

WDRAŻANIE PROCEDUR HIGIENICZNYCH

w zależności od indywidualnych potrzeb pacjenta

Dr n.med. Grażyna Bulek-Juranek



Ustalono ponad wszelką wątpliwość inicjujące tło bakteryjne chorób przyzębia i próchnicy

Zidentyfikowano szereg czynników ryzyka, warunkujących postęp choroby, z możliwością kontrolowania niektórych z nich

Wypracowano szeroko przyjęty system badania i monitorowania próchnicy i chorób przyzębia

Sprawdzono skuteczność **systematycznych** działań profilaktycznych (utrzymanie dobrego stanu higieny jamy ustnej, kontrole, lakowanie bruzd, fluoryzacja)

Skuteczne leczenie stomatologiczne we wszystkich dziedzinach **musi** być poprzedzone kontrolą i wyleczeniem przyzębia.

**Jest możliwe wyłącznie przez
połączenie działań profilaktycznych z leczeniem.**

Zapobieganie

Pierwotne (dzieci i młodzież)

- Edukacja skierowana na poprawę higieny jamy ustnej
- Podniesienie jakości żywienia
- Okresowe badania stomatologiczne

Wtórne, drugorzędowe (osoby z wczesnymi objawami choroby)

- Wczesna diagnostyka
- Profilaktyka profesjonalna

Trzeciorzędowe (pacjenci leczeni z powodu chorób przyzębia)

Profilaktyka domowa

Motywacja i samoocena

Ocena higieny poprzez preparaty wybarwiające płytkę
(tabletki red-cote, erytrozynowe)

Instruktaż higieny

Zdrowe przyzębie i zęby



Etapy nauczania higieny jamy ustnej:

Motywacja

Instruktaż

Kontrola prawidłowości wykonywanych zabiegów higienicznych

Wiek przedszkolny – metoda Fonesa

Wiek szkolny – metoda roll, Stillmana, Bassa

Nitki dentystyczne do oczyszczania powierzchni stycznych
wprowadzamy w 10 - 12 roku życia

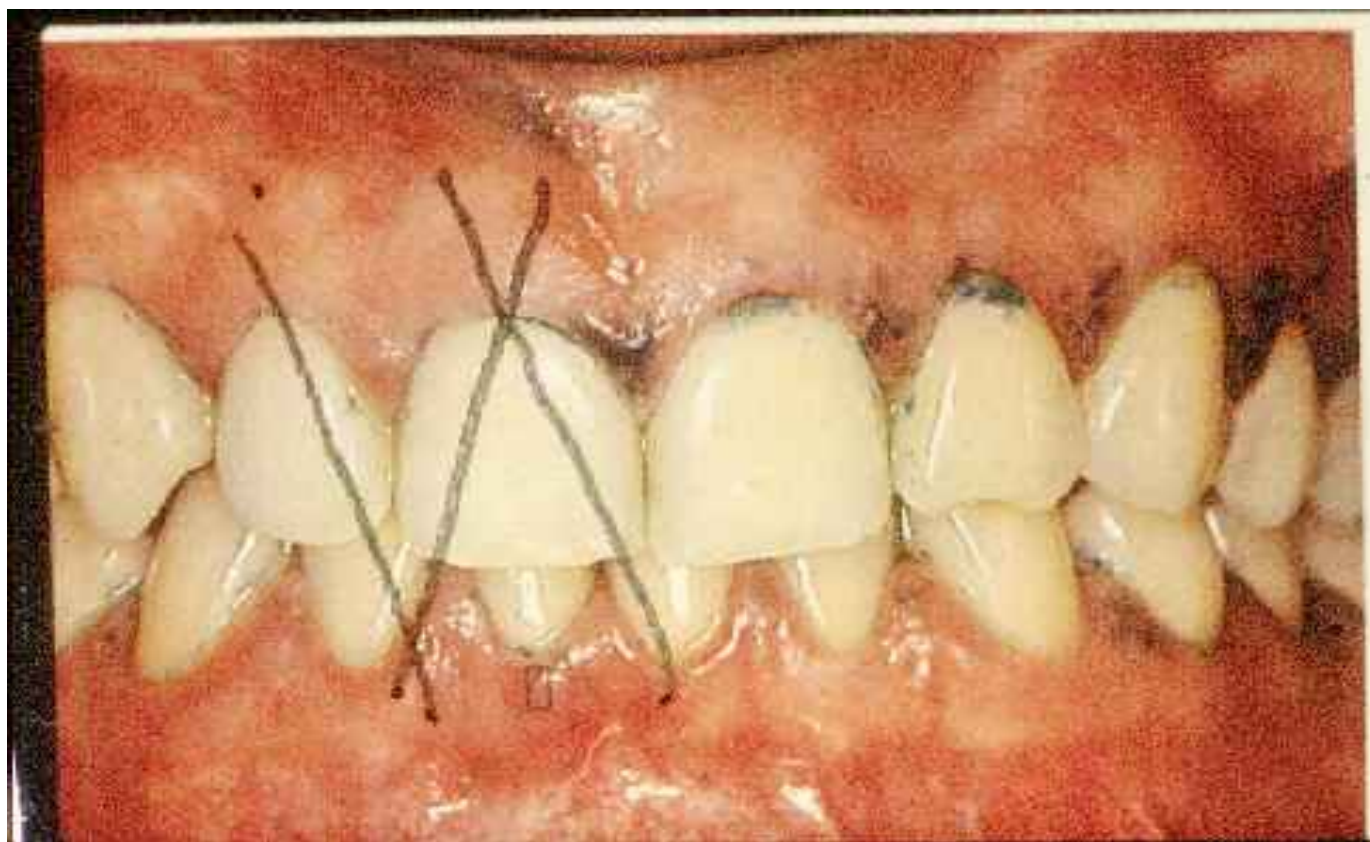
Pacjenta należy zmotywować
i nakłonić do współpracy

a także do przejęcia przez niego
odpowiedzialności za stan jamy ustnej

Miejsca w uzębieniu trudne do oczyszczania

- powierzchnie stykowe zębów
- przestrzenie międzyzębowe
- zęby szynowane
- przestrzenie pod przęsłami mostów
- okolice aparatów ortodontycznych
- okolice wszczepów
- furkacje korzenie
- głębokie kieszonki
- kraterki międzyzębowe
- bruzdy i zagłębienia na powierzchniach zębów bocznych

Linie kątowe i przestrzenie styczne



Dodatkowe utrudnienia w utrzymaniu higieny stanowią:

- ubytki próchnicowe
- nieprawidłowe wypełnienia, nawisy brzegu korony protetycznej, mostu
- nieprawidłowo ustawione zęby
- wady anatomiczne tkanek miękkich

Instrukcja higieny jamy ustnej

- dobór szczoteczki
- dobór techniki szczotkowania
- dobór pasty
- dobór dodatkowych środków pomocniczych



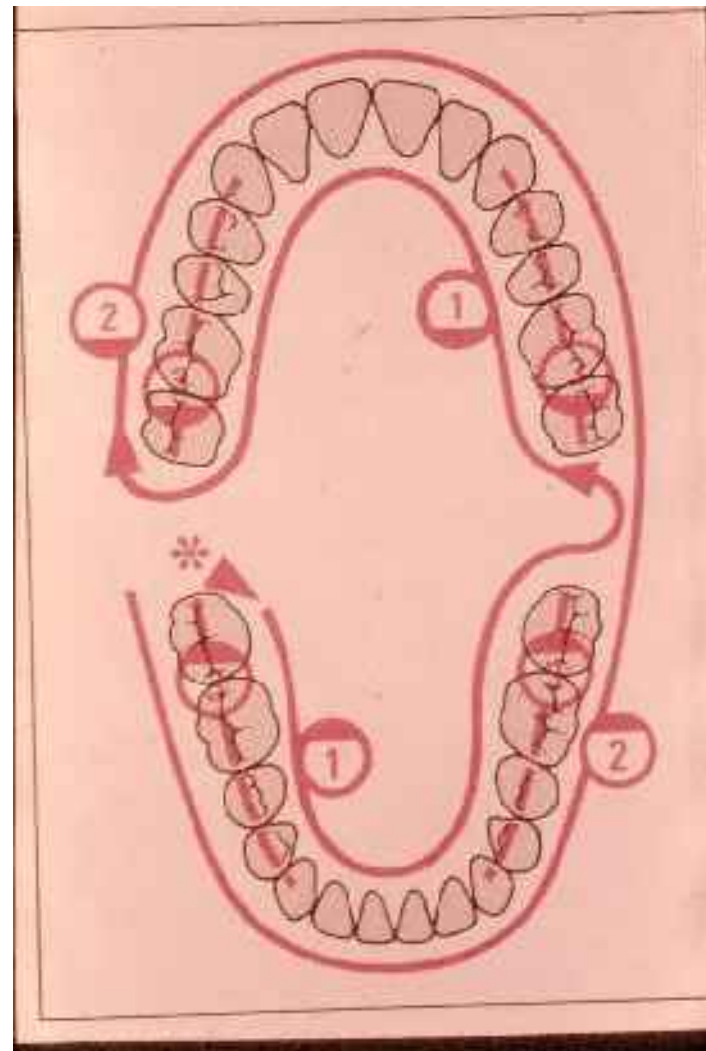


- szczoteczka sulcus
- gdy są problemy z usuwaniem płytki od strony językowej w żuchwie można posłużyć się wąską, dwurzędową szczoteczka sulcus



Ważna jest kolejność mycia powierzchni zębowych

- powierzchnie wewnętrzne zębów, bo o nich często nie pamiętamy – 1
- następnie szczotkujemy powierzchnie zewnętrzne – 2
- powierzchnie żujące szczotkujemy na końcu – 3 lub, jeżeli jest skłonność do próchnicy w bruzdach – jako pierwsze



Metoda Fonesa

Szczoteczkę przykładamy do zębów pod kątem 90 stopni, wykonując małe kółeczka przesuwamy szczoteczkę do przodu.

Metoda roll

- przykładamy szczoteczkę pod kątem 45 stopni na granicy zębów i dziąseł w kierunku korzeni (zasięg włosów 3 zęby np. 7-6-5)
- wykonujemy ruch wymiatania na zewnątrz, powtarzamy 5x w jednym miejscu
- przekładamy szczoteczkę na zakładkę do przodu (zasięg włosów 5-4-3)





Szczoteczka elektryczna

- trzeba pamiętać, że każdego zęba myjemy osobno przykładając główkę szczoteczki pod kątem prostym do zęba
- nie zapominamy o powierzchniach podniebiennych i żujących



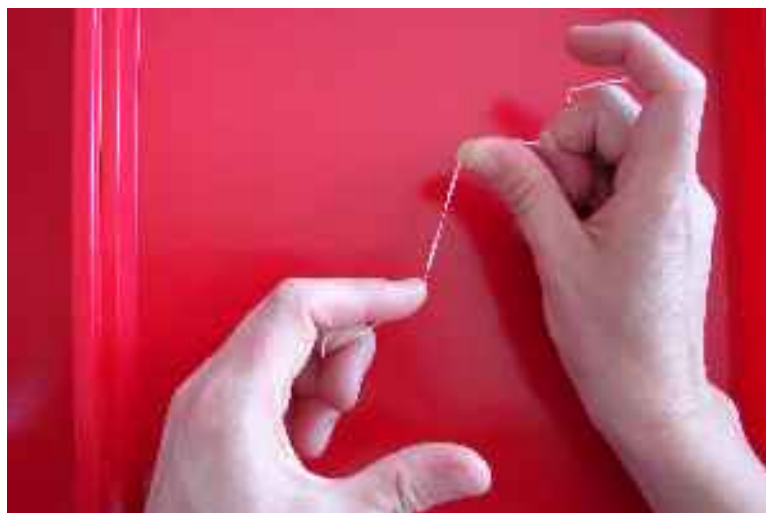
Około 40% powierzchni zębowych
nie jest dostępna szczoteczce do zębów - są to powierzchnie styczne.

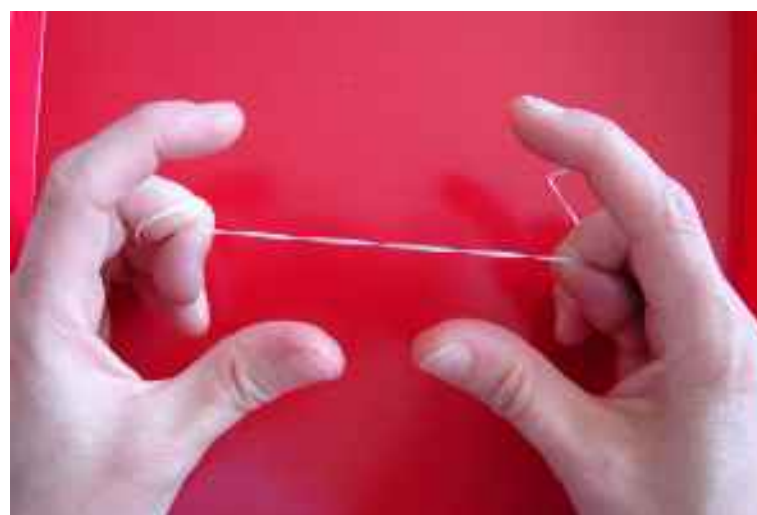
Aby je oczyścić musimy użyć nitki dentystycznej lub specjalnej szczoteczki.
O wyborze dodatkowego przyboru decyduje lekarz stomatolog
zależy to bowiem od stanu przestrzeni międzyzębowej i brodawki dziąsłowej.

Przybory do higieny przestrzeni międzyzębowych

- Nitka i taśma dentystyczna
- Superfloss
- Szczoteczki międzyzębowe
- Szczoteczki jednopęczkowe
- Wykałaczki
- Stymulatory dziąsłowe
- Irygatory





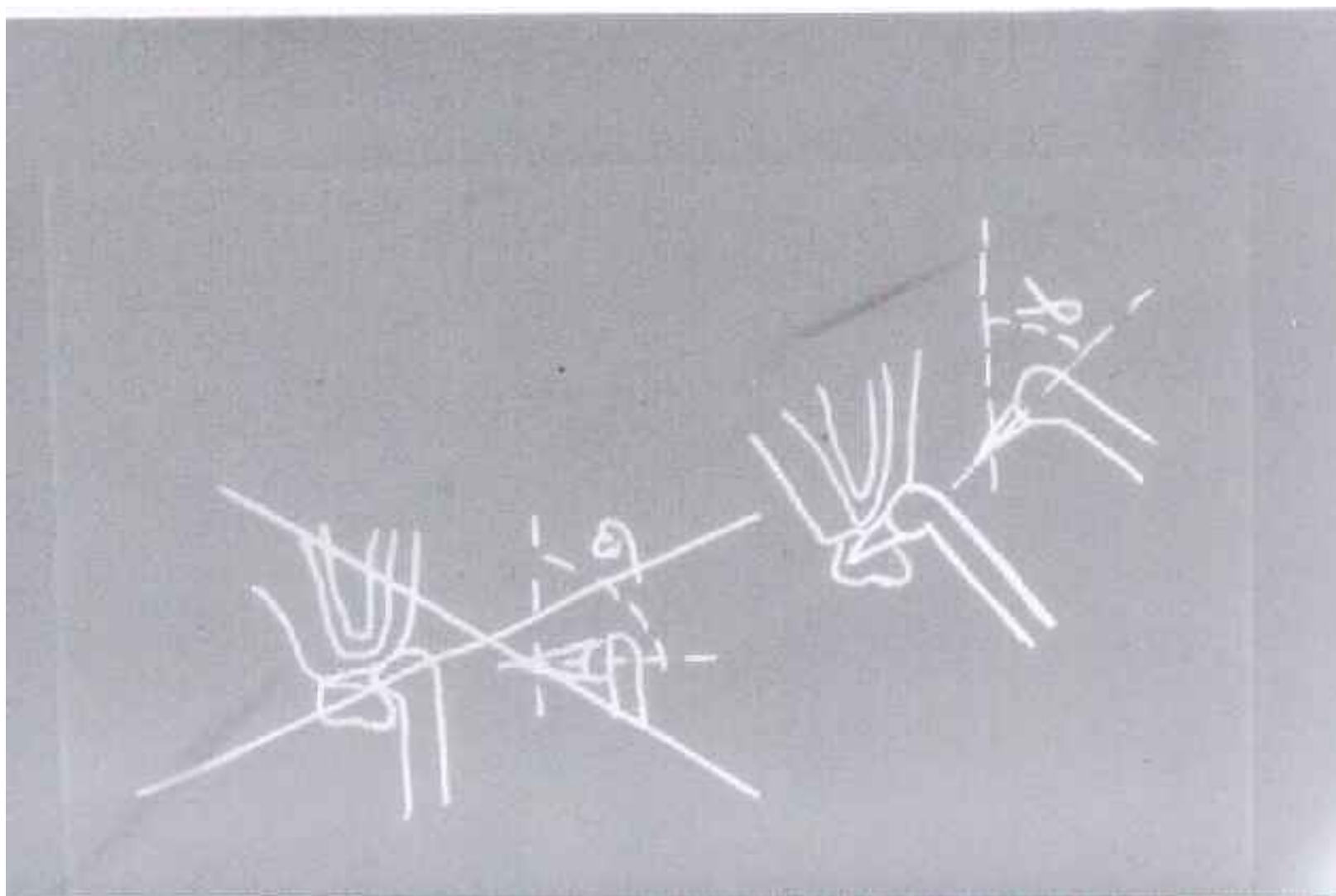




- nitką czyścimy powierzchnię styczną jednego zęba prowadząc ją piłującą w dół i w górę
- potem wprowadzamy na powierzchnię drugiego zęba



Należy uważać
i omijać brodawkę dziąsłową,
by jej nie uszkodzić!



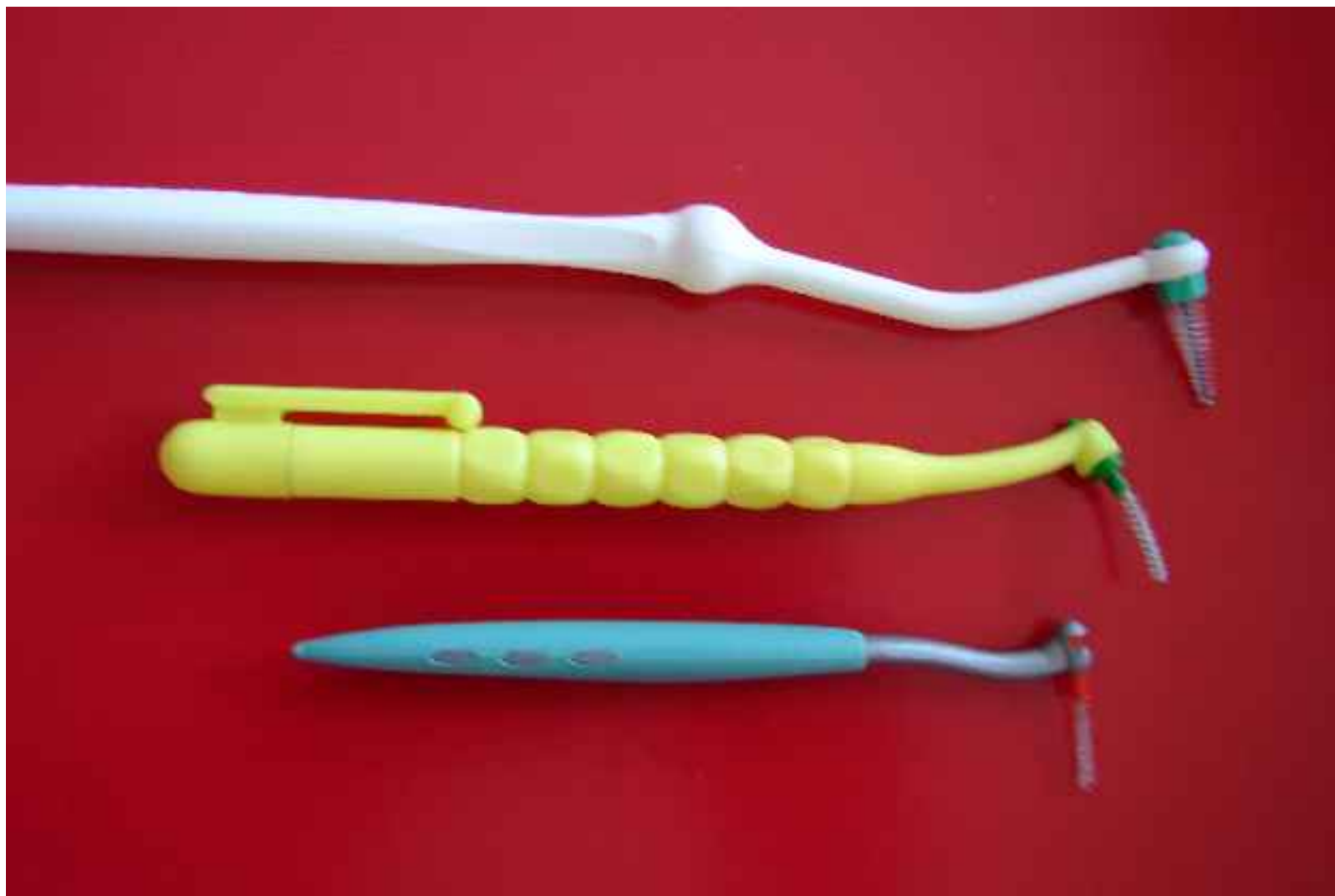












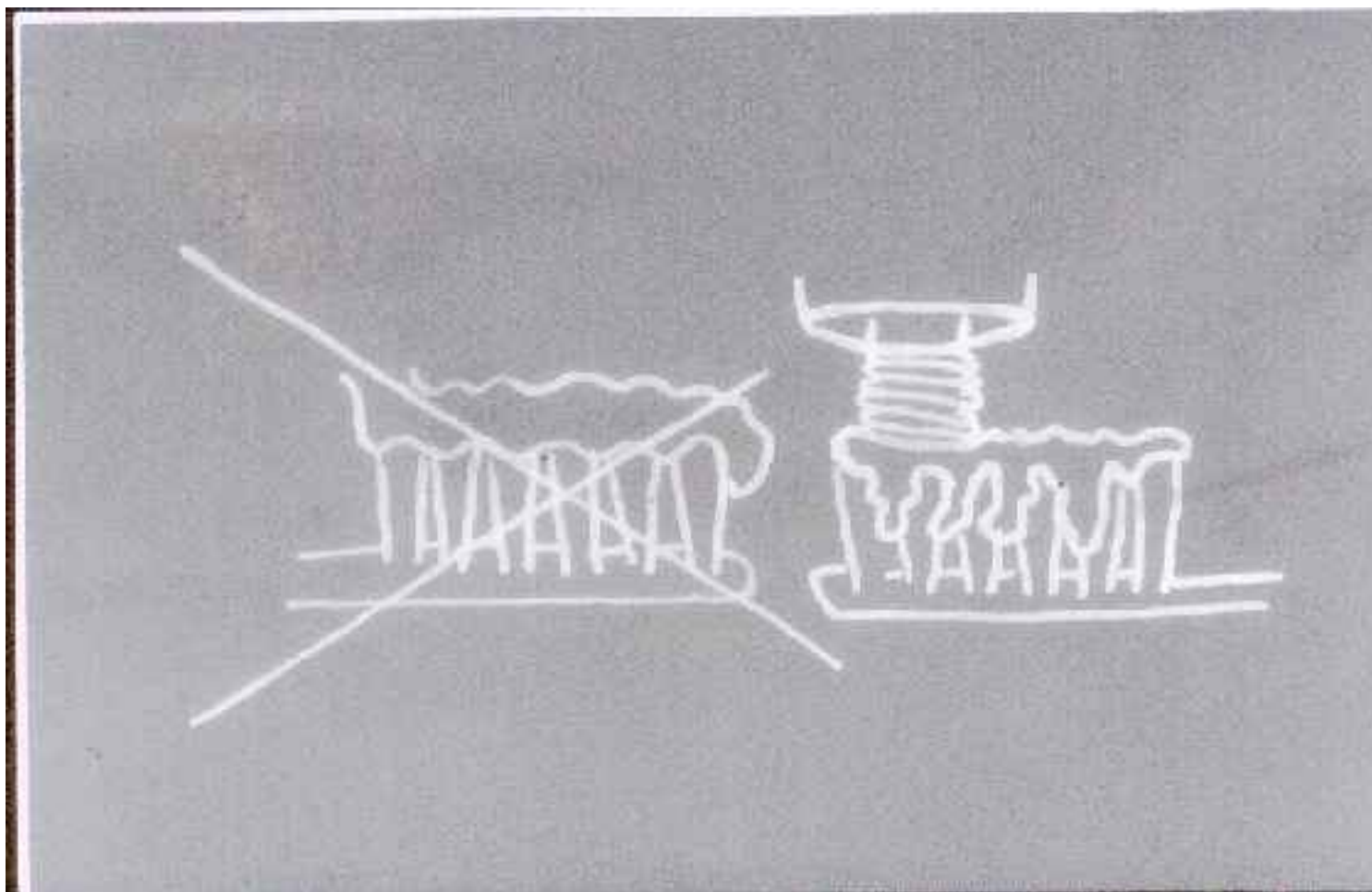




Przybory do higieny – stałe uzupełnienia protetyczne

Osoby noszące stałe uzupełnienia protetyczne
muszą pamiętać o utrzymaniu w czystości
przestrzeni wokół koron pod przęsłem mostu

można tam posprzątać przy pomocy szczoteczki jednopęczkowej,
międzyzębowej lub nitki (z przewlekadłem)



Pasta do zębów zawiera:

- środki ściernie i polerujące
- środki pieniące
- środki smakowo-zapachowe
- zagęstniki
- substancje biologicznie czynne
- środki konserwujące i bakteriostatyczne

Substancje biologicznie czynne

- substancje działające profilaktycznie: F
- związki hamujące rozwój płytki np. triclosan
- ekstrakty roślinne i substancje działające przeciwzapalnie
- substancje hamujące rozwój kamienia nazębnego np. pirofosforan sodu
- substancje znoszące nadwrażliwość szyjek zębowych

wiek	metoda	uwagi	dodatkowe przybory
Żłobkowy	SZOROWANIE	zęby czyści rodzic	pasta dziecięca
Przedszkolny	FONESA, ROLL	początkowo rodzic, współpraca rodzica	pasta ze zmniejszoną zawartością fluoru (połykanie)
Szkolny	FONESA ROLL BASS	współpraca rodzica, nauczanie profesjonalne (higienistka stomatologiczna)	pasta fluorowa, od 10 roku życia NITKI
Młodzież Dorośli	ROLL BASS FONESA (małe kółeczka)	nauczanie profesjonalne (higienistka stomatologiczna)	NITKI (próchnica powierzchni stycznych)
wiek	metoda	uwagi	dodatkowe przybory

Dorośli z chorobami przyzębia - faza zaostrzona	ROLL	miękka szczoteczka nauczanie profesjonalne (higienistka stomatologiczna)	pasty lecznicze o działaniu przeciwzapalnym 0,2 % płukanka z chlorheksydyną
Dorośli z chorobami przyzębia - faza zaostrzona	ROLL	miękka szczoteczka nauczanie profesjonalne (higienistka stomatologiczna)	pasty lecznicze o działaniu przeciwzapalnym 0,2 % płukanka z chlorheksydyną

Profilaktyka profesjonalna

```
graph TD; A[Profilaktyka profesjonalna] --- B[Badania okresowe kontrolne]; A --- C[Ocena higieny]; A --- D[Mechaniczne oczyszczanie zębów];
```

- Badania okresowe kontrolne
- Dgn ryzyka próchnicy i chorób przyzębia
- Wskazówki dietetyczne
- Inne porady

- Ocena higieny
- Instruktaż
- Motywacja
- Kontrola
- Higienizacja pacjenta

- Mechaniczne oczyszczanie zębów
- Skaling naddziąsłowy
- Polerowanie koron i szyjek zębowych

Profilaktyka profesjonalna

```
graph TD; A[Profilaktyka profesjonalna] --- B[Kontaktowe miejscowe stosowanie lakierów]; A --- C[Usuwanie przebarwień koron zębów (piaskowanie) Wybielanie zębów]; A --- D[Profilaktyczne wypełnianie bruzd w tym lakowanie poszerzone];
```

•Kontaktowe miejscowe stosowanie lakierów

- fluorowych
- chlorhexydynowe
- borowina
- irygacje

- Usuwanie przebarwień koron zębów (piaskowanie)
- Wybielanie zębów

- Profilaktyczne wypełnianie bruzd w tym lakowanie poszerzone

Dziękuję za uwagę
i zapraszam do Centrum Uśmiechu