

Ильюк А. Н.

ЗНАЧЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЛЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ

Научный руководитель доц., канд. мед. наук Модринская Ю. В.

1-я кафедра терапевтической стоматологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

По данным многочисленных эпидемиологических исследований самыми распространёнными стоматологическими заболеваниями не только в Республике Беларусь, но и во всем мире являются кариес и заболевания периодонта. Этим заболеваниям сопутствуют факторы нездорового образа жизни, такие как табакокурение, частое употребление углеводов и игнорирование гигиены полости рта.

Сбалансированное питание играет важную роль в формировании устойчивых к кариесу зубов, особую роль оно приобретает в период беременности у женщин и в первый год жизни ребенка. После прорезывания зубов возникновению кариеса способствуют: повышенное употребление легко ферментируемых углеводов; увеличение частоты приемов пищи; уменьшение употребления продуктов, требующих интенсивного жевания, не сбалансированный рацион питания.

Табакокурение способствует раку слизистой оболочки полости рта, понижает слюноотделение, нарушает кровообращение в тканях периодонта, становится причиной галитоза, ускоряет образование зубного камня, окрашивает зубы и образует на поверхности темный налет, который тяжело очищается даже профессиональными средствами, замедляет лечение и процесс выздоровления.

Главной причиной развития кариеса и заболеваний периодонта является зубной налет. Находящиеся в нем бактерии используют сахара пищи для образования кислот, которые разрушают ткани зуба, а также губительно воздействуют на ткани периодонта. Поэтому, для здоровья зубов и дёсен крайне важно обеспечить качественную гигиену полости рта. Средства для гигиены полости рта следует подбирать индивидуально, в их состав обязательно должна входить зубная паста с соединениями фтора в концентрации, соответствующей возрасту, зубная щетка, флоссы или межзубные ёршики. Стоматолог должен продемонстрировать стандартный метод чистки зубов и способы использования интердентальных средств гигиены.

Задача врача-стоматолога – формировать здоровый образ жизни, мотивировать пациента к сохранению и поддержанию стоматологического здоровья и предоставить все необходимые для этого знания. Однако конечный результат так же зависит от заинтересованности и приложенных усилий каждого человека в отдельности.