

A FOGSZUVASODÁS ÉS AZ ÍNYBETEGSÉGEK

Ajánlások a lakosság számára



EFP



MERT
HUNGARIAN SOCIETY OF PERIODONTOLOGY

A Perio Workshop 2016 tudományos eredményei - a fogszuvasodás és a parodontális megbetegedések, mint határterületek együttes vizsgálata által - az EFP és az ORCA közös tudományos találkozóján.

Szerkesztette **prof. Nicola West** a szakemberek egyezményes véleménye alapján, melyet a fent említett tudományos találkozón **prof. Mariano Sanz**, **prof. Soren Jepsen**, **prof. Iain Chapple** és **prof. Maurizio Tonetti** vezetésével állítottak össze. A magyar fordítást **Dr. Michailovits Georgina**, a szerkesztést **Dr. Simon Botond** végezte.



 **Perio
& Caries**

**Perio
Work
shop**

Colgate®

Fogágybetegség és fogszuvasodás

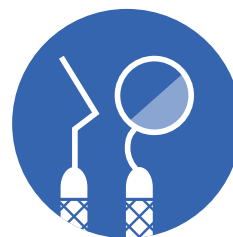
Összefüggések és hasonlóságok a **két leggyakrabban** előforduló szájüregi megbetegedés között



A fogágybetegség és a fogszuvasodás (caries) továbbra is jelentős egészségügyi problémának számít világszerte.



A súlyos fogágybetegség a fogak elvesztésének elsődleges okozója a felnőtt lakosság körében.



A kezeletlen fogszuvasodás és parodontitis súlyos következményekkel járhat és akár fogvesztéshez is vezethet.

 **Perio
& Caries**

A fogágybetegség és a fogszuvasodás megelőzhető!

10%

A világ népességének 10%-a érintett súlyos fogágybetegségben, ami 743 millió embert jelent.



3 emberből 1 fogszuvasodásban szenved.

6

A súlyos fogágybetegség a hatodik leggyakrabban előforduló betegség a világon.

Látogasson el weboldalainkra:

perioandcaries.efp.org | parotarsasag.hu | restaurativ.com

Egészséges fogak **egy egész életen át**

A fogágybetegség és a fogszuvasodás az emberiség leggyakoribb, ám kevésbé ismert megbetegedései közé tartoznak és a fogak elvesztéséhez vezethetnek. Ezen betegségek következménye lehet a nehezített táplálkozás, a csökkent önbecsülés és a rosszabb életminőség.

Mindkét betegség kialakulásának oka a fogakon megtapadó lepedék.

Megegyeznek a betegségeket befolyásoló rizikótényezők és magatartási faktorok is, melyek nem csupán a megbetegedések kialakulását, de megelőzésüket és kezelésüket is módosítják.

A legfrissebb tudományos eredmények igazolták, hogy a napi kétszeri, fluoridos fogkrémmel végzett, alapos fogmosás hatásos mind a fogágybetegség, mind a fogszuvasodás megelőzésében.

A népességnövekedés és a fogazat nagyobb arányú megőrzésének hatására a fogszuvasodás és a fogágybetegség egyre több embert érint a világon, nagy terheket róva ezzel globálisan az egészségügyi ellátásra.

Az ínygyulladásra és fogágybetegségekre való hajlam az életkorral egyre növekszik. A fogszuvasodás gyermekkorban és fiatal felnőttkorban a leggyakoribb. Ezeknek a megbetegedéseknek az aránya extrém magas a népesség körében, súlyos veszélybe sodorva ezzel fogazatukat. A pácienseket mindkét megbetegedés érintheti életük folyamán. Szerencsére manapság már hatékony prevenció és terápiás lehetőségek állnak rendelkezésünkre a megbetegedések mérséklésére.

Az említett betegségek megelőzése céljából, életkortól és egészségügyi státusztól függetlenül a következő javaslatok betartása ajánlatos: a cukrot tartalmazó ételek fogyasztásának mérséklése, napi kétszeri fogmosás fluoridos fogkrémmel, a dohányzásról való leszokás.

Az ínyvérzés kóros állapot. A rendszeres fogászati szűrővizsgálat pedig elengedhetetlenül fontos.

A fogak egészsége megtartható egy egész életen át. Tegyen értük!

A fogágybetegségre és a fogszuvasodásra vonatkozó ajánlások



Fogágybetegség

A fogágybetegség egy nagyon gyakori megbetegedés, amely az íny és a fogakat körülölelő tartószövetek gyulladásával jár. A gyulladást a fogakra lerakódott lepedékben megtelepedő baktériumok okozzák.

A fogágy megbetegedéseinek (ínybetegségeknek) többféle típusa ismeretes, de a leggyakoribbak az ínygyulladás (gingivitis) és a fogágybetegség (parodontitis).

Az ínygyulladás a fogágybetegség előfutára. Habár nem minden gingivitis alakul fogágybetegséggé, az ínygyulladás kezelése kiemelkedő jelentőséggel bír a parodontitis megelőzése érdekében.

A kezeletlen parodontitis a fogak elvesztéséhez vezet. A fogágybetegség súlyosabb formáiban a parodontitis önmagában összefüggésbe hozható a megemelkedett elhalálózási kockázattal az érelmeszesedéshez társuló kardiovaszkuláris megbetegedésekre, a cukorbetegségekre és egyéb egészségügyi komplikációkra gyakorolt hatása miatt.

A fogakra lerakódott lepedék a fogágybetegség fő okozója. Emellett a parodontitis kialakulásához öröklődő (genetikai) fogékonyagra is szükség van. Ám összességében azt mondhatjuk, hogy az életvitel, a környezeti- és magatartási tényezők a legmeghatározóbbak a betegség kialakulása és progressziója szempontjából.

A fogágybetegség kezelhető, a fogak élethosszig a szájban tarthatóak, ehhez azonban a betegség minél korábbi felismerése szükséges. A parodontitis nem csupán az idősebb korosztályt érintő megbetegedés, már fiatal felnőttkorban is kialakulhat.

- ✓ **Az ínyvérzés kóros állapot, a fogmosás utáni véres nyál a fogágy gyulladásának első jele.** Ilyen esetben mielőbb javasolt szakemberhez fordulni.
- ✓ **A kellemetlen lehelet, a fogak mozgathatósága vagy a kiszélesedett fogközök** mind fogágybetegségre utaló tünetek, ezért mielőbb javasolt szakemberhez fordulni.
- ✓ Naponta kétszer mossunk fogat.
- ✓ A fluorid tartalmú fogkrémek és szájöblítőszeresek segíthetnek a fogakra lerakódó lepedék mennyiségének csökkentésében.
- ✓ Kérjünk segítséget a dohányzásról való leszokáshoz.
- ✓ A testsúly csökkentése és a magas cukor tartalmú élelmiszerek bevitelének mérséklése céljából konzultáljunk szakemberrel.



Fogszuvasodás

A **fogszuvasodás** (caries) a fog keményszövetének károsodása, melyet a lepedékben élő baktériumok által termelt savak okoznak. A cariesre való fogékonyság az egyén élete során nagymértékben változó, fiatal korban a legmagasabb.

Az emésztés során **savakká alakuló szénhidrátok** (cukor és keményítő) szükségesek a fogszuvasodás kialakulásához és progressziójához.

Az alacsony szocio-ökonómiai státusz összefüggésbe hozható a megbetegedéssel.

- ✓ **Biztosítsuk** az egészséges táplálkozást az iskolás korú gyermekek számára
- ✓ Használjunk **fluorid tartalmú fogkrémet** a napi kétszeri fogmosáshoz
- ✓ Ha hajlamosak vagyunk a fogszuvasodásra, akkor **forduljunk szakemberhez** professzionális fluoridáló kezelés miatt

A fogszuvasodás és a fogágybetegség is megelőzhető megbetegedések

- **Törődjünk fogainkkal és ínyünkkel!** Naponta kétszer, **fluoridot tartalmazó fogkrémmel** mossunk fogat és ne feledjük a fogközők megtisztítását sem: fogköztisztító kefékkel vagy egyéb, erre a célra kialakított speciális eszközökkel, fogorvosunk ajánlása szerint! **A lepedék mennyiségének csökkentése céljából fluorid tartalmú szájápolási termékek használata megfontolandó.**
- **Lehetőség szerint tartózkodjunk a magas cukor tartalmú ételektől és italoktól** vagy ezek fogyasztását a főétkezések idejére időzítsük.
- **Kérjünk segítséget és tanácsot** fogorvosunktól a megfelelő fogtisztítás elsajátításához.
- **Rendszeresen látogassunk el szakemberhez a szájüregi egészség fenntartása céljából!** A szükséges kezeléseket ne halogassuk.

A szájüregi egészség fenntartásának előnyei



megfelelő rágóképesség,
optimális táplálkozás,
beszéd és mosoly



általános egészségügyi
problémák
kialakulásának



életminőség javítása
és általános jóllét
biztosítása



egészségügyi ellátási
rendszer terhelésének



1 A fogszuvasodás és a fogágybetegség a leggyakoribb megbetegedések közé tartoznak, pedig megelőzhetőek lennének.



2 Ezen betegségek a lakosság jelentős részét érintik és az életkor előre haladtával az érintettek aránya egyre növekszik



3 A rendszeres fogászati ellenőrzés elengedhetetlenül fontos a megelőzés és a hatásos kezelés szempontjából.



4 Az ínyvérzés kóros állapot. Mielőbb javasolt szakemberhez fordulni.



5 A fogászati szakemberek segítségünkre lehetnek az optimális testsúly megőrzésében, a dohányzásról való leszokásban és a rendszeres testmozgás megtervezésében, valamint az egészséges és a cukorbeteg páciensek megfelelő vércukorszintjének beállításában.



6 A fogágy megbetegedései az általános egészségügyi állapotra vonatkozó kockázati tényezők. Ne feledjük, hogy egyéb betegségekkel lehetnek összefüggésben!



7 A szájüregi egészség- és szájhygiénés oktatás elsődleges célcsoportjai a gyermekek, a kismamák és anyák, gondozók és ápolók.



8 A szájüregi egészség és fogazati státusz idősebbek esetében nem az életkortól, hanem az önállóság fokától függ.



9 A magas cukor- és keményítő tartalmú ételek fogyasztásának mérséklése nagy jelentőséggel bír a fogszuvasodás és a fogágybetegség megelőzése szempontjából. Ezen ételek fogyasztását a főétkezések idejére korlátozzuk.



10 A fluoridos fogkrémmel végzett napi kétszeri fogmosás elengedhetetlenül szükséges a szájüreg egészségének megőrzése szempontjából. A lepedék mennyiségének csökkentése céljából további szájápolási termékek használata javasolt.

Perio & Caries, az EFP és a Colgate közös kezdeményezése



Az Európai Parodontológiai Szövetség (EFP) a szájüregi egészség megőrzésének és a foggyógybetegség megelőzhetőségének vezető globális szószólója, továbbá az Europerio - a legjelentősebb parodontológiai témájú konferencia a világon; és az Egészséges Íny Napja - a legfőbb kollektív figyelemfelhívó kezdeményezés a foggyógy egészségének témakörében; valamint a Perio Workshop - a legnívósabb tudományos találkozó parodontológia témakörben - rendezvények szervezője. Ezenfelül az egyik legmeghatározóbb tudományos folyóirat, a *Journal of Clinical Periodontology* szerkesztését és kiadását is az EFP végzi.

Az EFP alá 30 nemzeti társaság tartozik a következő földrajzi területeken: Európa, a kaukázusi régió, észak Afrika és a Közel Kelet. Összesen ez körülbelül 14 000 tagot jelent, melyek között találunk parodontológus szakorvost, fogorvost, kutatót és egyéb fogászati szakembert. Közös bennük, hogy mindannyian a foggyógy egészségének megőrzésén és a tudományterület fejlesztésén fáradoznak.

www.efp.org



A több, mint 200 éves múltta visszatekintő Colgate-Palmolive cég a szájüregi- gondozás és egészségmegőrzés egyik kiemelkedő, az egész világon ismert alakja. Kimutatások szerint termékeik közül a fogkrémek és a manuális fogkefék eladásai a világ számos pontján vezetik a szájhygiénés eszközök értékesítési listái. nemzetközileg ismert márkáik: Colgate®, Colgate Total®, Maximum Cavity Protection plus Sugar Acid Neutraliser™, Sensitive Pro-Relief™, Max White One®, elmex®, meridol® and Duraphat®.

A Colgate-Palmolive továbbra is törekszik a szájüregi egészséggel és gondozással kapcsolatos fejlesztésekre és szorosabb együttműködés kiépítésére mind a szakemberekkel, mind a lakossággal. Alapértékei: a "gondoskodás", "globális csapatmunka" és a "folyamatos fejlődés" nem csupán a termékei minőségében és a cég hírnevében tükröződnek vissza, hanem abban az igyekezetben is, amit a fogyasztók életminőségének javításáért és a közjó fokozásáért tesz a szervezet.

További információért látogasson el:

www.colgateprofessional.co.uk

www.colgatetalks.com



perioandcaries.efp.org



European
Federation of
Periodontology

Az EFP nagyon köszöni a Colgate
támogatását a kampányhoz!



A Perio&Caries kampány
magyarországi partnerei a
Magyar Parodontológiai
Társaság és a
Magyar Esztétikai és
Restauratív Fogászati
Társaság.



parotarsasag.hu

restaurativ.com