

Gurinovitsch E. V., Kolosova D. A.

MUNDHYGIENE IST DER SCHLÜSSEL ZUR GESUNDHEIT DES MENSCHLICHEN KÖRPERS

Wissenschaftliche Betreuerin Skachinskaja I. A.

Lehrstuhl für Fremdsprachen

Belarussische Staatliche Medizinische Universität, Minsk

Jeder Mensch möchte glücklich sein, und um glücklich zu sein, muss man gesund sein. Gesundheit ist das Wichtigste, was wir haben. Das ist es, das uns von Geburt an gegeben wird und es ständig unterstützt werden muss. Leider verschwenden viele Menschen manchmal gedankenlos ihre Gesundheit. Der Grund dafür können verschiedene Faktoren sein: vor allem Faulheit und Zeitmangel sowie unvollkommene Kenntnisse der Mundhygiene. Laut Statistik verliert die Mehrheit der Weißrussen im Alter von 35 Jahren einen Teil ihrer eigenen Zähne. Kranke Zähne sind Ursache vieler Beschwerden, z.B. Erkrankungen des Verdauungssystems, der Mundhöhle, des Rachens, des Herzens, der Gelenke, der Nieren. Gesunde Zähne helfen nicht nur, die Gesundheit zu erhalten, sondern auch schmücken die Person.

Das Ziel unserer Arbeit ist es, grundlegende medizinische Aspekte des Problems zu erörtern und Zusammenhänge zwischen der Mundhygiene und der Gesundheit des Menschen zu analysieren.

Für die Untersuchungen wurden moderne und aktuelle wissenschaftliche und populärwissenschaftliche Artikel deutscher Auflagen herangezogen. Es wurden auch Befragungen von Zahnärzten und Personen unterschiedlichen Alters durchgeführt.

Während des Tages sammeln sich Schleim und Speisereste in der Mundhöhle auf der Schleimhaut, den Zähnen und zwischen ihnen an, in denen sich zahlreiche Bakterien vermehren, die oft krankheitserregend sind. Es ist ein Irrtum zu glauben, dass Mundhygiene richtig ist, wenn Sie die beste Zahnpasta verwenden und eine teure Zahnbürste gekauft haben. Die Mundhygiene wird nur dann erfolgreich sein, wenn sie regelmäßig und korrekt durchgeführt wird. Es ist falsch zu glauben, dass regelmäßige Mundhygiene die Zahnpflege nur morgens und abends ist. Mundhygiene sollte den ganzen Tag über durchgeführt werden.

Die systematische hygienische Erziehung von Kindern und Eltern trägt zur Bildung von Fähigkeiten und gesunden Lebensgewohnheiten bei. Das Verständnis der Ursachen der Krankheit verstärkt die Motivation für «vorbeugendes» Verhalten, wirkt sich positiv auf die Einstellung der Patienten zu therapeutischen und präventiven Maßnahmen aus, und die Zusammenarbeit zwischen Patient und Arzt führt immer zu einem positiven Ergebnis. Dafür ist eine professionelle Zahnreinigung vorgesehen. Sie wurde entwickelt, um das Auftreten von Karies und Parodontitis zu verhindern. Bisher wurde jedoch nicht eindeutig nachgewiesen, dass die alleinige professionelle Reinigung der Zähne bei Menschen mit gesunden Zähnen und Zahnhalteapparat einen zusätzlichen Vorteil gegenüber einer Mundhygieneaufklärung und Anleitung zum effektiven häuslichen Zähneputzen bietet. Daher können wir daraus schließen, dass die Mundhygiene ein wichtiger Bestandteil der Prävention von Zahnerkrankungen ist.

Die richtige Mundhygiene spart eine enorme Menge an Mitteln, macht regelmäßige Besuche beim Zahnarzt nur vorbeugend und hält Zähne und Zahnfleisch ein Leben lang gesund!