



Пародонтит і серцево-судинні захворювання

Здорові ясна – для здорового серця



Рекомендації для пацієнтів і населення

Пародонтит і серцево-судинні захворювання є найпоширенішими захворюваннями в усьому світі

Загальні факти



Серцево-судинні захворювання

17,9 млн смертей у світі щороку
(1/3 всіх смертей)
3,9 млн смертей у Європі щороку
(45% всіх смертей)

Показник захворюваності:
Близько 500 млн людей в усьому світі
страждали на серцево-судинні
захворювання у 2017 році



Пародонтит

50% населення світу

Показник захворюваності:
Близько 800 млн людей в усьому світі
мають важку форму захворювання



Серцево-судинні хвороби і пародонтит є неінфекційними захворюваннями, тобто такими, які не передаються безпосередньо від однієї людини до іншої



На лікування неінфекційних захворювань у Європі витрачається 115 млрд євро на рік

Рекомендації для пацієнтів і населення

Захворювання серця та ясен є поширеними захворюваннями, які значною мірою впливають на здоров'я та якість життя людей.

Серцево-судинні захворювання є групою хвороб серця і кровоносних судин, до якої входять: ішемічна хвороба серця, інсульт, гіпертонія, ревматична хвороба серця, кардіоміопатія та фібриляція передсердь. Серцево-судинні захворювання є причиною третини всіх смертей у світі. У Європі 45% смертей (близько чотирьох мільйонів на рік) спричинені захворюваннями серцево-судинної системи зі зростаючими показниками за останні роки через старіюче населення, малорухливий спосіб життя та нездорове харчування.

Захворювання ясен (гінгівіт і складніша стадія хвороби – пародонтит) вражають 80% людей віком від 35 років. Якщо не лікувати пародонтит, він серйозно зашкодить тканинам, що призведе до втрати зубів, а це може стати причиною порушень процесу засвоєння їжі в організмі людини, проблем з мовленням та зниження якості життя.

Крім того, захворювання ясен є хронічним, і це може ускладнити профілактику серцево-судинних захворювань і, навіть, погіршити клінічний перебіг хвороби у пацієнтів, які вже їх мають.

З іншого боку, є докази того, що лікування пародонтиту та ретельна гігієна порожнини рота допомагають запобігти розвитку серцево-судинних захворювань. Наприклад, пацієнти, які чистять зуби двічі на день і дотримуються правил повноцінної та ретельної гігієни порожнини рота, можуть мати менший ризик розвитку гострих форм серцево-судинних захворювань.

Основними факторами ризику розвитку серцево-судинних захворювань є куріння, високий кров'яний тиск, високий рівень холестерину або тригліцеридів, порушення метаболізму глюкози та ожиріння. Деякі з них також є факторами ризику розвитку пародонтиту. При цьому навіть прості зміни способу життя можуть захистити від розвитку цих хвороб, наприклад, вживання здорової

їжі, регулярні фізичні вправи, відмова від куріння.

Якщо ви страждаєте на серцево-судинні захворювання, необхідно звертати увагу на появу перших ознак уражень ясен, зокрема таких як: набряк, кровоточивість, візуальне видовження або розхитування зубів. Якщо ви помітили будь-яку з цих ознак, слід негайно звернутися до стоматолога. У будь-якому випадку, регулярні профілактичні огляди у стоматолога (щонайменше раз на рік) мають стати невід'ємною частиною лікування серцево-судинних захворювань.

Необхідно інформувати свого стоматолога про результати візитів до терапевта/кардіолога та надавати інформацію про історію серцево-судинних захворювань та будь-які зміни лікарських засобів. Пацієнти повинні повідомити стоматолога, якщо вони перебувають на антикоагулянтній терапії.

Навіть якщо лікування пародонтиту у пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями здійснюється у безпечних і належних умовах, пацієнтам, які отримують антикоагулянтну або антитромбоцитарну терапію, спочатку необхідно вжити певних запобіжних заходів, щоб уникнути ризику надмірної кровотечі.

Кожен може допомогти собі та своєму здоров'ю, засвоївши правильну техніку чищення зубів і ясен у домашніх умовах.

Це означає:

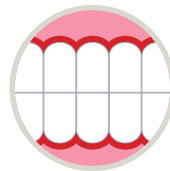
- 1. Щоденне чищення зубів принаймні двічі на день, не менше двох хвилин, використовуючи ручну або електричну зубну щітку.*
- 2. Очищення міжзубних проміжків за допомогою міжзубних щіток. Там, де вони не підходять, слід використовувати зубну нитку чи стрічку.*
- 3. Використання спеціальних зубних паст та ополіскувачів з доведеною ефективністю проти зубного нальоту за рекомендацією лікаря або гігієніста.*

Що необхідно робити

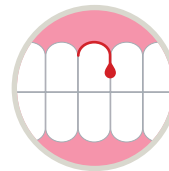
Ознаки захворювання ясен:

Якщо ви помітили будь-яку з цих ознак, запишіться на прийом до стоматолога.

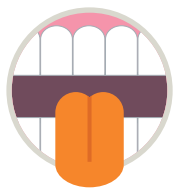
Чим раніше ви звернетесь за допомогою, тим кращих результатів можна буде досягти.



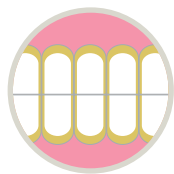
Червоні або набряклі ясна



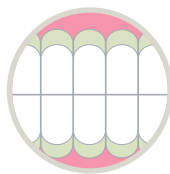
Кровоточивість ясен після чищення зубів



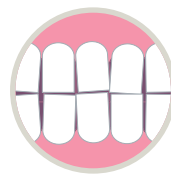
Неприємний присмак у роті



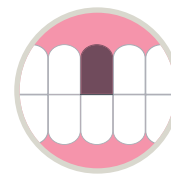
Наявність зубного каменю



Візуальне видовження коронок зубів / оголення кореня зуба



Збільшення проміжків між зубами або розхитування зубів



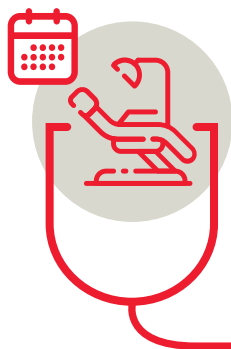
Випадіння зубів



Несвоєчасне лікування захворювань ясен може призвести до втрати зубів та ускладнити контроль за профілактикою серцево-судинних хвороб.



Необхідно усвідомлювати, що хвороби ясен – це хронічний стан, який може погіршити перебіг серцево-судинних захворювань і вимагає постійної уваги та професійного догляду.

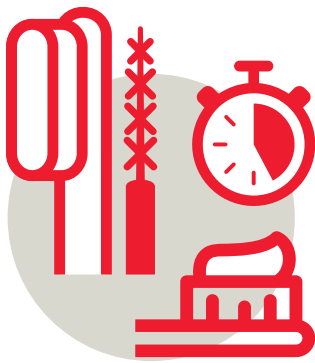


Захворювання ясен можуть мати безсимптомний перебіг (особливо серед курців).

Відповідно, варто обов'язково проходити регулярні профілактичні огляди у стоматолога (щонайменше раз на рік) в рамках контролю наявних серцево-судинних захворювань.

Пам'ятка

Пацієнти з діагнозом серцево-судинних захворювань мають вищу ймовірність подальших ускладнень внаслідок ураження ясен.



Необхідно засвоїти правильну техніку чищення зубів і ясен у домашніх умовах:

- Щоденне чищення зубів принаймні двічі на день, не менше двох хвилин, використовуючи ручну або електричну зубну щітку.
- Очищення міжзубних проміжків за допомогою міжзубних щіток. Там, де вони не підходять, слід використовувати зубну нитку чи стрічку.
- Використання спеціальних зубних паст та ополіскувачів з доведеною ефективністю проти зубного нальоту за рекомендацією лікаря або гігієніста.

Важливо підтримувати гарний стан здоров'я ротової порожнини та всього тіла, проходячи регулярні планові огляди у стоматолога та терапевта.



Необхідно інформувати свого стоматолога про результати візитів до терапевта/кардіолога та надавати інформацію про історію серцево-судинних захворювань та будь-які зміни лікарських засобів.

Пацієнти повинні повідомити стоматолога, якщо вони перебувають на антикоагулянтній терапії.



Короткий огляд: пародонтит і серцево-судинні захворювання

Рання діагностика, профілактика та спільне лікування (стоматологами та терапевтами) серцево-судинних захворювань і пародонтиту є надзвичайно важливими.

Пародонтит і серцево-судинні захворювання є дуже поширеними хронічними неінфекційними захворюваннями.

Існують наукові докази зв'язку між розвитком пародонтиту та серцево-судинними захворюваннями, зокрема підвищений ризик гострого інфаркту міокарда, серцевої недостатності та інсульту.

У пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями лікування пародонтиту та дотримання правил гігієни порожнини рота можуть знизити ризик розвитку гострих форм серцево-судинних захворювань.

Серцево-судинні захворювання є найпоширенішою причиною смертності населення.

Пацієнти з серцево-судинними захворюваннями повинні пройти ретельний огляд порожнини рота.

Загальні фактори ризику, пов'язані зі способом життя, зокрема куріння, стрес, надмірна вага, діабет і нездорове харчування, погіршують клінічний перебіг пародонтиту та серцево-судинних захворювань.

Несвоєчасне лікування пародонтиту призводить до втрати зубів. Однак пародонтит належить до захворювань, які можуть бути успішно попереджені, діагностовані та проліковані.

Здорові ясна –
для здорового серця





Європейська федерація пародонтології

Європейська федерація пародонтології (ЄФП) – неприбуткова організація, що проводить активну роботу з популяризації пародонтології та інформаційно-роз'яснювальну діяльність щодо важливості збереження здоров'я ясен. Її головний девіз: «Здоров'я пародонту – шлях до кращої якості життя».

Заснована у 1991 році, зараз ЄФП об'єднує 37 національних пародонтологічних товариств, загальна кількість членів яких становить близько 16 000 пародонтологів, стоматологів, вчених-дослідників і зубних гігієністів у Європі та в усьому світі. Федерація сприяє поширенню науково обґрунтованих результатів клінічних досліджень, займається організацією заходів, орієнтованих на спеціалістів та широке коло осіб.

ЄФП проводить міжнародний пародонтологічний конгрес – EuroPerio кожні три роки, видає один з найбільш авторитетних наукових журналів у галузі – Journal of Clinical Periodontology (Журнал клінічної пародонтології), проводить навчання за акредитованою програмою післядипломної освіти та підтримує щорічну ініціативу «День здорових ясен», займає провідне місце у просуванні новітніх підходів до лікування захворювань пародонту, поширенні нових знань про збереження здоров'я ясен.

www.efp.org



Всесвітня федерація серця

Всесвітня федерація серця – це головний орган, що представляє світове співтовариство по боротьбі з серцево-судинними захворюваннями, в рамках якого об'єдналися понад 200 кардіологічних фондів, наукових товариств, громадських організацій та організацій пацієнтів із понад 100 країн світу.

Разом зі своїми членами, ми працюємо над тим, щоб покласти край непотрібним смертям, і створити глобальні зобов'язання з профілактики та лікування серцево-судинних захворювань на міжнародному, регіональному, національному та місцевому рівнях.

Ми віримо, що можна створити світ, де здоров'я серця для кожного є основним правом людини та ключовим елементом спільної праці заради глобальної охорони здоров'я.

www.worldheart.org



DENTAID – міжнародна компанія, що займається дослідженнями, розробкою, виробництвом і реалізацією продуктів для догляду за порожниною ротою, та має чітко визначену місію: покращення здоров'я ротової порожнини. Дух інновацій та відданість компанії інтересам суспільства забезпечили їй лідерство у цій галузі.

DENTAID пропонує широкий спектр рішень для профілактики, діагностики та лікування захворювань, спричинених бактеріальним зубним нальотом.

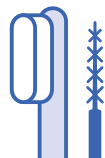
Крім того, DENTAID сприяє навчанню, забезпечує якісну підготовку та постійну підтримку спеціалістів у повсякденній практиці. Наразі компанія представлена у більше ніж 70 країнах світу через 9 дочірніх компаній та має широку мережу дистриб'юторів. Продукція торговельних марок Vitis® (Bimic), Perio-Aid® (Періо-Ейд), Interproх® (Інтерпрокс), Halita® (Халіта) і Dentaид Xeros® (Дентейд Ксерос) реалізується на міжнародному ринку.

www.dentaid.com

Здорові ясна для **здорового серця**



Регулярно відвідуйте терапевта і стоматолога



Чистіть зуби двічі на день



Ведіть активний спосіб життя, виконуйте фізичні вправи



Споживайте здорову їжу, контролюйте свою вагу



Не куріть