

6. ГОСТ 33977-2016 Продукты переработки фруктов и овощей. Методы определения общего содержания сухих веществ : межгосударственный стандарт : дата введения 2018-01-01. – Москва : Стандартиформ, 2019 – 15 с.

Сведения об авторах

Г. А. Балезин* - учащийся

О. С. Чеченихина – доктор биологических наук, доцент

Information about the authors

G. A. Balezin* - Student

O.S. Chechenikhina – Doctor of Sciences (Biology), Associate Professor

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

Sv-nedvig36@mail.ru

УДК:616.31

ПРОФИЛАКТИКА КАРИЕСА И ЗАБОЛЕВАНИЙ ПАРОДОНТА

Бартова Александра Игоревна¹, Короткова Юлия Вячеславовна²

¹МАОУ СОШ № 6

²ГАУЗ СО «Кушвинская СП»

Кушва, Свердловская область, Россия

Аннотация

Введение. В настоящее время в нашей стране разработана специальная программа по профилактике кариеса, предусматривающая санитарное просвещение, обучение правильному гигиеническому уходу за полостью рта, профессиональные гигиенические процедуры местной и общей направленности. В то же время в любом возрасте никогда не поздно научить пациента чистить зубы, если в силу ряда причин его гигиенические навыки далеки от совершенства. В этом случае главным мотивирующим фактором могут стать большие затраты на лечение зубов по сравнению с затратами на профилактические процедуры и качественные средства гигиены полости рта. **Цель исследования** - изучить методы и средства для профилактики стоматологических заболеваний и разработать рекомендации по профилактике кариеса и заболеваний пародонта для пациентов. **Материал и методы.** Проведение опроса (анкетирования) и обследования пациентов, использование аналитического, социологического и статистического методов исследования. **Результаты.** Разработаны рекомендации для пациентов по профилактике кариеса и заболеваний пародонта. **Выводы.** 1) Стремительно развивается рынок предметов и средств индивидуальной гигиены полости рта, растет ассортимент зубных паст, ополаскивателей, зубных щеток, межзубных нитей, ершиков, ирригаторов. 2) Благодаря широкому ассортименту средств индивидуальной гигиены полости рта, которые находятся в разных ценовых диапазонах, вследствие чего, могут быть доступны людям с разным финансовым состоянием, пациенты могут сами заниматься профилактикой стоматологических заболеваний. 3) С помощью разработанных рекомендаций пациенты будут лучше осведомлены о методах по профилактике кариеса и заболеваний пародонта, так как по результатам исследования, пациенты имеют недостаточно знаний о том, как можно предотвратить развитие различных заболеваний полости рта. 4) Данные рекомендации можно предложить для размещения во всех государственных и частных стоматологических клиниках для лучшей осведомленности пациентов по профилактике кариеса и заболеваний пародонта.

Ключевые слова: кариес, пародонт, рекомендации для профилактики заболеваний.

PREVENTION OF CARIES AND PERIODONTAL DISEASES

Bartova Alexandra Igorevna¹, Korotkova Yulia Vyacheslavovna²

MAOU Secondary School No. 6¹

GAU SO "Kushvinskaya JV"²

Kushva, Sverdlovsk region, Russia

Abstract

Introduction. Currently, our country has developed a special program for the prevention of caries, which provides for health education, training in proper oral hygiene, professional hygiene procedures of local and general orientation. At the same time, at any age, it is never too late to teach a patient to brush his teeth if, for a number of reasons, his hygiene skills are far from perfect. In this case, the main motivating factor may be the high cost of dental treatment compared to the cost of preventive procedures and high-quality oral hygiene products. **The aim of the study** - to study methods and means for the prevention of dental diseases and to develop recommendations for the prevention of caries and periodontal diseases for patients. **Material and methods.** Conducting a survey (questionnaire) and examination of patients, using analytical, sociological and statistical research methods. **Results.** A guide for patients on the prevention of caries and periodontal diseases has been developed. **Conclusions.** 1) The market for personal oral hygiene products is rapidly developing, and

the range of toothpastes, mouthwashes, chewing gums, toothbrushes, interdental floss, brushes, and irrigators is growing. 2) With the help of the developed recommendations, patients will be better informed about the methods for the prevention of caries and periodontal diseases. 3) These recommendations can be offered for placement in all public and private dental clinics to better inform patients about the prevention of caries and periodontal diseases.

Key words: caries, periodontal disease, recommendations for the prevention of diseases.

ВВЕДЕНИЕ

Красивая улыбка — это ваша визитная карточка, которая может без слов много рассказать о ее обладателе, в том числе о его деловых качествах и материальном состоянии. Ни для кого ни секрет, что современные методы лечения и реставрации зубов зачастую довольно дороги. Альтернативой этим большим тратам может быть ежедневный, правильный уход за своими зубами, который не займет много времени и не потребует больших затрат [1].

В настоящее время в нашей стране разработана специальная программа по профилактике кариеса, предусматривающая санитарное просвещение, обучение правильному гигиеническому уходу за полостью рта, профессиональные гигиенические процедуры местной и общей направленности.

Начинать воспитание в мотивированной потребности в тщательном и грамотном уходе за полостью рта необходимо с раннего детства. В то же время в любом возрасте никогда не поздно научить пациента чистить зубы, если в силу ряда причин его гигиенические навыки далеки от совершенства. В этом случае главным мотивирующим фактором могут стать большие затраты на лечение зубов по сравнению с затратами на профилактические процедуры и качественные средства гигиены полости рта [2].

Профилактика – (от греческого prophylaktikos –предохранительный) – это система государственных, социальных, гигиенических и медицинских мероприятий, направленных на обеспечение высокого уровня здоровья и предупреждения заболеваний. Профилактика стоматологических заболеваний – это предупреждение возникновения и развития заболеваний челюстно-лицевой области и полости рта [3].

Цель исследования - изучить методы и средства для профилактики стоматологических заболеваний и разработать рекомендации по профилактике кариеса и заболеваний пародонта для пациентов.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Проведение анкетирования 50 пациентов в возрасте от 18 до 45 лет для выявления их осведомленности по профилактике кариеса и заболеваний пародонта:

- сколько раз в день вы чистите зубы?
- знаете ли вы в какой технике правильно чистить зубы?
- сколько по времени занимает у вас чистка зубов?
- пользуетесь ли вы зубными нитями?
- пользуетесь ли вы ирригатором и зубными ершиками?
- придерживаетесь ли вы правил рационального питания?
- пользуетесь ли вы зубными пастами с содержанием фтора?
- курите ли вы в настоящее время?
- обращаетесь ли вы к стоматологу с целью профессиональной чистки зубов?
- как часто вы посещаете стоматолога (сколько раз в году)?

Проведение первичного осмотра полости рта взрослых пациентов -визуальная оценка состояния зубов и десен на наличие возможных патологий: мягкий зубной налет, зубные отложения, кариес, зубные камни и т.д. (Рис.1).



Рис.1 Осмотр пациента

РЕЗУЛЬТАТЫ

Выявлены следующие результаты (Таблица 1):

Таблица 1

Результаты осмотра полости рта взрослых пациентов

Возраст пациентов	Наличие мягкого зубного налета,(%)	Наличие зубных отложений,(%)	Наличие кариеса,(%)	Наличие заболеваний пародонта,(%)
18-25 лет	30	20	30	10
25-35 лет	10	20	20	15
35-45 лет	5	50	40	40

Анализ результатов анкетирования и осмотра пациентов:

- 1) большинство анкетированных чистят зубы 2 раза в день, но не владеют правильной техникой чистки;
- 2) 60% опрошенных не знают о дополнительных средствах гигиены полости рта (ирригаторы, ершики, зубные нити, ополаскиватели) и не используют их в практике;
- 3) 40% не обращаются к стоматологам с целью профессиональной чистки зубов.
- 4) у пациентов от 18 до 25 лет в большинстве случаев у лиц мужского пола выявлено большое количество мягкого и твёрдого налета;
- 5) у пациентов от 25 до 35 лет выявлены твёрдые зубные отложения и рецидивирующий кариес на зубах.
- 6) твёрдые зубные отложения и заболевание пародонта имеются у пациентов, которые курят.
- 7) у пациентов от 35 до 45 лет наблюдаются большое количество заболеваний пародонта в связи с отсутствием зубов, большим количеством твердых зубных отложений и хронических заболеваний.

Разработаны рекомендации для пациентов по профилактике кариеса и заболеваний пародонта (Рис.2).

Профилактика кариеса и заболеваний пародонта



Рис.2 Рекомендации по профилактике кариеса и заболеваний пародонта

ОБСУЖДЕНИЕ

В литературе описаны методы по профилактике кариеса и заболеваний пародонта.

Стоматологи выделяют несколько видов профилактики кариеса зубов и заболеваний пародонта:

Первичную, методы которой направлены на здоровые зубы с целью предотвращения развития их заболевания.

Вторичную, целью которой является лечение уже существующего кариеса и заболеваний пародонта, и предупреждение осложнений.

Третичную, основными задачами которой являются восстановление целостности зубов и их функций.

Кроме того, все методы профилактики разделены на две большие группы: общие и местные.

Общие методы профилактики кариеса и заболеваний пародонта.

Данные методы направлены на весь организм человека в целом и включают мероприятия:

- Правильное и рациональное питание.
- Укрепление иммунной защиты закаливанием, приемом иммуностимуляторов.
- Снижение действия стрессов.
- Прием препаратов фтора, кальция, витаминов.

Местные методы профилактики кариеса и заболеваний пародонта.

Средства для местной профилактики применяются непосредственно на зубы и полость рта:

- Тщательная и регулярная гигиена ротовой полости.
- Снижение в рационе количества углеводов и кислот.

-Использование фторсодержащих препаратов и реминерализирующих средств для полосканий или аппликаций.

-Герметизация фиссур.

-Диета и питание для защиты от кариеса [4].

Регулярная информация с рекомендациями тех или иных средств, предотвращающих кариес, исходящая из газет, журналов, рекламы на телевидении, могла бы способствовать изменению сложившейся ситуации. Однако научные исследования, показали, что основной целью индивидуальной профилактики стоматологических заболеваний является оздоровление населения страны, через осознание роли и значимости гигиенических процедур, повышения уровня стоматологических знаний, выработки мотивации сохранения здоровья зубов. Он характеризуется ростом интенсивности, распространенности заболеваний пародонта, кариеса и его осложнений и изменением в структуре встречающихся патологий полости рта [5].

К сожалению, не все обращаются к источникам литературы и интернет-ресурсам для изучения вопроса по профилактике кариеса и заболеваний пародонта.

ВЫВОДЫ

1. Стремительно развивается рынок предметов и средств индивидуальной гигиены полости рта, растет ассортимент зубных паст, ополаскивателей, зубных щеток, межзубных нитей, ершиков, ирригаторов.

2. Благодаря широкому ассортименту средств индивидуальной гигиены полости рта, которые находятся в разных ценовых диапазонах, вследствие чего, могут быть доступны людям с разным финансовым состоянием, пациенты могут сами заниматься профилактикой стоматологических заболеваний.

3. С помощью разработанных рекомендаций пациенты будут лучше осведомлены о методах по профилактике кариеса и заболеваний пародонта, так как по результатам исследования, пациенты имеют недостаточно знаний о том, как можно предотвратить развитие различных заболеваний полости рта.

4. Данные рекомендации можно предложить для размещения во всех государственных и частных стоматологических клиниках для лучшей осведомленности пациентов по профилактике кариеса и заболеваний пародонта.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Сударикова, Н.А. 36 и 6 правил здоровых зубов / Н.А. Сударикова. - Москва: Эксмо, 2011. - 192с.
2. Далимова, Ш.К. Роль профилактики кариеса зубов и заболеваний пародонта / Ш.К. Далимова // «Экономика и социум». – 2021. – Т.84, №. – С.832-835.
3. Профилактика стоматологических заболеваний: Учебно-методическое пособие / Е.С. Иощенко, Е. В. Брусницына, Т. В. Закиров, Т. Н. Стати. – Екатеринбург: УГМУ, 2022. -118 с.
4. Стоматологический портал «МосЗуб.ру». -2014. – URL: <https://www.moszub.ru/articles/lechenie-zubov/profilaktika-kariesa> (дата обращения: 17.03.2024). – Текст: электронный.
5. Сиддикова, Х.М. Анкетирование как метод анализа знаний о профилактике кариеса и гигиене полости рта / Х.М. Сиддикова // Экономика и социум. – 2022 – Т.101, №10. – С.532-535.

Сведения об авторах

А.И.Бартова* - учащийся

Ю.В.Короткова - врач-стоматолог общей практики

Information about authors

A. I. Bartova - Student

Yu.V. Korotkova - General dentist

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

aleksabartova@mail.ru