

Неделя ответственного отношения к здоровью полости рта (в честь Дня стоматолога 9 февраля)

Ежедневная гигиена полости рта крайне важна для всего организма в целом. Исследования показали, что плохое стоматологическое здоровье связано с повышенным риском развития сердечно-сосудистых заболеваний, осложнений при беременности и повышенным риском развития сахарного диабета.

Респираторные инфекции могут возникать, когда переросшие бактерии из полости рта спускаются по дыхательной системе и оседают в легких.

Подобно бактериям, которые вдыхаются в легкие изо рта, бактерии также могут попадать в ткани центральной нервной системы по нижнечелюстному нерву.

Люди, страдающие сахарным диабетом, должны посещать стоматолога не реже двух раз в год, так как они больше склонны к инфекциям ротовой полости. Диабетикам с зубными протезами следует уделять максимум внимания состоянию зубов.

Протезы могут вызвать язвы, раздражение десен и могут способствовать появлению грибковых инфекций.

Здоровье полости рта начинается с чистых зубов. В дополнение к ежедневной чистке зубов в домашних условиях необходимо посещать стоматолога не реже одного раза в год



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ НЕТ ЗУБА/ЗУБОВ?

Зубы несут несколько важных функций: откусывание, измельчение пищи и звукообразование. Кроме того, нельзя забывать, что зубы влияют на внешний вид человека, поэтому важно задуматься о восстановлении зуба/зубов, если их пришлось удалить.

### КАКИЕ ЕСТЬ ВАРИАНТЫ?

1



4



5



2



3



1. Мостовидный протез. Подойдет при наличии соседних зубов
2. Имплантат. Может замещать как 1 зуб, так и несколько, являясь опорой для протезов
3. Бюгельный протез. Подойдет для восстановления нескольких зубов
4. Пластинчатый протез. Используется при значительной потере зубов.
5. Иммедиат протез - временная конструкция

### ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ НЕ ВОССТАНОВИТЬ ЗУБ/ЗУБЫ?

1. Нарушение функции жевания (нарушение пищеварения)
2. Нарушение внешнего вида
3. Атрофия альвеолярного гребня
4. Смещение зубов и деформация зубных рядов
5. Потеря оставшихся зубов, так как они будут испытывать неадекватную нагрузку
6. Нарушение работы височно-нижнечелюстного сустава (сопровождается болями, щелканьем и т.д.)

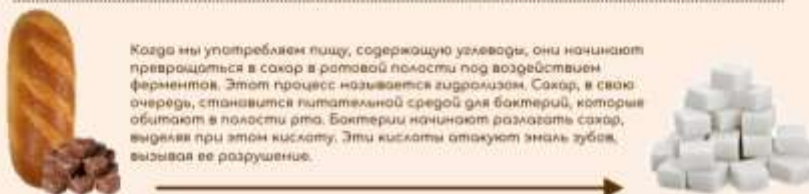
# Способы восстановления зубов

Способ восстановления зуба зависит от степени разрушения зуба

<30%	30-60%	60-80%	>80%
<p>Дефект восстанавливает стоматолог-терапевт с помощью пломбы</p> 	<p>Дефект восстанавливает стоматолог-ортопед с помощью вкладки</p> 	<p>Дефект восстанавливает стоматолог-ортопед с помощью коронки</p> 	<p>Дефект восстанавливает стоматолог-ортопед с помощью штифтовых конструкций</p> 

## УГЛЕВОДЫ И БОЛЕЗНИ ЗУБОВ

Углеводы являются основным источником энергии для нашего организма. Они содержатся в таких продуктах, как хлеб, картофель, рис, макароны, фрукты и сладости. Однако, несмотря на свою значимость для поддержания жизнедеятельности, углеводы могут иметь негативное влияние на состояние наших зубов.



Механизм развития кариса связан с этим процессом. Когда эмаль разрушается, образуются дефекты. В этих местах бактерии находятся в безопасности от воздействия слюны и продолжают разлагать сахар, выделяя кислоты. Постепенно, кислоты проникают в глубокие слои зуба, вызывая образование кариозных полостей.

Наиболее вредными для зубов являются простые углеводы



Что делать, если вы съели сладкое и не можете почистить зубы?

Немедленная гигиена полости рта после употребления пищи поможет уменьшить риск развития кариса. Если нет возможности почистить зубы, можно использовать жевательные резинки без сахара. Также можно прополоскать рот водой или использовать специальные препараты для полости рта.



