

Choroby dziąseł i przyzębia

Choroby dziąseł, to nic innego jak **stan zapalny tkanek miękkich** otaczających zęby. Co powinno Cię zaniepokoić i może świadczyć o takim stanie?



Krwawienie

- jedynie jeśli jesteś osobą palącą tego objawu możesz nie mieć, zdrowe dziąsła NIGDY nie krwawią!



Ból podczas szczotkowania



Żywczerwony kolor dziąsła



Obrzęk



Utrzymujący się nieprzyjemny zapach z ust

Przyczyną chorób dziąseł jest **biofilm bakteryjny**, czyli warstwa miękkiego osadu różnej grubości, złożonego głównie z drobnoustrojów, odkładającego się na powierzchniach zębów i dziąseł oraz uzupełnień protetycznych. W naszej jamie ustnej znajdziemy ponad **1000 różnych gatunków bakterii**. Bakterie jako organizmy żywe wytwarzają produkty przemiany materii, endo- i egzotoksyny, które w nadmiernej ilości mogą doprowadzić do wywołania stanu zapalnego oraz do powstania patologicznych kieszonek dziąsłowych.

Kieszenie te są **niezmiernie trudne w prawidłowym oczyszczeniu** i bardzo często stają się one siedliskiem bakterii, które powodują wyniszczenie

kości wspierającej ząb. Zalegająca przewlekle płytka bakteryjna **zamienia się w kamień**, którego sam nie jesteś w stanie usunąć, a który stanowi dodatkowe miejsce akumulacji nowych bakterii.

Przewlekły stan zapalny dziąseł prowadzi do zapalenia tkanek głębszych i mówimy wówczas o **zapaleniu przyzębia**. W jego wyniku następuje zanik kości wokół zęba, ten zaczyna się ruszać, **odstłonięta zostaje powierzchnia korzenia** i następuje kaskada kolejnych niekorzystnych zdarzeń.



Przewlekłe zapalenie przyzębia może doprowadzić do utraty zęba/zębów.

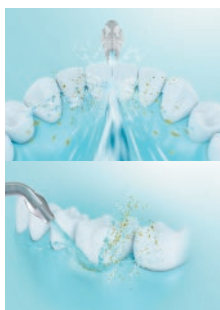
Co robić aby nie dopuścić do takiej sytuacji?

1. **70% sukcesu**, czyli zdrowy, piękny uśmiech zależy od Ciebie!
2. Szczotkuj zęby **minimum 2 razy dziennie przez 3 minuty**, oczyszczając szczeliny dziąsłowe.



Idealna dla Ciebie będzie szczotka, która posiada różne tryby pracy: w tym tryb **delikatny** zalecany do stosowania przy pierwszym szczotkowaniu, aby nauczyć się prawidłowej techniki.

Wybierz końcówkę, która **wyczyści przestrzenie międzyzębowe** oraz **kieszonie dziąsłowe**. Cienkie, dłuższe włókna dotrą w głąb kieszeni dziąsłowej i oczyszczą obszary niedostępne dla klasycznych szczoteczek do zębów. Połączenie odpowiedniego trybu pracy oraz właściwej końcówki **minimalizuje pojawianie się kamienia nazębnego** oraz zapalenia dziąseł spowodowanego zalegającą płytką nazębną w przyszłości.



Nie zapominaj o przestrzeniach międzyzębowych, **używaj nitki dentystycznej** oraz **irygatora**. Doczyścisz w ten sposób miejsca, do których nie dociera włosie szczoteczki, dzięki czemu **zwiększy się efektywność** codziennej higieny jamy ustnej.



Strumień wody, który pod ciśnieniem wydobywa się ze specjalnej dyszy dokładnie, a przede wszystkim **bezinwazyjnie wypłucze resztki pokarmów** oraz płytkę nazębną z miejsc trudno dostępnych, kieszonek dziąsłowych oraz przestrzeni międzyzębowych.



Pamiętaj o prawidłowej technice **nitkowania, szczotkowania** oraz **irygowania**.



Rób regularnie **przeeglądy stomatologiczne** i **zabiegi profesjonalnej higienizacji zębów**.



Główkę szczoteczki wymieniaj zawsze w razie potrzeby, **nie rzadziej niż raz na kwartał** oraz zawsze po profesjonalnym zabiegu higienizacji.



Nawet jeśli zaobserwujesz u siebie krwawienie dziąseł **nie przestawaj czyścić zębów w prawidłowy sposób**.