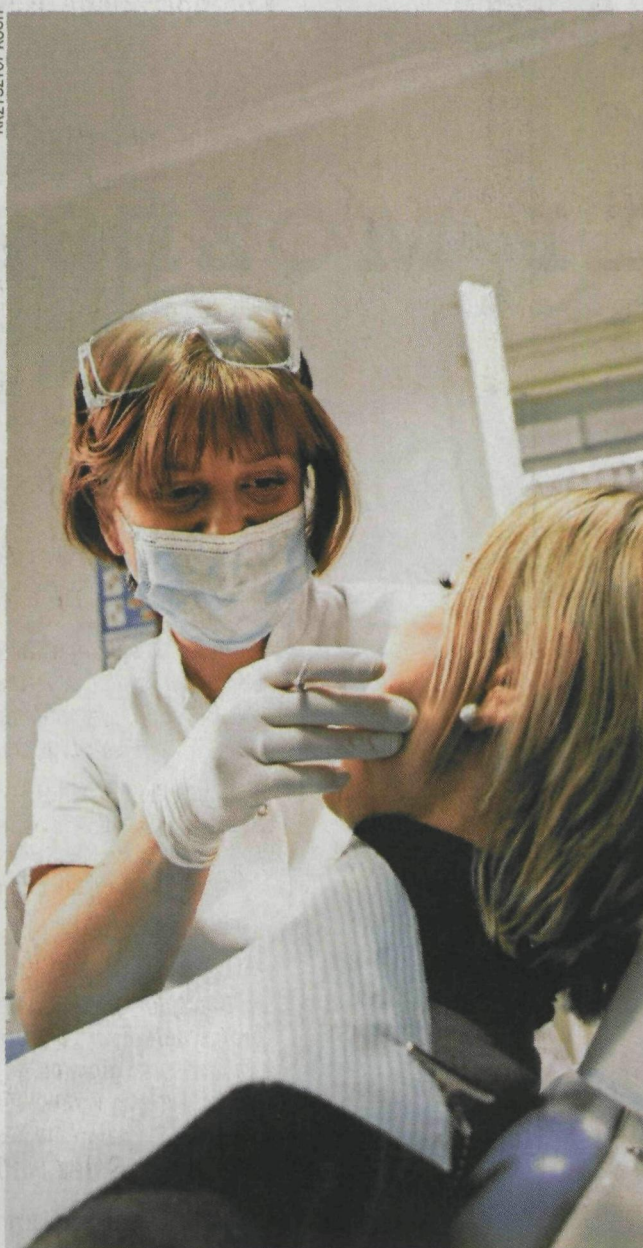
Co robią bakterie?

Gdy bakterie do rozprzestrzeniania się wykorzystują układ krwionośny, są w stanie dotrzeć do praktycznie każdego narządu. Najczęstszym schorzeniem, za które odpowiadają, jest kłębuszkowe zapalenie nerek. Zakażenia odzębowe mogą wywołać także zapalenie wsierdza - najgłębszej warstwy serca, co z kolei zaburza jego pracę i prowadzi do wady. Gdy bakterie pochodzące z jamy ustnej uderzą w zatoki żyłne opon mózgowych i mózgu, grozi nam zapalenie opon mózgowych, ropień mózgu, a nawet udar wywołany przez zatykające naczynia zakrzepy. Inwazja w rejonie oczodołu grozi z kolei zapaleniem tkanki i powstaniem ropnia.

Kto jest narażony?

Należy pamiętać, że podane przypadki nie powstają z powodu jednej małej dziurki w zębie. Są wynikiem wieloletnich zaniedbań higieny jamy ustnej. Ale problem istnieje i jest poważny. Jak wynika z badań SMG/KRC, Polska znajduje się w grupie 15 krajów, w których

KRZYSZTOF KOCH



Bakterie z jamy ustnej mogą zainfekować inne narządy, dlatego tak ważna jest profilaktyka i regularne wizyty u stomatologa

zachorowalność na choroby zębów i dziąseł jest największa, a próchnica jest w naszym kraju chorobą społeczną. Inne badania mówią, że aż 800 tys. Polaków nie posiada szczoteczki do zębów! To tak jakby w całym Krakowie nikt nie mył zębów. Zakażenia bakteryjne pochodzące z jamy ustnej mogą wydawać się marginalne, jednak przy katastrofalnym stanie uzębienia Polaków nie są rzadkie.

Próchnica nie jest jedynym zagrożeniem. - Grupę ryzyka stanowią także osoby posiadające uzupełnienia protetyczne. Tutaj szkodliwe są źle dopasowane korony i mosty. Dlatego warto sprawdzić, czy koronki nie uciskają na dziąsła, powodując permanentny stan zapalny - tłumaczy dr Iwona Gnach-Olejniczak z wrocławskiej kliniki Unident Union Dental Spa. A skąd mamy wiedzieć, czy mamy stan zapalny? - Wystarczy zwrócić uwagę na kolor dziąseł - siny i blady odcięć może świadczyć o ucisku. Jeżeli korony lub mosty protetyczne są z kolei nieszczelne przy dziąsłach, tuż przy kieszonkach zębowych powstanie idealne miejsce dla rozwoju bakterii - dodaje dr Gnach-Olejniczak.

Idealnym miejscem do rozwoju bakterii zagrażających zdrowiu całego organizmu mogą też być miejsca pod nawisającymi, źle wykonanymi uzupełnieniami stomatologicznymi. Gdy plomba nie przechodzi gładko w ząb, a pod językiem czuć ostre krawędzie, trzeba to zgłosić dentyście. Precyzja wykonania plomby dotyczy nie tylko jej szczelności, lecz także wykończenia.

Także osoby noszące protezy powinny dbać o higienę jamy ustnej po to, by cieszyć się zdrowiem całego organizmu. Protez absolutnie nie wolno trzymać w wodzie, należy za to regularnie je czyścić za pomocą specjalnych środków, a nawet oddawać do lekarza na skaling - taki sam, jakim czyści się zęby w jamie ustnej. Na protezie także odkłada się kamień. By nie była ona siedliskiem bakterii, warto co pewien czas oddawać ją do rebazacji, czyli wymiany trzonu protezy.

Zdrowe zęby to nie tylko kwestia wygody i estetyki - to także sprawa całego organizmu. Warto więc znaleźć czas, by nawet jeśli nic nie boli, iść do stomatologa na kontrolną, bezbolesną wizytę. ●