

День профилактики стоматологических заболеваний

Здоровье наших зубов и десен напрямую зависит от правильной гигиены полости рта. Значение ежедневных гигиенических процедур сложно переоценить, но зачастую легко недооценить и поплатиться потерей зубов даже в молодом возрасте. Так что утверждение стоматологов, что одним из наиболее эффективных и простых способов профилактики стоматологических заболеваний является правильная и регулярная гигиена полости рта, как никогда актуально.

Гигиена полости рта складывается из двух частей: самостоятельная гигиена полости рта (осуществляется пациентом), профессиональная гигиена полости рта (осуществляется врачом-стоматологом или гигиенистом). Индивидуальная гигиена полости рта пациента, особенно прошедшего имплантологическое и ортопедическое лечения, представляет собой целый комплекс мероприятий с использованием современных гигиенических средств. В первую очередь, необходимо выбрать зубную щетку и зубную пасту, ведь эффективность будет зависеть от качества удаления налета. Щетка должна быть подобрана по размеру в соответствии с величиной полости рта и размером зубов. Предпочтение отдается щетине средней степени жесткости, но если имеется незначительная реакция зубов на холодное (горячее), кислое (сладкое) или другие внешние раздражители, следует пользоваться щеткой типа "Soft" (мягкая). Необходимо чистить не только зубы, но и выступающие над десной части имплантатов, а также протезы, если они имеются. Осуществляют гигиенические процедуры не менее двух раз в день: утром после завтрака и вечером перед сном в течении как минимум двух минут. Зубная щетка и зубная паста - основные, но не единственные средства индивидуальной гигиены полости рта. Даже самая хорошая щётка иногда не справляется с вычищением налета между зубами. Поэтому эти зоны требуют особого внимания, а значит необходимо пользоваться зубной нитью (флоссом) каждый день. Чистка производится между зубами, а также между десной и нижней частью протеза или абатмента. Так же для чистки налета идеально подходят межзубные ёршики. Ополаскиватели для полости рта должны завершать гигиенические процедуры, это дополнение к ежедневной чистке зубов щеткой и нитью. Наиболее идеальный вариант для полоскания - ополаскиватели безалкогольные, содержащие экстракты и масла растений, и обладающие противокариозным, противовоспалительным, антимикробным, вяжущим, дезодорирующим действием. Клинически доказано, что при использовании ополаскивателя развитие кариеса на 40% меньше, чем при чистке зубов щеткой, даже с фтористой пастой.

В настоящее время появились ирригаторы для полости рта (дентальные ирригационные системы). Они хорошо вымывают остатки пищи из труднодоступных межзубных пространств. Благодаря напору струи воды и воздуха происходит очищение межзубных промежутков, и осуществляется гидромассаж десен. Идеально подходит для профилактики заболеваний полости рта, а так же для ухода за ортопедическими конструкциями и имплантатами.

Профессиональная гигиена полости рта заключается в удалении зубного мягкого налета и зубных камней. Профессиональную гигиену зубов рекомендуется проводить раз в полгода с целью профилактики стоматологических заболеваний, и обязательно перед протезированием и имплантацией. На сегодняшний день самым эффективным способом удаления зубного камня является применение ультразвукового аппарата. Удаление зубного камня с помощью ультразвукового скайлера - процедура безболезненная, не травматичная, безвредна для эмали зубов. Ультразвуковой скайлер создает колебательные движения, в результате чего происходит сбивание зубных камней. После чистки зубных камней, врач приступает к снятию пигментированного зубного налета с помощью специальных полировочных инструментов и паст, а затем покрывает зубы фторсодержащим гелем или лаком для устранения повышенной чувствительности эмали.

Интересные факты.

В древней Японии стоматологи удаляли зубы только голыми руками. Во Франции был найден череп женщины, возможно жившей в I веке, в ее челюсти были обнаружены металлические импланты. Одним из самых дорогих зубов мира являлся зуб Исаака Ньютона, который в 1816 году был продан чуть более чем за 38 000 долларов (в переводе на современные деньги), аристократ, которому

посчастливилось купить этот зуб, вставил его в свой золотой перстень. Единственной частью организма человека, которая не способна самостоятельно восстановиться является зуб, а вот слоны могут менять зубы до 6 раз.

Зубная паста считается изобретением египтян, живших 5000 лет назад, она была получена из пемзы и вина. А первая зубная щётка была изготовлена 500 лет назад в Китае из щетины свиньи, барсучьего и конского волоса. Если верить статистике, то с 1960-х годов в мире было запатентовано около 3000 зубных щёток. Самой важной информацией о зубах является то, что за полостью рта нужно правильно ухаживать, а также регулярно посещать стоматолога.

Берегите и заботьтесь о Ваших зубах и внимание окружающих не заставит себя ждать. Желаем успеха!