



ГБУЗ «Оренбургский областной центр
медицинской профилактики»
Адрес: 460040, г. Оренбург,
ул. Алтайская, д. 12 «А»
god42@mail.orb.ru

АНО «ЦСИ «Развитие»
Адрес: 460044, г. Оренбург,
ул. Березка, д. 26, офис 2
socialinfo@yandex.ru



Ваше свежее дыхание

Зубы без дырок и пломб – еще не показатель здоровья полости рта и вашего свежего дыхания. Не менее важно избежать и заболевания десен, ведь их наличие повышает самые разные риски для здоровья человека. Специалисты считают, что до двух третей взрослых людей имеют проблемы с деснами, которых можно избежать.

Так как же не допустить возникновения и развития этих коварных недугов?

Что вызывает болезни десен?

Болезни десен, которые также называются заболеваниями пародонта, вызваны в основном бактериями, которые обитают в зубном налете и зубном камне.

К другим факторам риска относятся курение и жевание табака, употребление некоторых лекарств и генетическая предрасположенность.

Чем болеют десны?

Известны две основные разновидности заболеваний десен: гингивит и пародонтоз.

Гингивит – это начальная стадия, которая может протекать незаметно и довольно легко поддается лечению.

Пародонтоз – это воспаление десен, к которому приводит невылеченный гингивит. Он приводит к разрушению зубов и тяжелому инфицированию десен. В конечном итоге этот процесс заканчивается потерей зубов и заболеваниями костной ткани в области рта.

Признаки заболеваний десен:

- ♦ покрасневшие, кровоточащие и опухшие десны;
- ♦ неприятный запах изо рта;

- ♦ подвижность зубов;
- ♦ чувствительность зубов;
- ♦ развитие абсцессов в области корней зуба;
- ♦ потеря зубов.

Болезни десен и другие заболевания

Болезни сердца и инсульт. Гингивит может увеличить риск развития болезней сердца и инсульта из-за активной деятельности бактерий в полости рта. Воспаление десен способно спровоцировать хроническое воспаление в организме, которое повышает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Диабет. У людей, страдающих диабетом, нередко развиваются заболевания десен. Специалисты связывают это с высоким содержанием глюкозы в крови.

Преждевременные роды. Исследования показывают, что у женщин с заболеваниями десен в четыре раза больше шансов родить недоношенного ребенка. Во время беременности риск развития гингивита повышен, а, значит, будущим мамам следует тщательнее следить за здоровьем полости рта.



ГБУЗ «Оренбургский областной центр
медицинской профилактики»
Адрес: 460040, г. Оренбург,
ул. Алтайская, д. 12 «А»
god42@mail.orb.ru

АНО «ЦСИ «Развитие»
Адрес: 460044, г. Оренбург,
ул. Березка, д. 26, офис 2
socialinfo@yandex.ru

ЧИСТИМ ЗУБЫ И НЕ ТОЛЬКО!

Как предотвратить заболевания десен?

1. Чистите зубы, как минимум, два раза в день. Используйте правильную технику чистки зубов и старайтесь тщательно удалять налет прежде, чем он затвердеет.

2. Используйте фторсодержащие пасты – они помогают бороться с микробами и берегут зубную эмаль.

3. Регулярно используйте зубную нить – она позволяет очищать межзубное пространство там, куда зубная щетка не может добраться.

4. Используйте антимикробные средства для полоскания рта.

5. Регулярно посещайте стоматолога для профилактических осмотров и удаления зубного камня.

Проверьте себя!

Вам надо срочно обратиться к стоматологу, если:

♦ Ваши десны, хотя бы слегка, кровоточат – при чистке зубов или потреблении твердой пищи.

♦ Ваши десны покраснели, стали очень чувствительными или опухли.

♦ Между поверхностью зуба и десной появляются капельки гноя или сукровицы.

♦ У вас наблюдается хронический неприятный запах изо рта или неприятный привкус во рту.

♦ Расстояние между вашими зубами увеличилось или уменьшилось.

♦ Вам перестали подходить ваши частичные зубные протезы.



*Соблюдайте
личную гигиену –
и будьте
здоровы!*