

DANTŲ ĖDUONIS IR PERIODONTO LIGOS



# Rekomendacijos

## bendrosios sveikatos priežiūros specialistams

Svarbiausios EFP ir ORCA organizuotos 2016 m. **Perio darbo grupės** žinutės apie dantų ėduonies ir periodonto ligų ryšį. Sudaryta **prof. Nicola West** pagal **prof. Mariano Sanz**, **prof. Søren Jepsen**, **prof. Iain Chapple** ir **prof. Maurizio Tonetti** vadovautų darbo grupių ataskaitas.



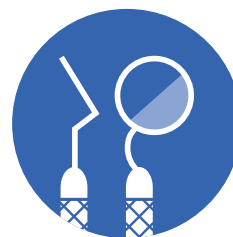
# Dantenų ligų ir dantų ėduonies sąveika ir šių labiausiai paplitusių burnos būklių panašumai



Dantenų ligos ir dantų ėduonis (kariesas) išlieka pagrindine visuomenės sveikatos problema visame pasaulyje.



Sunkus periodontitas yra pagrindinė suaugusių žmonių dantų netekimo priežastis.



Negydytas kariesas ir periodontitas gali turėti rimtų pasekmių ir lemti dantų netekimą.

 **Perio  
& Caries**

Tiek kariesui, tiek dantenų ligoms galima užkirsti kelią

**10%**

10% pasaulio populiacijos serga sunkiu periodontitu, t.y., 743 milijonai sergančiųjų.



Kariesu serga 1 iš 3 žmonių.



Sunkus periodontitas yra šešta pagal paplitimo dažnį liga pasaulyje.

Apsilankykite mūsų tinklapyje:  
**[perioandcaries.efp.org](http://perioandcaries.efp.org)**

# Dantys yra **visam gyvenimui**

*Periodonto ligos ir dantų ėduonis yra dažniausios neužkrečiamos žmonių ligos bei pagrindinė dantų netekimo priežastis. Abi ligos gali lemti prastesnę mitybą ir daryti neigiamą poveikį savivertei ir gyvenimo kokybei.*

*Dantų bioplėvelė yra pagrindinis bendras abiejų ligų išsivystymo biologinis veiksnys.*

*Šių ligų prevencijai ir kontrolei svarbūs tokie patys rizikos veiksniai ir socialinės determinantės.*

*Naujausios mokslinės diskusijos rodo, kad panašūs prevencijos planai, kurie paremti periodiškai atliekama burnos higiena vartojant fluoro turinčią pastą, yra efektyvūs tiek periodonto ligoms, tiek ėduoniui kontroliuoti.*

*Augant žmonių populiacijai ir vis daugiau žmonių išlaikant savo dantis, žmonių, sergančių dantų ėduonimi ir periodontitu, skaičius auga. Dėl šios priežasties didėja šių ligų našta visame pasaulyje, ypač tarp vyresnių populiacijų.*

*Laimei, egzistuoja efektyvios prevencinės ir terapinės priemonės, kurios leidžia suvaldyti kariesą ir dantenų ligas. Yra daug bendros sveikatos specialistų grupių, kurie turėtų žinoti daugiau apie šias ligas ir išmanyti sąveiką tarp rizikos veiksnių (pvz.: rūkymo), prevencinių priemonių (pvz.: fluoro turinčių dantų pastų dantų ėduonies profilaktikai, puikios burnos apnašų kontrolės periodonto ligų profilaktikai) ir patologinių faktorių.*

*Šios bendros sveikatos specialistų grupės apima gydytojus (nuo pediatrijos iki šeimos gydytojų ir geriatrų), slaugytojus (nuo bendrosios praktikos slaugytojų iki onkologinių ir gerontologinių pacientų slaugių), vaistininkus (jie turėtų išmanyti ryšį tarp ėduonies ir sumažėjusio seilėtekio, taip pat vaistų, kuriuose yra pridėtinio cukraus bei apie metimo rūkyti svarbą periodontologiniams pacientams), dietologus, vaikų darželių slauges ir akušeres.*

***Dantys visam gyvenimui! Padėkime savo pacientams imtis veiksmų.***



# Periodonto ligų ir karieso kontrolės rekomendacijos

## Periodonto ligos

### Periodonto ligos yra bakterinės kilmės uždegiminės ligos.

Yra įvairių periodonto ligų, bet dažniausios yra dantenų uždegimas ir periodontitas. Dantenų uždegimas (gingivitas) yra būtina sąlyga periodontitui išsivystyti. Nors ne visais atvejais gingivitas progresuos į periodontitą, dantenų uždegimo gydymas yra būtinas siekiant užkirsti kelią periodontitui. Negydomas periodontitas gali lemti dantų netekimą.

**Sunkiausios periodontito formos** yra siejamos su didesniu mirtingumu, mažesne diabeto kontrole ir jo komplikacijomis dėl didesnės aterogeninių širdies kraujagyslių ligų rizikos.

**Periodontitas nebūtinai reiškia**, kad žmonės nesirūpina savo burnos higiena. Skirtingų žmonių jautrumas šiai ligai skiriasi. Didelį polinkį turintys individai gali susirgti šia liga net esant santykinai gerai burnos higienai.

**Periodontitui būdingas paveldimumas**, visgi gyvenimo būdas, aplinkos veiksniai ir elgesys lems, ar liga išsivystys ir progresuos.

**Periodontitą įmanoma gydyti tiek, kad savi dantys išliktų visą gyvenimą.** Itin svarbu ankstyva diagnostika, nes liga gali prasidėti dar paauglystėje.

**Kraujuojančios dantenos nėra normalu**, kraujas seilėse po dantų valymosi irgi nėra normalu. Jei yra nors vienas iš šių simptomų, derėtų pasitarti su burnos sveikatos specialistais, kad ištirtų būklę ir skirtų reikalingą gydymą.

**Nors periodontitas nėra užkrečiama liga**, bakterijos, sukeliančios ligą gali būti perduotos vieno žmogaus kitam. Jei jos perduodamos polinkį sirgti turinčiam žmogui, imuninis atsakas gali sukelti periodontito požymius ir simptomus.

**Periodontitas turėtų būti laikomas kitų bendros sveikatos sutrikimų (pvz.: netinkamos mitybos ar nediagnozuoto diabeto) ženklu.** Dėl gydymo vertėtų pasitarti su burnos priežiūros specialistais.

✓ **Skatinkite pacientus**, kurie skundžiasi kraujuojančiomis dantenomis, prastu burnos kvapu, klibančiais dantimis, **kreiptis į burnos priežiūros specialistus**, kad šie ištirtų ir diagnozuotų būklę.

✓ **Skatinkite visus**, kuriems pasireiškia periodontito požymiai, kasdien valyti tarpdančius, taip kaip rekomenduoja burnos priežiūros specialistai.

✓ **Įsitikinkite**, kad pacientai, kurių dantenos nėra sveikos, **supranta, kad tai gali turėti reikšmės jų bendrai sveikatai ir** kad burna yra svarbi viso organizmo dalis, o ne tik atskiras organas.

✓ **Mokykite ir motyvuokite pacientus**, padėkite jiems laikytis taisyklingos burnos higienos.

✓ **Skatinkite slaugytojus prašyti patarimų** kaip įgyvendinti asmeninės burnos higienos priežiūros programas slaugos namų gyventojams.

✓ **Patarkite mesti rūkyti.**



## Dantų ėduonis

Dantų ėduonis yra daugiaveiksnė liga, kurią sukelia cukraus ir bioplėvelės sąveika. Dėl šio poveikio bėgant laikui palaipsniui tirpsta kietieji danties audiniai.

Skirtingų žmonių ir žmonių grupių dantų ėduonies rizika labai skiriasi. Karieso vystymasis lemia įvairaus dydžio ir sunkumo pažeidimus. Visų stadijų ėduonis gali būti aktyvus ir neaktyvus.

Gyvenimo būdo pokyčiai, mityba ir elgsena gali paveikti tiek naujų pažeidimų susidarymą, tiek jau egzistuojančių progresavimą. Ankstyvose stadijose pažeidimai gali būti visiškai sustabdyti ar net atstatyti.

Kompleksinis požiūris, kai siekiama sumažinti rizikos veiksnių susitelkiant į mitybą ir asmens higieną, kruopštų dantų valymą du kartus per dieną fluoro turinčia pasta, yra efektyvus šiai išvengiamai ligai kontroliuoti.

Tarp dantų ėduonies rizikos veiksnių yra nutukimas, seilėtekio sumažėjimas, mamos rūkymas. Nepakanka tvirtų įrodymų, kad kariesas turėtų tiesioginį ryšį su sisteminėmis ligomis ar genetiniais veiksniais.

✓ Jei įmanoma, **keiskite seilėtekį mažinančius vaistus** kitais.

✓ **Mokykite ir motyvuokite** pacientus vengti laisvųjų cukrų.

✓ Įsitinkite, kad maistas ir gėrimai, tiekiami mokyklose, atitiktų mitybos rekomendacijas.

✓ Skatinkite, kad **ikimokyklinio ir mokyklinio amžiaus vaikai** gautų mažiau maisto pusegminių.

✓ Rekomenduokite pastas, kuriose yra **fluoro**.

## ..... Išsaugoti sveikus dantis visą gyvenimą yra gerai, nes .....



leidžia optimaliai kramtyti, valgyti, kalbėti ir šypsotis



mažina bendros sveikatos sutrikimų riziką



gerina gyvenimo kokybę ir gerovę



teigiamai veikia sveikatos ekonomiką

## Tiek dantų ėduonies, tiek periodonto ligų galima išvengti.

- Siekiant išsaugoti sveikus dantis iki senyvo amžiaus reikėtų **taikyti prevencines priemones**.
- Padėkite pacientams suprasti **ryšį tarp karieso, periodonto ligų ir bendros sveikatos būklės**.
- Kariesas ir periodonto ligos yra **skirtingos ligos** turinčios skirtingus vystymosi mechanizmus, tačiau **tą patį pagrindinį veiksnį – dantų apnašas**.
- Svarbu atsižvelgti į **pusiausvyrą tarp rizikos veiksnių** (pvz.: rūkymo), profilaktinių veiksnių (pvz.: fluoras dantų pastoje karieso atveju, puiki burnos higiena periodonto ligų atveju) ir **patologinių veiksnių**.
- Remdamiesi epidemiologiniais tyrimais ir rizikos veiksnių analize galime numatyti, kad **ėduonies ir periodontito našta ateityje didės**, nes senstančiose populiacijose žmonės šiais laikais ilgiau turi nuosavų dantų.
- Yra įmanoma išsaugoti **funkcionuojantį sąkandį iki senyvo amžiaus**. Nuosavas sąkandis siejamas su geresne gyvenimo kokybe, didesniu savarankiškumu.
- Burnos sveikata yra **esminė sveiko senėjimo dalis**, kuriai reikalingi gebėjimas savimi pasirūpinti ir profilaktinių priemonių bei gydymo prieinamumas.
- Sudarant vyresnių žmonių profilaktikos ir gydymo planus derėtų labiau atsižvelgti į **jų galimybes savimi pasirūpinti**, o ne į chronologinį amžių.
- ✓ Skatinkite mamas įprasti valyti vaikų dantis **du kartus per dieną** jau nuo **pirmojo pasirodžiusio dantuko**.
- ✓ Skatinkite visus pacientus valyti **du kartus per dieną** ne trumpiau nei 2 minutes su pasta, kurioje yra **fluoridų**. Taip pat gali būti rekomenduojamos papildomos apnašų kiekį mažinančios veikliosios medžiagos.
- ✓ Skatinkite maitinančias mamas ir vaikus prižiūrinčius asmenis jau nuo ankstyvo amžiaus pratintinti vaikus **prie becukrių gėrimų**.
- ✓ Perspėkite pacientus, kad **mityba, kurioje per daug cukraus**, bei vaistai, į kurių sudėtį įeina cukrus, didina periodontito ir ėduonies riziką ypač labai jaunų ir vyresnių pacientų tarpe.
- ✓ Skatinkite visus **riboti cukraus vartojimo dažnį** ir kiekį. Idealiu atveju juos derėtų vartoti tik pagrindinių valgymų metu.
- ✓ Įtraukite burnos sveikatą (ėduonies ir periodonto ligų profilaktiką) į **bendros sveikatos profilaktines programas**, ypač skirtas sergantiems **diabetu**, asmenims, kuriems nustatytas **nutukimas ar metabolinis sindromas** bei **širdies kraujagyslių ligos**.

## Perio & Caries trumpai

-  Kariesas ir periodonto ligos yra dažniausios žmonijos ligos ir joms abiem galima užkirsti kelią.
-  Šių ligų našta yra didelė ir auga populiacijai senstant.
-  Reikėtų reguliariai konsultuotis su burnos sveikatos priežiūros specialistais, kad pavyktų efektyviai išvengti ir gydyti kariesą ir periodonto.
-  Kraujuojančios dantenos nėra normalu. Derėtų nedelsiant kreiptis į burnos priežiūros specialistus.
-  Burnos sveikatos priežiūros specialistai galėtų patarti dėl svorio metimo, metimo rūkyti, mankštinimosi, diabeto kontrolės ir glikemijos.
-  Į periodonto ligas derėtų žvelgti kaip į bendros sveikatos problemų indikatorius.
-  Burnos sveikatos mokymas turėtų būti sukoncentruotas į vaikus, nėščiasias ir jaunas mamas, slaugos ligoninių darbuotojus ir slaugytojus.
-  Vyresnių pacientų burnos sveikatos būklė labiau lemia jų galimybes savimi pasirūpinti negu chronologinis amžius.
-  Siekiant išvengti karieso ir periodonto ligų yra svarbu **mažinti cukraus ir krakmolo suvartojimą ir dažnį**. Vartoti derėtų tik pagrindinių valgymų metu.
-  Yra svarbu dantis valyti **du kartus per dieną fluoro turinčia pasta**. Taip pat burnos higieną galima papildyti **apnašų mažinančių veikliųjų medžiagų turinčiomis pastomis ar skalavimo skysčiais**.

## Perio & Caries, jungtinė **EFP-Colgate** iniciatyva



*Europos periodontologų federacija (EFP) yra pasaulyje pirmaujanti organizacija, skatinanti dantenų sveikatą ir siekianti užkirsti kelią dantenų ligoms. EFP yra didžiausio ir svarbiausio tarptautinio periodontologijos kongreso EuroPerio bei European Workshop on periodontology organizatoriai. EFP taip pat leidžia Journal of Clinical Periodontology, vieną autoritetingiausių šios srities žurnalų.*

*EFP sudaro 30 draugijų iš Europos, Šiaurės Afrikos, Kaukazo ir Vidurio Rytų. Iš viso organizacija jungia 14 000 periodontologų, odontologų, mokslininkų ir kitų burnos priežiūros specialistų, siekiančių pagerinti periodontologijos mokslą ir praktiką.*

[www.efp.org](http://www.efp.org)



*Jau daugiau nei 200 metų Colgate-Palmolive yra pasaulinis burnos priežiūros lyderis, siekiantis gerinti burnos sveikatą visame pasaulyje. Įmonė gamina pastas ir rankinius šepetėlius, pirmaujančius daugelyje pasaulio valstybių. Jai priklauso pripažinti prekių ženklai, pavyzdžiui, Colgate®, Colgate Total®, Maximum Cavity Protection plus Sugar Acid Neutraliser™, Sensitive Pro-Relief™, Max White One®, elmex®, meridol® ir Duraphat®.*

*Colgate-Palmolive toliau sėkmingai veikia pateikdama burnos priežiūros inovacijas ir bendradarbiaudama su visuomenės sveikatos ir burnos sveikatos priežiūros specialistais. Pagrindinės įmonės vertybės „rūpestingumas“, „pasaulinis bendradarbiavimas“, „nuolatinis tobulėjimas“ atsispindi ne tik produktų kokybėje bet ir siekiu gerinti savo klientų gyvenimo kokybę.*

*Daugiau informacijos apie Colgate bendradarbiavimą su burnos sveikatos priežiūros specialistais čia:*

[www.colgateprofessional.co.uk](http://www.colgateprofessional.co.uk)

[www.colgatetalks.com](http://www.colgatetalks.com)



[perioandcaries.efp.org](http://perioandcaries.efp.org)



**European  
Federation of  
Periodontology**

EFP dėkoja Colgate už  
palaikymą ir paramą be išlygų.

