



**В рамках региональной программы
«Профилактика стоматологических заболеваний
на 2020 – 2024 годы»**

ГАУЗ КО «Областная клиническая
стоматологическая поликлиника»
г.Кемерово, ул. 50 лет Октября, 18
тел.: 903-003 (CALL-центр)



**Самое ценное богатство, которое
есть у человека - это его здоровье**



Тема: Рациональное питание и профилактика стоматологических заболеваний



Главная проблема человеческих зубов состоит в том, что их ткань не способна к восстановлению. Поэтому разрушенный зуб в лучшем случае подлежит ремонту, в худшем - замене протезом.

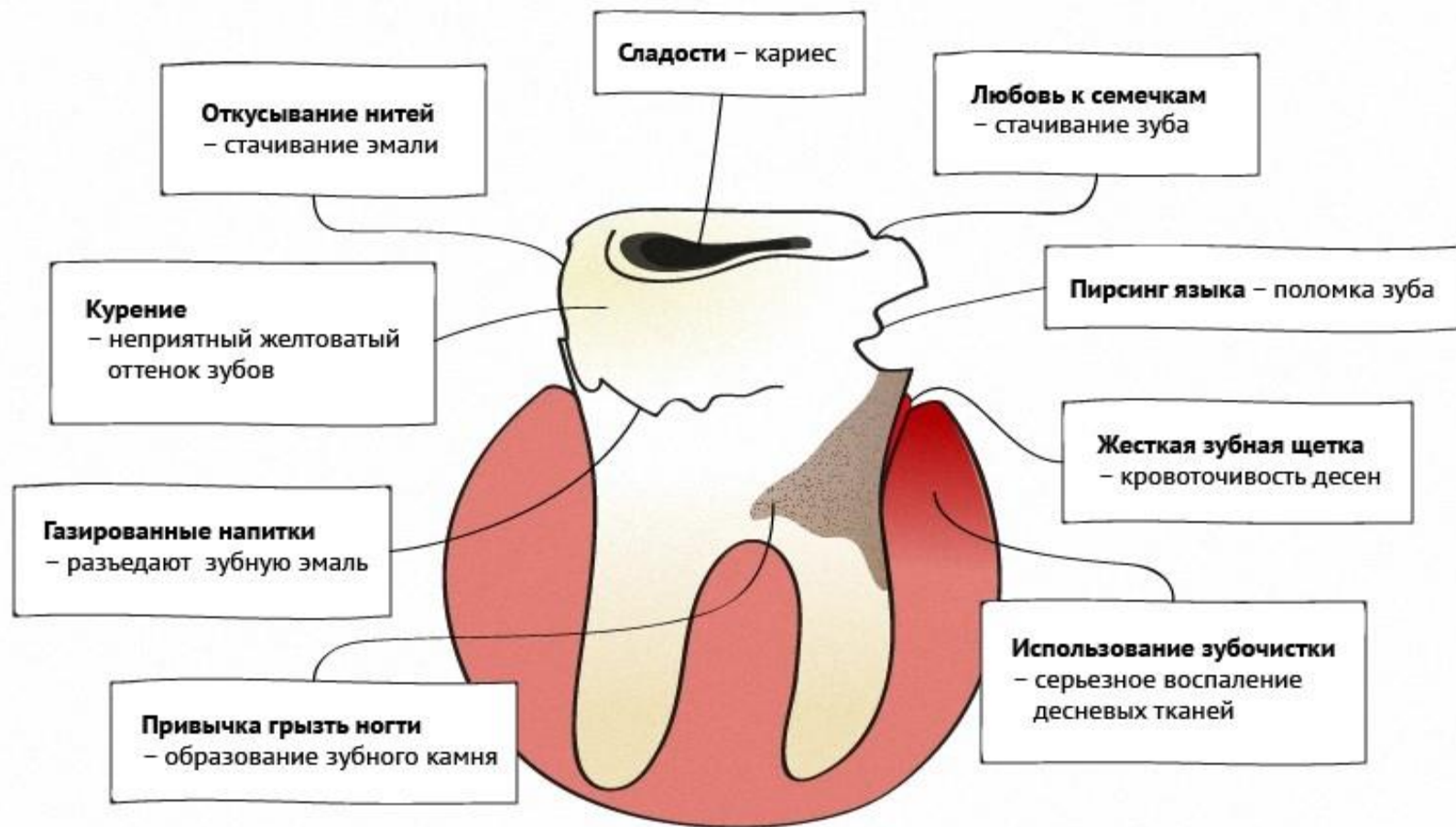


А это означает, что за ними нужно очень тщательно следить и беречь.

Потому что от здоровья зубов, зависит здоровье всего организма -

- ❖ работа желудочно - кишечного тракта,
- ❖ сердечно сосудистой системы,
- ❖ связочно - суставного аппарата

Привычки, которые разрушают наши зубы



Тема: Профилактика стоматологических заболеваний и вредное воздействие компьютера



Зубы человека имеют прямую связь с его памятью.

Специалисты приводят такие аргументы: каждый удаленный клык без следа стирает из нашей памяти часть былых воспоминаний.

А также, в течение последних 3 лет стоматологи столкнулись с новым, совершенно неожиданным и практически неизученным патологическим процессом в зубах, характеризующимся системным их поражением, да более интенсивным, чем тот, который наблюдается при постлучевом поражении - **компьютерный некроз зубов.**



Тема: Рациональное питание и профилактика стоматологических заболеваний

Эмаль зубов не любит резкого изменения температуры, а ее поврежденная поверхность легко становится местом, откуда начинается разрушение зуба. Поэтому нужно избегать температурных перепадов: нельзя после горячего сразу есть холодное или наоборот.



Тема: Профилактика стоматологических заболеваний и вредные привычки

Опасно откусывать и грызть зубами твердые предметы из металла, пластмассы, грызть орехи - эмаль может отколоться. Кроме того, если у вас есть вредная привычка постоянно грызть, например, ручку, может нарушиться расположение зубов или челюстей, которые в будущем придется лечить у ортодонта.

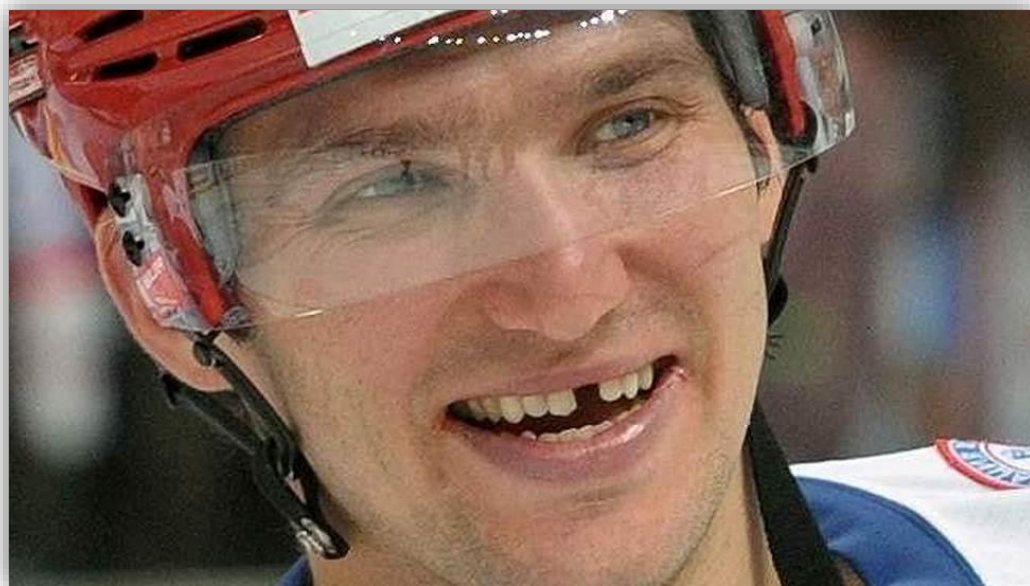


Тема: ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА и значение зубов в организме человека



ГАУЗ КО «Областная клиническая
стоматологическая поликлиника»

Самым опасным видом спорта для ротовой полости является не бокс, как думает большая часть населения, а хоккей на льду. Согласно исследованиям, проводимым «Detroit Free Press», 68% профессиональных хоккеистов потеряли на льду хотя бы по одному зубу.



Тема: Профилактика стоматологических заболеваний и потребление табака

Как курение влияет на зубы?

Тяжелые смолистые вещества и канцерогены оседают на зубной поверхности тонким, но прочным слоем, образуя пленку. Это создает благоприятные условия для роста бактерий и развития воспалительного процесса. Желтый налет на зубах курильщика портит не только эстетику улыбки, но и негативно отражается на здоровье. Он искажает цвет эмали и способствует разрушению дентальной ткани.



Тема: Профилактика стоматологических заболеваний и потребление табака



Табачный дым в ротовой полости разрушает целостность эмали и убивает полезные микроорганизмы. Перепад температур приводит к образованию микротрещин на зубной поверхности.

Ядовитые вещества беспрепятственно проникают в пористую структуры эмали, оседая плотным слоем на самой глубине. Сквозь небольшие щели проникают бактерии, сажа и деготь. Зубы теряют белизну, становятся желтыми или темно-коричневыми. В последствии у корней образуются черные пятна, которые способствуют развитию кариеса и пульпита.



Ротовая полость подвергается влиянию токсичных продуктов горения, таких как:

- ❖ никотин,
- ❖ деготь,
- ❖ смолы,
- ❖ метан,
- ❖ окись углерода,
- ❖ дубильные вещества,
- ❖ синильная кислота,
- ❖ аммиачные соединения

Тема: Онкологическая настороженность



Все слышаны о серьезных онкологических заболеваниях полости рта, но не все знают, что даже соблюдение простых профилактических мероприятий позволит предостеречь развитие этой серьезной патологии. Установлено, что существуют определенные закономерности распространения онкологических заболеваний полости рта, связанные с влиянием факторов внешней среды, бытовыми привычками, особенностями питания и т. д.



Так что же это за закономерности, факторы риска возникновения онкологических заболеваний полости рта:

в первую очередь это употребление табака.

По данным ВОЗ, курение в **80%** случаях является причиной рака полости рта.

Тема: Онкологическая настороженность



В многочисленных исследованиях установлена прямая зависимость между частотой рака полости рта и интенсивностью и продолжительностью курения.

При выкуривании более **1 пачки сигарет в день** риск заболевания раком полости рта возрастает как у мужчин, так и у женщин **в 9,17 раз**.

Вторым способом контакта слизистой полости рта с табаком является жевание табака с различными примесями, что так же может привести к развитию злокачественных опухолей полости рта.



Тема: Онкологическая настороженность



Крепкие спиртные напитки:

Постоянное раздражение слизистой полости рта алкоголем приводит к изменению ее структуры. Так, даже при употреблении пива опасность возникновения злокачественных опухолей возрастает **в 5 раз**, при употреблении виски **в 12 раз**. Большое значение имеет и интенсивность употребления спиртных напитков и общая продолжительность их употребления. Одновременное курение сигарет и употребление спиртных напитков еще больше способствует возникновению рака полости рта.



Тема: Онкологическая настороженность

Питание:

Постоянное употребление очень горячей и острой пищи, жареной, богатой консервантами, синтетическими добавками (ароматизаторы, улучшители вкуса, красители, загустители, эмульгаторы), недостаток витамина А, вызывает ожог слизистой оболочки полости рта, **способствует развитию хронических воспалительных процессов и возникновению злокачественных опухолей.**



Плохая гигиена полости рта и нерегулярное посещение врача-стоматолога, постоянное травмирование слизистой оболочки полости рта, языка, десен острыми краями разрушающихся зубов, некачественными протезами, запущенные формы кариеса, пародонтоз, ведущий к смещению зубов, образованию зубного камня, частое прикусывание слизистой оболочки зубами мудрости приводят к образованию хронического очага воспаления и возникновению злокачественных новообразований.



Тема: Онкологическая настороженность



ГБУЗ КО «Областная клиническая
стоматологическая поликлиника»

Онкологические заболевания полости рта даже на самых ранних стадиях ярко проявляются и доставляют ощутимый дискомфорт. С одной стороны это хорошо - чем раньше начнется лечение, тем больше шансов справиться с ним.

Так какие же признаки должны насторожить и дать повод обратиться к врачу:

- изменившийся цвет слизистой полости рта, он может стать красным или белым .
- длительно незаживающие язвы во рту, которые при малейшем прикосновении кровоточат и потом не заживают длительное время;
- припухлость или утолщение щеки;
- изменение челюсти: зубы начинают смещаться относительно друг друга и при пережевывании пищи возникают затруднения;
- длительная кровоточивость десен, появившийся налет на языке и деснах;
- выпадение зубов без видимых причин,
- онемение языка;
- изменение голоса, его тембра;
- боль в полости рта, которая не проходит, а наоборот только усиливается, ощущение комка в глотке;
- появление острого неприятного запаха изо рта.

Тема: Онкологическая настороженность

Профилактика онкологических заболеваний начинается уже в детском возрасте, когда ребенка обучают правилам ухода за полостью рта, простая чистка зубов, полоскания помогут содержать полость рта здоровой и чистой. Необходимо так же избегать различных раздражающих пищевых веществ, а полноценное питание с употреблением овощей и фруктов несколько раз в день и продуктов из зерна грубого помола будет способствовать снижению возникновения рака полости рта и ротоглотки.



Тема: Онкологическая настороженность

Важной мерой профилактики является так же устранение вредных, выше перечисленных факторов, способствующих развитию данного заболевания, их раздражающее воздействие необходимо устранить (следует сгладить острые края или удалить разрушенные зубы, коронки и протезы, травмирующие слизистую оболочку полости рта, должны быть немедленно сняты).



Тема: Онкологическая настороженность

Следует помнить, что ни один орган в человеческом организме не подвергается такому большому воздействию вредных факторов, чем полость рта. Через рот в организм поступает масса бактерий поэтому, при недостаточном, повседневном уходе за полостью рта, легкомысленном отношении к заболеванию зубов и слизистой полости рта создаются благоприятные условия для развития целого ряда воспалительных процессов, а это тот фон, на котором в дальнейшем развивается раковый процесс.



Тема: Онкологическая настороженность



ГАУЗ КО «Областная клиническая
стоматологическая поликлиника»

Полость рта легко доступна для визуального осмотра, поэтому онкологические заболевания могут быть обнаружены на ранних стадиях. Успех же лечения может быть достигнут при своевременном, в самые ранние стадии болезни, обращении за специальной медицинской помощью.

Следует помнить, что **90% больных**, которые начали лечить данное заболевание на ранней стадии, **полностью излечились**, на поздней стадии развития болезни успех благополучного исхода составляет 20%.

И только сочетание мер личной и общественной профилактики, своевременное обращение в врачу-стоматологу будет надежным заслоном на пути распространения онкологических заболеваний полости рта, при условии сознательного отношения к своему здоровью. Следует помнить, что состояние полости рта в значительной степени зависит от общего состояния организма, вот почему закаливание, занятие физической культурой, соблюдение режима питания, труда и отдыха способствуют сохранению его здоровья.

Тема: ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА и значение зубов в организме человека



Заключение

Здоровье человека закладывается в детстве.

Только при повседневном применении гигиенических навыков по уходу за полостью рта,

можно добиться перехода их к стойким привычкам на всю дальнейшую жизнь.

Мы хотим, чтобы у всех людей на земле были красивые и открытые улыбки!



ГАУЗ КО «Областная клиническая
стоматологическая поликлиника»





Главный областной специалист стоматолог, детский
специалист стоматолог
Главный врач ГАУЗ КО «Областная клиническая
стоматологическая поликлиника»
Гарафутдинов Д.М.

8 /384-2/ 903-003

www.oksp42.ru

priem@oksp42.ru

www.instagram.com/oblastnaia_stomatologiya/

www.vk.com/oksp.kemerovo

