

Профилактика развития стоматологических болезней у пациентов пожилого возраста и старше.

1. Терминология:

Одна из основных потребностей человека в любом возрасте – желание иметь приятный внешний вид, особенно лицо и улыбку. Важной составляющей привлекательной улыбки являются здоровые зубы, десны, отсутствие неприятного запаха изо рта. Однако пожилой человек ежедневно сталкивается с характерными возрастными особенностями и изменениями в ротовой полости, которые влияют на самобытность и качество жизни. Поддержание стоматологического здоровья в пожилом возрасте является одним из приоритетных направлений в современном здравоохранении.

2. Факторы риска развития стоматологических болезней и меры профилактики.

Известно, что у человека с возрастом снижаются физиологические механизмы защиты организма и претерпевают изменения все органы и системы, в том числе и челюстно-лицевая область с появлением характерных новых форм заболеваний, в связи с чем возникает потребность в более тщательном уходе за полостью рта и соблюдении санитарно-гигиенических правил. *Первый фактор риска* – плохая гигиена, которая влечет утрату зубов и способствует развитию воспалительных заболеваний. Меры профилактики: регулярная чистка зубов и зубных протезов с применением современных эффективных зубных паст, в том числе содержащих фтор и использованием зубных щеток определенной жесткости и специализированных щеток для протезов. Очень важно не забывать про дополнительные средства гигиены (например: зубная нить, ершики, жевательная резинка, ополаскиватели и др.), полоскание рта после каждого приема пищи. *Помните! Правильный и регулярный уход за зубным протезом является залогом долгосрочной эксплуатации и успехом стоматологического протезирования. Так же, как и естественные зубы, зубные протезы требуют регулярного внимания за зубным налетом и уход, чтобы поддерживать здоровое состояние тканей полости рта.* Особенности ежедневного ухода за зубными протезами:

- ✓ Сначала очищают легкодоступные участки поверхности протеза. Для этого фиксируют протез в одной руке, в другой держат щетку и очищают поверхности искусственных зубов, последовательно совершая поступательные движения.
- ✓ Очищают внутреннюю поверхность протеза. Движения щетки должны осуществляться преимущественно в горизонтальной плоскости.
- ✓ Далее погружают протез в антисептическую жидкость на определенное время (в аптеках можно приобрести готовый раствор или таблетки, растворяющиеся в воде (например, «Corega tabs», «MyoClean»,

«Фиттидент», «Protefix» (Протефикс) и т.д.). Одна таблетка рассчитана на полстакана кипяченой воды. Протез погружают на 15 минут, затем промывают проточной водой).

- ✓ Полные съемные протезы на ночь снимайте и храните их в специальном контейнере.
- ✓ Частичные съемные протезы чистят в той же последовательности, что и полные протезы. Частичные съемные протезы на ночь не снимают.

Второй фактор риска – сухость полости рта вследствие нарушения слюноотделения. Меры профилактики: использование специализированных препаратов для стимулирования слюноотделения и заменителей слюны.

Не забывайте! Если хроническая сухость во рту или принимаются вызывающие ее лекарства, очень важно следить за здоровьем зубов, уделяя больше внимания гигиене полости рта.

Препарат	Изготовитель
Biotene	Laclede Professional Products, Gardena, California 902481
Glandosane	Fresenius AG Universal International Corp., P.O.Box 862, Boynton Beach, Florida 334365-0906
Moi-Stir	Kingswood Canada, Inc., Toronto, Canada
Opti-moist	Colgate Oral Pharmaceuticals 1 Colgate Way Canton, Massachusetts 02021
Saliment	Richmond Pharmaceuticals Richmond Hill, Ontario, Canada
Sali-synt	Remeda Pharmaceuticals, Westport, Connecticut

Таблица 1. препараты, заменяющих слюну.

Третий фактор – нарушение питания. Меры профилактики: изменение характера питания (щелочные продукты, сырые овощи и фрукты, исключение газированных и подслащенных напитков, а также сдобных мучных изделий), режима питания (пауза между приемами пищи не менее 4-х часов). Очень важно! Уделять внимание тщательному пережевыванию пищи.

Четвертый фактор – наличие очагов хронической инфекции в полости рта. Меры профилактики: регулярное посещение врача-стоматолога с целью лечения и/или удаления причинных зубов, а также необходимостью профилактических мероприятий (профессиональная гигиена полости рта, профессиональная чистка ортопедических конструкций (протезов)).

Не забывайте! Наш рот, как известно, это ворота организма, поэтому правильный уход за ротовой полостью и зубами, своевременное лечение и полноценное питание — залог здоровья всего организма в целом.

Лучшева Лариса Файзылхановна – доцент кафедры стоматологии
Рыбак Олеся Георгиевна – ассистент кафедры стоматологии КГБОУ
ДПО ИККСЗ