

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
М. ГОРЬКОГО»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

КАФЕДРА СТОМАТОЛОГИИ ФНМФО

«Предупреждение и профилактика основных стоматологических заболеваний»

***Докладчик: к.мед.н., доцент
Комаревская Е.В.***

Донецк-2025

ПРОФИЛАКТИКА СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

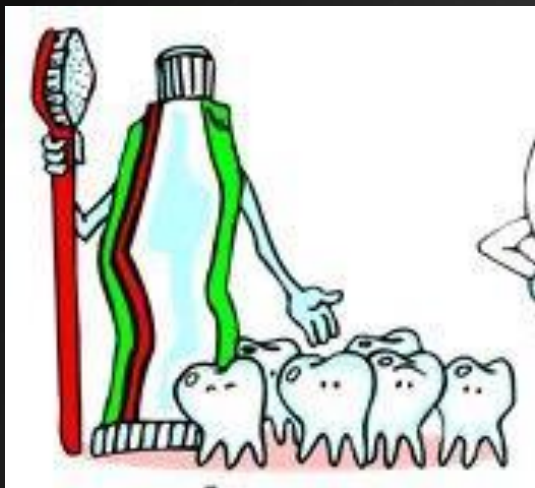
- ❖ Профилактическое направление определено как приоритетное в отечественной медицине, и в частности в стоматологии.
- ❖ На сегодняшний день, несмотря на революционный прорыв в стоматологических технологиях, к сожалению, нельзя говорить о существенных успехах в борьбе с основными стоматологическими заболеваниями — **кариесом и пародонтитом.**

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ

Распространенность кариеса зубов у 7-летних детей – 89,6%, у 12-летних – 74,3%, у 15-летних – 87,5%.

Распространенность заболеваний пародонта у 7-летних детей – 67,6%, у 12-летних – 79,1%, у 15-летних – 73,6%.

Такая распространенность заболевания считается массовой!



Гигиена — это отрасль медицинской науки, изучающая влияние факторов среды обитания на человека и разрабатывающая оптимальные требования к условиям осуществления жизнедеятельности человека

Гигиена полости рта подразделяется на:

1. Индивидуальную
2. Профессиональную



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА

Система научно обоснованных
лечебно-профилактических
мероприятий, выполняемая
медицинским персоналом, и
направленная на оздоровление
органов и тканей полости рта, а
также на профилактику
возникновения и
прогрессирования
стоматологических заболеваний.



ЭТАПЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА

- Индексная оценка гигиенического состояния полости рта.
- Мотивация пациента.
- Антисептическая обработка полости рта.
- Обезболивание.
- Удаление зубных отложений.
- Шлифовка и полировка зубов.
- Орошение полости рта.
- Контроль качества, проведенных манипуляций.
- Фтор-профилактика.
- Подбор индивидуальных средств гигиены и обучение гигиеническим навыкам.
- Определение даты следующего посещения.

ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА

- В настоящее время на первое место, с точки зрения реальной возможности изменить ситуацию к лучшему, выходит индивидуальная профилактика.
- Ее главной составляющей является соблюдение правил гигиены полости рта.
- Средства и методы гигиены направлены, преимущественно, на устранение основных местных факторов, способных вызвать заболевания зубов и пародонта – зубной бляшки и зубного камня.

ПАТОГЕНЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА

- ✓ Инфекционный фактор является этиологическим в развитии кариеса и пародонтита.
- ✓ Все остальные (общие и местные), как то наличие соматической патологии, экология, психо-эмоциональное напряжение, недостаточная минерализация эмали, состав слюны, сладкая пища — являются предрасполагающими.
- ✓ Кариесогенное и пародонтогенное действие микроорганизмы полости рта приобретают, скооперировавшись в зубную бляшку или зубной камень.

РЕГУЛЯРНАЯ ПРАВИЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА НА 85-90% ОБЕСПЕЧИВАЕТ ЗДОРОВЬЕ ЗУБОВ.

- Несмотря на то, что наши зубы и десны созданы природой для выдерживания колоссальной жевательной нагрузки, они очень уязвимы к ежедневному воздействию пищи, которую мы употребляем. Если не проводить гигиену полости рта, человек лишается всех зубов, даже идеальных от природы, в самом молодом возрасте. Кроме того, не вылеченные зубы могут стать причиной смертельно опасных осложнений. Все вышесказанное подтверждается грустным примером наших далеких предков, которые не имели ни малейшего представления о гигиене полости рта.



- ❖ Ошибочно мнение, что гигиена полости рта правильна, если Вы пользуетесь самой лучшей зубной пастой и купили дорогую зубную щетку.
- ❖ Успешной гигиена полости рта будет лишь в том случае, когда она выполняется регулярно и правильно.
- ❖ Опять же неправильно думать, что регулярная гигиена полости рта – это уход за зубами только утром и вечером, гигиена полости рта должна выполняться в течение всего дня.





ИТАК, ПРАВИЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА ВКЛЮЧАЕТ:

1. Тщательную чистку зубов с помощью зубной щетки и пасты
2. Очищение полости рта после каждого приема пищи
3. Уход за межзубными промежутками



СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА

- ❖ Первыми серийными средствами для ухода за полостью рта были зубные порошки, ароматические полоскания и лишь с конца XIX века появилась наиболее удобная форма в виде **зубной пасты**.
- ❖ Зубные пасты претерпевают постоянные изменения. Одним из важнейших явилась разработка **фторсодержащих** паст. К более позднему периоду относится разработка зубных паст **пародонтопротекторного** действия.

- Пасты для чистки зубов подразделяют на гигиенические и профилактические, в зависимости от их состава.
- Лечебно-профилактические пасты могут быть противовоспалительные, противокариозные, отбеливающие, для чувствительных зубов и т.д. в зависимости от добавок.
- Основным наполнителем зубных паст служат абразивные, гелеобразующие и пенообразующие вещества.



БАВ - ФТОРИДЫ

- ❖ Фторсодержащие зубные пасты в корне изменили кариесэпидемиологическую ситуацию в мире.
- ❖ По данным ВОЗ кариесстатический эффект после 2-3 лет наблюдений составляет 25%.
- ❖ Начинать использовать фторсодержащую зубную пасту можно с 4-6 лет (с содержанием фторидов до 500ppm)
- ❖ С 7-12 лет можно использовать зубные пасты со взрослой дозой фторидов (1500 ppm)

АНТИСЕПТИК-ТРИКЛОЗАН

- ❑ Антибактериальный препарат, обладающий широким спектром воздействия на грамположительные и грамотрицательные бактерии
- ❑ Триклозан обладает способностью накапливаться в эмали зубов и благодаря этому достигается пролонгированный антимикробный эффект
- ❑ По данным института стоматологии АМНУ, через 5 минут применения триклозана полость рта становится стерильной.
- ❑ У детей после его применения отмечен длительный период восстановления микробиоценоза с преобладанием условно-патогенной микрофлоры над сапрофитной

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ЗУБНЫЕ ПАСТЫ

- Имеющие отбеливающий эффект (*относиться к отбеливанию зубов нужно очень осторожно; не рекомендуется пользоваться постоянно*)
- Нормализующие микробиоценоз полости рта (*перспективными считают зубные пасты про- и пребиотического действия, особенно при явлениях дисбактериоза*)
- Обладающие остеопротекторным действием

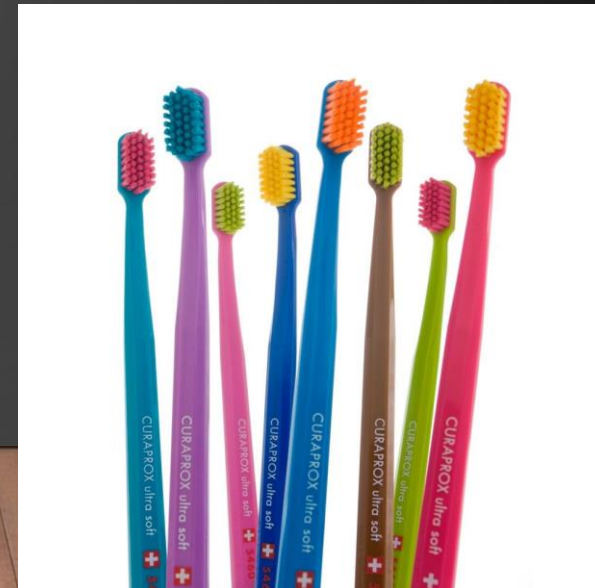
Зубные щетки

Разновидности:

- **Классические.** Эффективность обычных моделей зависит от материала изготовления, жесткости и расположения щетинок, а также от техники чистки, применяемой пользователем.
- **Электрические.** Удаляют частички пищи и мягкий налет при автоматическом трении щетины об эмаль и десны. Головка может не только вращаться, но и двигаться в различных направлениях.
- **Ультразвуковые.** Самый современный тип щеток. Отложения удаляются при звуковом воздействии высокой частоты. Чистка ультразвуком эффективнее, чем использование мануальных и электроустройств, но стоимость такого устройства выше прочих.

Классификация в зависимости от состава щетины:

- **Натуральные.** Создаются из волосков животного происхождения. Такие не отличаются хорошей износостойкостью, их приходится часто менять.
- **Синтетические.** Изготавливаются из особых искусственных материалов с безопасностью для пользователей.



Виды по расположению щетинок:

- косые под наклоном;
- многоуровневые;
- пучковые.

Классы щетины по степеням жесткости:

- **Сверхмягкая.** Такие щетки рекомендуются стоматологами в особых случаях при наличии показаний.
- **Мягкая.** Показана самым маленьким потребителям, а также лицам с повышенной чувствительностью и кровоточивостью десен.
- **Средняя.** Универсальный вариант для всех, даже при наличии ортодонтических конструкций и протезов.
- **Жесткая.** Такими приспособлениями пользуются при повышенной предрасположенности к формированию камня, а также для очищения съемных и несъемных элементов протезирования.

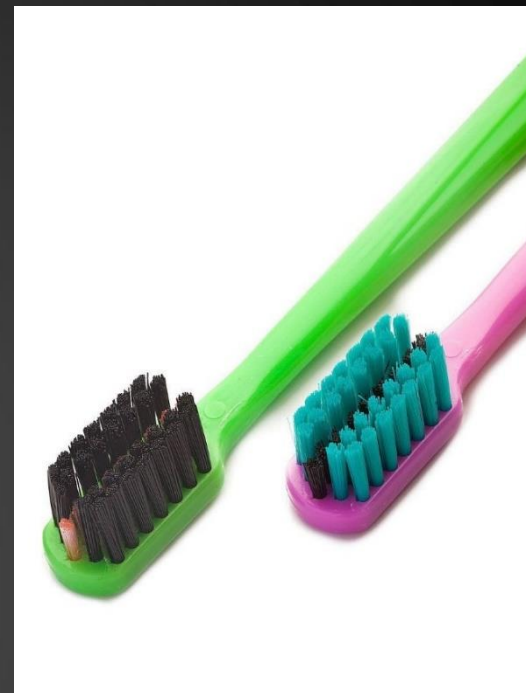
На что еще нужно обратить внимание при подборе зубных щеток:

- форма головки;
- возможность изменения амплитуды и интенсивности вращения;
- наличие дополнительных функций.



ИННОВАЦИИ В ПРОИЗВОДСТВЕ ЗУБНЫХ ЩЕТОК

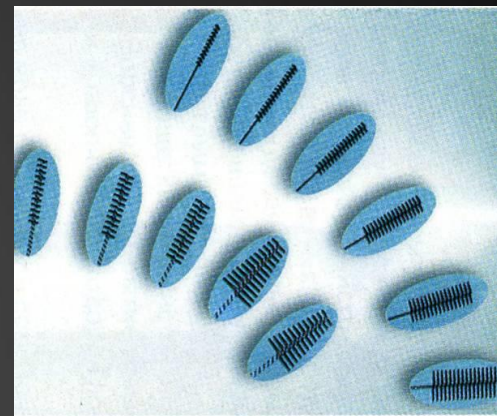
- сочетание щетинок различной жесткости — центральные, более жесткие (для очистки жевательных поверхностей) и периферические, более мягкие (для очистки десневого желобка)
 - закругление кончиков щетинок — повышает их атрауматичность и полирующую способность
 - создание микротекстурной щетины (нанесение на каждую щетинку микроворсинок) — позволяет очищать не только кончиками щетинок, но и их боковыми поверхностями
- 3х-уровневое расположение щетинок (короткие жесткие внутренние — очищают жевательные поверхности, длинные жесткие внутренние — промежутки между зубами, длинные мягкие наружные — массируют десну и очищают десневой желобок) — позволяет удалить налет даже при неправильной чистке зубов
 - индикаторы износа щетины — показывают обесцвечивание в процессе износа
 - силиконовые выступы, эластомерные пластины — соскабливают налет, полируют поверхность зубов



Дополнительные предметы и средства индивидуальной гигиены полости рта

1. Зубные нити (флоссы):

- это нити различной структуры, предназначенные для очистки межзубных промежутков
- их использование рекомендовано всем
- незаменимы при скученности зубов, заболеваниях пародонта, наличии несъемных ортопедических и ортодонтических конструкций, имплантатов, апроксимальных пломб



2. Межзубные ершики:

- изготавливаются из нейлоновой щетины, фиксированной на тонкой проволоочной основе
- используются при наличии широких межзубных промежутков, брекетов, пространств между имплантатами и протезами



Дополнительные предметы и средства индивидуальной гигиены полости рта

3. Зубочистки:

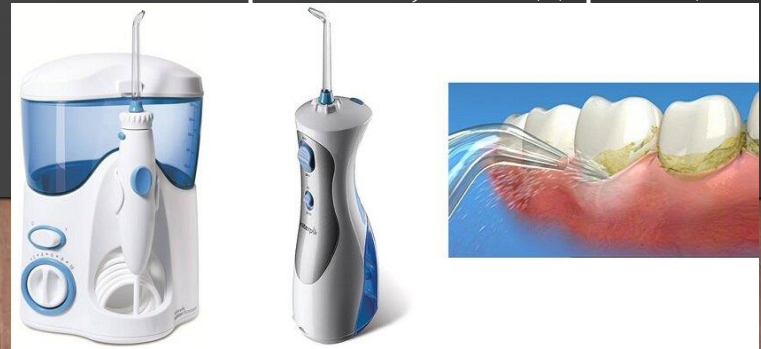
- ✓ представляют собой стержни из различных материалов (дерева, пластмассы, металла, кости) с заостренным одним или обоими концами
- ✓ предназначены для удаления остатков пищи из межзубных промежутков и налета с апроксимальных поверхностей зубов
- ✓ эффективны при относительно хорошо выраженных межзубных пространствах
- ✓ не рекомендуются к использованию детям

4. Ирригаторы:

- ✓ предназначенных для чистки, массажа, промывания зубов, десен, языка, а также самых труднодоступных участков.
- ✓ принцип действия: направленный поток жидкости подается в насадку под давлением и эффективно удаляет отложения в межзубных промежутках
- ✓ не способен заменить зубную щетку.

5. Жевательные резинки:

- ✓ за счет стимуляции слюноотделения, а также за счет своих адгезивных свойств она очищает жевательную поверхность зубов от остатков пищи
- ✓ оптимальными для использования являются жевательные резинки, не содержащие сахар
- ✓ приемлемая длительность жевания – 5-15 минут после приема пищи



КОМПОЗИЦИИ ГИГИЕНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПОЛОСТИ РТА

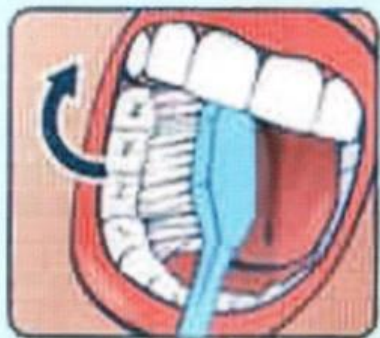
- ✓ **гели для полости рта** (антигрибковым, противовоспалительным, заживляющим и адгезивным действием, стимулируют слюноотделение)
- ✓ **пасты для массажа десен** (в их состав введены биологически активные вещества, оказывают антисептическое, обезболивающее и антигеморрагическое действие; нормализуют трофику тканей пародонта)
- ✓ **таблетированные формы** (бывают: растворяющиеся – предназначены для полоскания или рассасывания и нерастворяющиеся – для механической очистки зубов)
- **антисептические полоскания** (основными компонентами являются бактерицидные средства, фториды; не содержат спирт). Представители – «Гивалекс» («Forgine», Франция), Лакалут (Германия).

УМЕТЬ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ

- мало иметь хорошую зубную щетку и великолепную зубную пасту
 - нужно уметь 2 раза в день правильно чистить зубы
- это значит, что пациент за достаточно короткое время (2-3 минуты) должен уметь очистить зубы полностью от налета, т.е. очистить их жевательные поверхности, наружные (щечные и губные) и внутренние (язычные и небные) поверхности, а также межзубные промежутки



ПРАВИЛА ЧИСТКИ ЗУБОВ



ВНЕШнюю и ВНУТРЕНнюю
ПОВЕРХНОСТЬ НИЖНИХ ЗУБОВ
ЧИСТИМ СНИЗУ ВВЕРХ



ВНЕШнюю и ВНУТРЕНнюю
ПОВЕРХНОСТЬ ВЕРХНИХ ЗУБОВ
ЧИСТИМ СВЕРХУ ВНИЗ



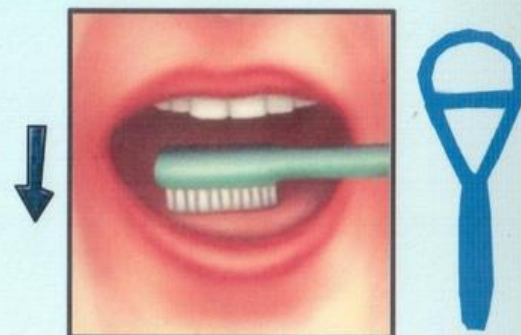
ПРИ ЧИСТКЕ ВНУТРЕННЕЙ
ПОВЕРХНОСТИ ВЕРХНИХ
ЗУБОВ ЩЁТКУ ДЕРЖИМ
ВЕРТИКАЛЬНО



ЖЕВАТЕЛЬНЫЕ ПОВЕРХНОСТИ
ЧИСТИМ ДВИЖЕНИЯМИ
ВПЕРЕД-НАЗАД



ЗАКАНЧИВАЕМ ЧИСТКУ ЗУБОВ
КРУГОВЫМИ ДВИЖЕНИЯМИ
ЩЁТКИ С ЗАХВАТЫВАНИЕМ
ЗУБОВ И ДЁСЕН

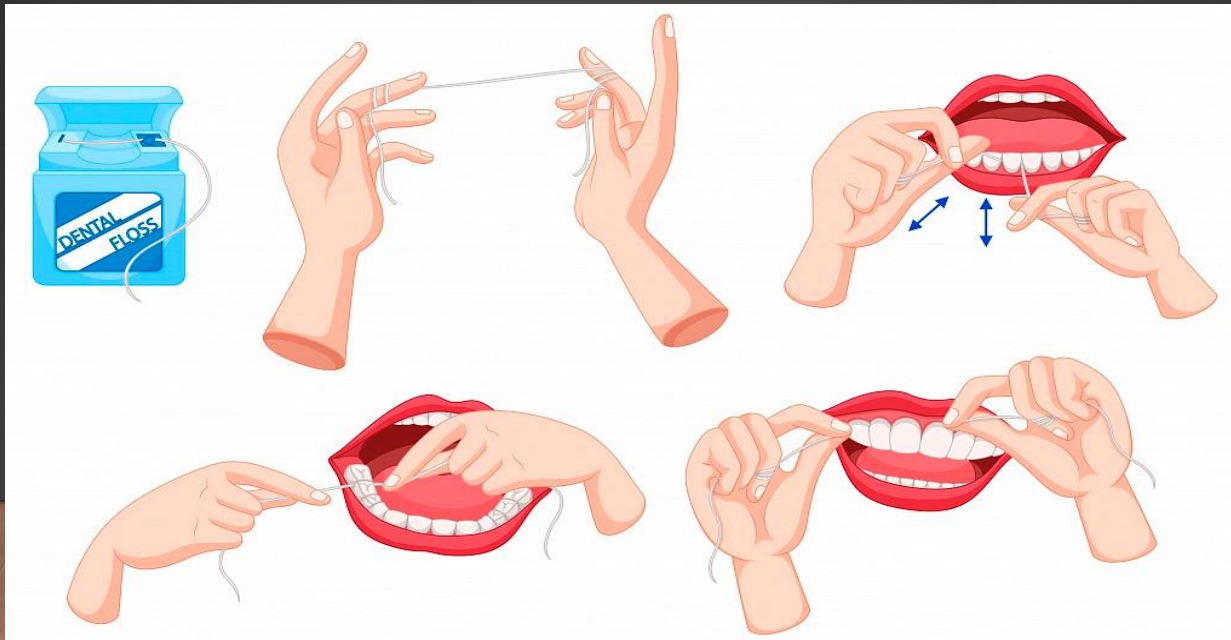


ОБЯЗАТЕЛЬНО ОЧИЩАЕМ
ЯЗЫК ОТ БЕЛОГО НАЛЁТА
ЗУБНОЙ ЩЁТКОЙ ИЛИ
СПЕЦИАЛЬНЫМ СКРЕБКОМ

КАЖДОЕ ДВИЖЕНИЕ ВЫПОЛНЯЕМ 8-10 РАЗ

МЕТОДИКА ЧИСТКИ МЕЖЗУБНЫХ ПРОМЕЖУТКОВ ПРИ ПОМОЩИ НИТЕЙ

- Используется нить, в среднем, 7-8 см
- На средний палец правой руки наматывается 3 оборота нити; на средний палец левой – 7-8 оборотов
- Расстояние между руками – 10 см
- Между большим пальцем правой руки и указательным левой натягивается 2 см нити
- Нить вводится в межзубной промежуток и прижимается к поверхности зуба, 4-5 движениями вверх-вниз очищает ее от налета
- Сдвигается отработанный участок и продолжается очистка



КОНТРОЛЬ ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА



- Для оценки качества чистки зубов применяются специальные диагностические окрашивающие средства
- Форма выпуска – таблетки для разжевывания или растворения, растворы
- В качестве окрашивающих веществ применяются эритрозин, препараты йода, фуксина и т.д.

Выводы



- ✓ Тщательно и регулярно чистить зубы следует 2 раза в день: утром (после завтрака) и вечером, так как во время сна защитные свойства слюны снижаются.
- ✓ Предпочтение стоит отдавать зубным щеткам из искусственной щетины (как правило, нейлона) средней или мягкой жесткости (лучше индивидуально определить с врачом-стоматологом), которые значительно гигиеничнее щеток из натуральной щетины; в области контактных поверхностей зубов применяются флоссы (зубные нити).
- ✓ Зубные пасты должны хорошо удалять мягкий зубной налет, иметь приятный вкус, обладать дезодорирующим и освежающим действием и не иметь побочных эффектов: не вызывать раздражения и аллергические реакции.

Внимание! Для выбора зубной щетки и пасты, которые подходят именно Вам, рекомендуем обратиться к стоматологу!



➤ Предпочтительно после каждого приема пищи почистить зубы, но в современных условиях зубная щетка не всегда доступна.

➤ Поэтому можно использовать полоскание рта водой, но лучше специальным ополаскивателем для полости рта, если нет и этой возможности нужно воспользоваться жевательной резинкой.

➤ Под рукой всегда желательно иметь зубную нить — она вычищает межзубные промежутки от гнилостных остатков пищи, предотвращая развитие кариеса и заболеваний тканей пародонта; пользуются нитью после каждого приема пищи.



➤ В «полевых» условиях после еды выручает специальная жевательная резинка или карманные баллончики-спреи. Они, вопреки распространенному мнению, призваны помогать в уходе за зубами, а не устранять дурной запах изо рта.



К чему приводит несоблюдение гигиены полости рта

- ❑ нерегулярная и неправильная гигиена ротовой полости приводит к активному размножению патогенных микроорганизмов на слизистой оболочке, где скапливается бактериальный налёт, это в свою очередь вызывает не только неприятный запах, но и способствует развитию различных воспалительных заболеваний тканей пародонта
- ❑ если кариес разрушает зуб, то заболевания пародонта приводят к разрушению тканей удерживающих зуб в кости
- ❑ в отличие от кариеса, **тяжелая форма пародонтита не лечится.** Единственное, что можно сделать при данной патологии — это замедлить развитие заболевания и это сложнее, чем соблюдать правильную и ежедневную гигиену зубов.

Благодарю

за внимание!

