

Р.М. ВАЛИЕВА, Н.Г. НЕГАМЕТЗЯНОВ, Р.М. ИСМАИЛОВ, К.Р. ИСМАИЛОВ

*Кафедра стоматологии и ЧЛХ КМУ «ВШОЗ»,
Стоматологическая поликлиника*

О РОЛИ ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА

На сегодняшний день кариес и патология пародонта – это самые распространенные заболевания, которыми поражено практически все население земного шара. С детского возраста врачи-стоматологи стараются приучить своих пациентов к правильной гигиене полости рта. Однако гигиенические навыки населения остаются на очень низком уровне, что ведет к нарушению правил и норм ухода за полостью рта и распространению кариеса, его осложнений и пародонта.

Неправильный уход за полостью рта способствует появлению микробной биопленки (зубной налет, зубная бляшка), которая препятствует поступлению в эмаль кальция, фтора и других необходимых макро- и микроэлементов, нарушается процесс созревания эмали. Это создает косметический дефект.

Ключевые слова

Гигиена полости рта, пародонт, эстетика зубов, эффект, зубная бляшка (биопленка).

Красивая улыбка – это свидетельство здоровья, способ улучшить настроение и расположить к себе в конечном итоге – залог жизненного успеха. Неудивительно, что все мы заботимся о красоте зубов и о свежести дыхания.

Идеальная зубная паста должна иметь множество свойств, например, эффективно удалять налет (биопленка) и препятствовать его образованию, повышать крепость зубной эмали, благоприятно воздействовать на десны, отбеливать зубы, но такой зубной пасты не существует. Проблема вовсе не в том, что одна паста не может иметь сразу все полезные свойства, а в том, что не всегда нужен весь арсенал этих свойств. Один человек страдает от кариеса, другой вообще не может чистить зубы, потому что у него начинают сильно кровоточить десна.

Беспорядочное применение различных зубных эликсиров, паст, гелей и отбеливателей приводит к изменению состава и свойств ротовой жидкости, которая обеспечивает непрерывную транспортировку питательных веществ к тканям зуба.

Знание и использование гигиенических средств пациентами, не всегда говорит о качестве гигиены полости рта. Следовательно, необходима не только санитарно-просветительская работа, но и индивидуальное обучение гигиене полости рта каждого пациента на приеме у врача-стоматолога.

Предварительно проводится профессиональная чистка зубов специальными щеточками с абразивными пастами, штрипсами, резинками до ощущения пациентом гладкой и ровной поверхности зубной эмали. При необходимости снятие над- и поддесневого зубного камня, а также снятие пигментированного налета с зубов, покрытие зубов защитным лаком. Далее пациент обучается правильной технике чистки зубов врачом-стоматологом.

Известно, что чистка зубов преследует основную цель – это тщательное удаление биопленки (мягкого зубного налета). Особенности строения зубов способствует тому, что скорость образования биопленки (зубного налета) и его количество на жевательных зубах в два раза больше, чем на передней и боковой группе зубов. Больше всего биопленка скапливается в области прикрепления десны к эмали зуба и эти участки требуют наиболее тщательной чистки.

Раньше все рекомендации по гигиенической чистке зубов регламентировались временем и набором стандартных движений зубной щеткой (возвратно-поступательных, вертикальных, горизонтальных, подметающих, скребущих, круговых), при этом не учитывалась группа зубов, количество мягкого налета.

Современными учеными предложено модифицировать способ чистки зубов, он основан на использовании на вестибулярной (передней) и оральной (задней) поверхностях зубов одного вида движений зубной щетки – вертикальных, а на жевательных поверхностях – горизонтальных. Клинически доказано, что для удаления биопленки с передних зубов достаточно провести около 20 вертикальных движений щеткой, с клыков и премоляров – 25, а с жевательных зубов – до 30 движений. Начинать желательно с жевательных зубов, постепенно захватывая по 2-3 зуба и перемещаясь в сторону передних зубов. Движения вертикальные должны максимально захватывать слизистую оболочку десны. Вся процедура чистки длится около трех минут. Здесь не учитывается время применения зубных флоссов и эликсиров. Регулярность чистки может быть индивидуальной, привычно – это утром после завтрака и вечером перед сном, чтобы удалить все пищевые остатки, мягкий зубной налет.

Материалы и методы. Контроль правильности гигиены полости рта осуществляет врач-стоматолог. Он же дает рекомендации по использованию зубных паст, гелей, эликсиров и других средств ухода за зубами. Зубные пасты играют большую роль в очищении зубов и являются отличным средством доставки активных компонентов, которые помогают справиться с проблемами десен и обеспечивают эстетику зубов. Среди зарубежных паст, обладающих выраженным антибактериальным, противовоспалительным и профилактическим действием показала зубная паста «Элгидиум». Профессиональная зубная паста «Элгидиум» в составе содержит хлоргексидин биглюконат 0,004% (предотвращает появление зубного налета –антисептический, антиадгезивное действие; предотвращает образование кариеса воспалительного процесса) и карбонат кальция, который играет роль в регенерации коллагена и усиливает биосинтез протеинов, улучшает противовоспалительные свойства слизистой оболочки полости рта, придает пасте гемостатическую активность, улучшает рНслиюны. Клиническая эффективность «Элгидиума» – длительный терапевтический эффект, оптимальное соотношение действующих веществ, быстрое купирование воспалительных явлений и продление периода ремиссии.

Мы рекомендовали использовать данную зубную пасту для ежедневной гигиены полости рта. Использование зубной пасты проводилось под контролем врачей-стоматологов городской стоматологической поликлиники и преподавателями кафедры стоматологии и ЧЛХ КМУ «ВШОЗ». Пациенты (45 детей в возрасте от 12 до 18 лет)

получили инструкцию по гигиене полости рта: чистка зубной пастой «Эльгидиум» в течение одной минуты после приема пищи. Правильность чистки зубов контролировали специальными красящими зубной налет таблетками-индикаторами через три дня после применения данной зубной пасты. Оценка эффективности применения зубной пасты «Эльгидиум» была проведена через 2 недели, 1 и 2 месяца (таблица 1).

Результаты исследования.

Таблица 1 – Оценка применения эффективности зубной пасты

№	Наименование	До лечения	Через 3 дня	Через 2 недели	Через 1 месяц	Через 2 месяца
1	Индекс гигиены по Федорову-Володкиной	2,8	2,6	1,6	1,1	1,0
2	ПМА	42	3,8	0	0	0
3	Кровоточивость десен	есть	Незначительная	нет	нет	нет

Ввиду выраженных антибляшковых очищающих, противовоспалительных и дезодорирующих качеств зубная паста «Эльгидиум» способствует улучшению гигиенического состояния полости рта, как при интактном пародонте, так и в случае воспалительных явлений. Оказывает противокариозное действие, не имеет побочных эффектов, и может быть рекомендована для профилактических целей, и на этапе лечения и реабилитации пациентов со стоматологическими заболеваниями.

Для достижения долговременного эффекта возможно непрерывное применение зубной пасты «Эльгидиум» в течение 1-2 месяцев или в сочетании с другими лечебно-профилактическими средствами. Учитывая, что использование данной пасты сопровождалось снижением зубного налета (биопленки), исчезновением воспалительного процесса и кровоточивости десен можно рекомендовать зубную пасту «Эльгидиум» для профилактики кариеса и патологии пародонта.

В заключение можно отметить, что пользуясь современными зубными пастами, как «Эльгидиум» несомненно, можно быстро и эффективно улучшить состояние десен, слизистой языка и щек, зубов, а также оказать профилактическое воздействие на возникновение кариеса и заболеваний пародонта.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Улитовский С.Б. Средства индивидуальной гигиены полости рта. – СПб.: 2002. – 324 с.
2. Курякина Н.В. Терапевтическая стоматология детского возраста. – Нижний Новгород: НГМА, 2001. – 57 с.
3. Супиев Т.К., Улитовский С.Б., Мирзабеков О.М., Супиева Э.Т. Профилактика стоматологических заболеваний. – Алматы: 2009. – 41 с.
4. Улитовский С.Б. Практическая гигиена полости рта. – СПб.: 2002. – 284с.

Р.М. ВАЛИЕВА, Н.Г. НЕГАМЕТЗЯНОВ, К.Р. ИСМАИЛОВ, Р.М. ИСМАИЛОВ

*«ҚДСЖМ ҚМУ» стоматология және ЖБХ,
Кафедрасы стоматологиялық емхана*

АУЫЗ ҚУЫСЫНЫҢ ТАЗАЛЫҒЫ ТУРАЛЫ

Түйін: Қазіргі таңда тісжегі және пародонт ақауы – бүкіл жер әлемі адамдары ауыратын ең кең таралған аурулар. Дәрігер-стоматологтар өз пациенттерін кішкентай кезінен ауыз қуысы тазалығына үйретуге тырысады. Бірақ ауыз қуысы тазалығының ережелері мен нормаларының бұзылуына және тісжегі және оның асқинулары мен пародонт ауруларының кең таралуына әкелетін тұрғындардың гигиеналық дағдылары өте төмен дәрежеде.

Ауыз қуысының тазалығын сақтамау микробты биоқабыршақтың (тіс қағы, тіс бляшкасы) пайда болуына ықпал етеді.

Эмальға кальцийдің, фтордың және басқа да микро- мен макроэлементтерінің түзілуіне кері әсерін тигізеді, эмальдің жетілу үрдісі бұзылып, косметикалық ақау пайда болады.

Түйінді сөздер: Ауыз қуысының тазалығы, пародонт, тістердің эстетикасы, күшті әсер, тістің бляшкасы (биоқабыршағы).

R.M. VALIEVA, N.G. NEGAMETZANOV, K.R. ISMAILOV, R.M. ISMAILOV

Department of Dentistry and Maxillofacial Surgery of Kazakhstan's medical university "KSPH", Dental clinic

ABOUT ROLE OF ORAL HYGIENE

Resume: Today, caries and periodontal pathology are the most common diseases that affected virtually the entire population of the globe. Dentists are trying to teach their patients from childhood to proper oral hygiene.

However, hygiene skills of the population are very low, which leads to a violation of the rules and norms of the oral care, distribution of dental caries, its complications and periodontal.

Wrong oral care contributes to the emergence of microbial biofilm (dental plaque), which prevents the flow of calcium, fluoride and other essential macro- and micronutrients in the enamel, the process of enamel's maturation is broken. This creates a cosmetic defect.

Keywords: Oral hygiene, periodontal, dental aesthetics, effect, dental plaque (biofilm).