

ՀՏՂ 616.31-083

Ստոնատողիկա

ԲՐԵՍՆԻ ԽՈՌՀՈՒՅ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ
ԿԱՆԱՍԱՐԳԵԼՈՒՄԸ ԵՎ ՀԻԳԻԵՆԱՆ

Չ. Վ. Յակոբյան

Կարիեսի տարածվածությունն աշխարհում շատ բարձր է և ընդունված է ասել, որ այն գործնականորեն կազմում է 99%: Ամբողջ աշխարհում կարիեսի բուժման համար հսկայական միջոցներ են տրամադրում, սակայն յե՛ն բժշկական, եւ յե՛ն տնտեսական առումով ավելի նպատակահարմար է կազմակերպվել այդ հիվանդության կանխարգելումը:

Կարիեսի առաջացման համար անհրաժեշտ է կարիեսաձին իրավիճակի առկայություն, որն էլ ընդգրկում է բազմաթիվ պատճառագիտական գործոններ՝ ժառանգականությունն, սննդի տեսակը, ամբողջ օրգանիզմի դիմադրողականությունը կծվածքի տեսակը եւ այլն: Տարբերում ենք կարիեսի կանխարգելման պետական, սոցիալական, բժշկական միջոցառումներ, որոնք ուղղված են բնակչության կենցաղային եւ աշխատանքային պայմանների բարելավմանը, շրջակա միջավայրի պահպանմանը, մոր եւ մանկական առողջության պահպանմանը բնակչության սանիտարալուսավորչական դաստիարակությունը, ռացիոնալ սննդի ապահովմանը եւ վերահսկողությանը նրա նկատմամբ: Տարբերում ենք նաեւ կարիեսի կանխարգելման պատճառագիտական եւ ախտաճանաչման միջոցառումներ, որոնք ուղղված են կարիեսաձին իրավիճակների վերացմանը եւ ատամի կարիեսդիմադրողականության բարձրագույնը: Ներկայումս հայտնի են բազմաթիվ ռիսկային գործոններ, որոնց առկայությունը առաջ է բերում ատամնաճնդատային համակարգի հիվանդություններ: Տարբերում ենք էկզոգեն եւ էնդոգեն գործոններ, ինչպես նեւ սպեցիֆիկ եւ ոչ սպեցիֆիկ ռիսկային գործոններ: Էկզոգեն գործոնների եւ պատկանում կլիմայի յուրահատկությունը, հողի ինչպես նաեւ ջրի կազմի բնույթը, կենցաղային պայմանները, սննդակարգը:

Էնդոգեն գործոններին են պատկանում առանձին օրգանների եւ օրգան համակարգերի տարիքային եւ անատոմֆիզիոլոգիական թանձաճատկությունները, իմունիտետը, եւ ժառանգական նախատրամադրվածությունը:

Դրություն ունեն կարիեսի կանխարգելման հետեւյալ հիմնական ուղղությունները.

1. Ուսցիոնալ սնունդ

2. Ֆտորացում

3. Բերանի խոռոչի հիգիենա

4. Էնական ճեղքերի գմրսում

ԲԱԼԱՆՍԱԿԱՆՈՐՎԱԾ ՄՆՈՒՆԵՐ: Կարիեսի կանխարգելման հարցում շատ կարեւոր է ռացիոնալ սննդի կազմակերպումը, որը ենթադրում է լիարժեք եւ համապատասխան քանակով սպիտակուցների, ճարպերի, ածխաջրատների, վիտամինների, միկրոտարրերի, եւ կենսաքանական ակտիվ այլ նյութերի պարունակությունը սննդի մեջ:

Հատուկ ուշադրության է արժանի քաղցրեղենի օգտագործումը, որոնց զգալի քանակությունը հանդիսանում է կարիեսաձին իրավիճակի առաջացման հիմնական պատճառներից մեկը:

Ընդունվող սնունդը պետք է իր մեջ պարունակի օրգանիզմին անհրաժեշտ քանակությամբ կալցիում, որը կախված է տարիքից եւ սննդի տիպից: Լիարժեք սնունդը բերում է օրգանիզմի դիմադրողականության բարձրագույնը, որն էլ իր հերթին պաշտպանում է օրգանիզմը շրջապատող միջավայրի անբարենպաստ գործոնների ազդեցությունից:

Թանի որ ատամների սաղմի ճիշտ զարգացումը կախված է հղի կնոջ ընդհանուր վիճակից, այդ իսկ պատճառով էլ կարիեսի կանխարգելումը անհրաժեշտ է սկսել սաղմի զարգացման ներթափանցողային շրջանից եւ շարունակել մինչեւ մշտական ատամների սաղմների ծնւթորումը եւ, ընդհանրապէս ողջ կյանքի ընթացքում: Հղի կնոջ սննդի ռացիոնում պետք է ընդգրկել տարբեր

տնտեսակի սպիտակուցներ /առաջին հերթին բուսական ծալման/, ածխաջրեր, լիպիդներ: Նշելով նյութերի մեծամասնությունը պետք է լինի հեշտ յուրացվող սնունդ, օրինակ՝ կաթ, պանիր, բուսական յուղ (օրական 200գ): Օգտագործվող սննդանյութերը իրենց մեջ պետք է պարունակեն բավարար քանակությամբ հանքային կրմալոններ և վիտամիններ: Շատ կարևոր է նաև խմել ջրում ֆտորի օպտիմալ քանակի պարունակությունը՝ 0,8-1 մգ/լ:

Սպիտակուցները, իրականացնում են պլաստիկ ֆունկցիա՝ հանդիսանալով քիմիկատների հյուսվածքների կառուցվածքային կոմպոնենտ: Սպիտակուցների կառուցվածքային միավորն է հանդիսանում ամինաթթուներ, որը պարունակվում է մսի և կաղամբի մեջ:

Շաքարներ հանդիսանում են էներգիայի աղբյուր և պարունակում են ինքնին էլ կենդանական, այնպես էլ բուսական յուղերում:

Հանքային կոմպոնենտները բալանավորված վիճակում պարունակում է կաթը, խմորը, գազարը, կաղամբը, տխը, ծիրանը, դեղձը, բալը: Անհրժեշտ է լինենտներ, է հանդիսանում կալցիումը, որը հեշտությամբ թուրացվում է: Աղիներում թթվային միջավայրը նպաստում է նրա դյուրին ներծծմանը:

Կարբիտի կախարգելման նպատկով չպետք է օրակարգից լրիվությամբ բազմա ածխաջրերի օգտագործումը, քանի որ նրանք անհրաժեշտ են օրգանիզմի նորմալ կենսագործունեության համար: Անհրաժեշտ է քաղցրեղենի փոխարեն օգտագործել անճուրկ բանջարեղեն, հատապտուղներ: Ատամների և ածխաջրերի միջև կոնտակտի քչացման նպատակով խորհուրդ է տրվում իրականացնել հետևյալ պահանջները.

1. օրակարգում որպես վերջնական սնունդ չպետք է օգտագործել քաղցր.

2. սննդի վերջում պետք է օգտագործել այնպիսի սննդամթերք, որը ի վիճակի լինի մաքուր առամենքը:

Միկրոէլեմենտներ պարունակվում են մսի, ձկան, մրգերի և բանջարեղենի մեջ:

Վիտամիններ գտնվում են հիմնականում կարոտինի, կաղամբի, գազարի մեջ:

ՖՏՈ/ՎՖՈՒՄ: Միկրոտարրներից առանձնապես կարևոր է ֆտորը, որը կարող է փոխարինել առամի կրածը հյուսվածքների հիդրօքսիսուպտիտների բյուրեղներում առկա հիդրօքսիլային խմբին: Ֆտորի շնորհիվ մեծանում են ապատիտի տարածական չափերը, որը նպաստում է էմալի թափանցելիության իջեցմանը: Բացի այդ ֆտորը ունի հավանադեպիսի հատկություն, որ աշխատանքովում է ֆերմենտային պրոցեսների ընկճման ժամանակ: Վերջերս պարզվել է, որ ֆտորը բարձրադաստ ազդեցություն է թողնում օրգանիզմի ոչ սպեցիֆիկ ծնակտիվականության վրա: Նշված հանգամանքների վրա է հիմնված կարբիտի կանխարգելումը ֆտորի միջոցով, որը կանխարգելման ամենաառաջնային, արդյունավետ և տնտեսապես չափավոր միջոցառում է: Տարբերում ենք ֆտոր կանխարգելման ընդհանուր և տեղային միջոցներ:

Ընդհանուրը - ջրի և սննդի կանխատված ֆտորացումն է: Մարդն օրական սննդի հմտ ընդունում է միջին հաշվով 0,5-1,0 մգ /աղ, հազ, կաթ, թեյ/, իսկ ջրի հետ 2,0-2,5 մգ: Ձրում ֆտորի օպտիմալ պարունակությունը՝ 0,8-1,0 մգ/լ է: Այս միջոցի համար օգտագործում ենք նաև դեղահաբեր՝ նատրիումի ֆտորիդ և ֆտորի օրգանական միացություններ:

Տեղային կանխարգելումը ավելի արդյունավետ է և թանկարժեք: Օգտագործում են նաև լաթեր, հեղին, մածուկներ: Շատ երկրներում ֆտորացնում են նաև կաթը (Անգլիա ԱՄՆ)։ Առաջին անգամ կերակրի աղը ֆտորացման է ենթարկվել Շվեյցարիայում, որում ֆտորի պարունակությունը կազմում է 250-350/մգ/կգ: Որպեսզի էմալը հազնա ֆտորով, բժիշկ-ստոմատոլոգները խորհուրդ ենք տալիս ջրի յուրաքանչյուր բաժին, նախքան կլման ակտ կատարելը, պահել բերանի խորշում: Օգտագործում են նաև դեղորայքային պրեպարատներ, որի նշանակումը իրականացվում է ստոմատոլոգի կողմից՝ օրինակ

3-6 տարեկան երեխաներին՝ 1-1,5 հաբ

6 տարեկանից բարձր՝ 2 հաբ

Տարեկան պետք է ընդունել 200-250 օր:

Տեղային ընդունման ժամանակ ֆտորի իոնները ցուցաբերում են հակաբակտերիալ, ազդեցություն և թափանցելով էմալի մեջ առաջացնում են կայուն ֆտորապատկաններ: Գոյություն ունեն նաև հեղին, որոնք բաղվում են առամի միայն առամալափափ հեռացումից հետո: Հեղինը բարձրացնում են ֆտորի պարունակությունը էմալի մակերեսային շերտում 2 անգամ:

Օգտագործում ենք նաև էլիքսիրներ, որպես օժանդակ հիգիենիկ միջոցներ: Բաժանվում են 2 խմբի՝ հիգիենիկ և բուժ-կանխարգելիչ: Նախատեսված են բերանի խորշի ողողման համար:

որոնց նպատակն է մաքրել բերանի խոռոչը սննդային մնացորդներից, թարմացնել՝ վերացնելով բերանի խոռոչի տհաճ հոտը: Մեկ բաժակ ջրին 15-20 կաթիլ՝ օրը 1-2 անգամ առավոտյան ել նրկեղյան ատամները մաքրելուց հետո:

ԲՆԲԱՆԻ ԽՈՐՈՂՉԻ ՀԻՎԻՆՆԱՆ: Կարիեսի կանխարգելման արդյունավետությունը հիմնականում կախված է բերանի խոռոչի հիգիենայից: Տարբերում ենք անհատական եւ մասնագիտական հիգիենան: Անհատական հիգիենան իրականացվում է յուրաքանչյուր անհատի կողմից, իսկ մասնագիտականը բժիշկ ստոմատոլոգի կողմից:

Անհատական հիգիենայի միջոցներն են ատամի խոզանակները, փոշիները, մածուկները, էլիքսիրները, մետաքսե թելերը կամ ֆլոսները. հատուկ խոզանակներ /միջատամնային տարածությունները մաքրելու համար/:

Ատամի խոզանակները լինում են փափուկ եւ կոշտ մանկական միջին եւ մեծ տարիքի համար: Խոզանակները պետք է օգտագործել ըստ բժշկի տված ցուցումի: Ատամի խոզանակները պետք է օգտագործել 1-3 ամիս օրից հետո խորհուրդ է տրվում փոխել:

Խոզանակների ընտրության ժամանակ պետք է ուշադրություն դարձնել մազիկների երկարությանը, մազերի խոռոչի դասավորության, խտությունը /երկար եւ խիտ մազիկների առկայությունը դժվարացնում է խոզանակումը: Մանական հասակում հարմար է օգտագործել փոքր շաշտանքային մասով /2-2.5 երկարությամբ եւ 0.8-1 սմ լայնությամբ /փափուկ մազերով խոզանակներ: Գոյություն ունեն արհեստական մազիկներով ատամի խոզանակներ: Սակայն խորհուրդ է տրվում օգտագործել արհեստական մազիկներով ատամի խոզանակներ՝ ելնելով հետմյալ հատկություններից.

1. Բնական մազիկների-1. խողովակի առկայություն
2. մազերի անհարթություն
3. ծայրամասերի շերտազատում:

Արհեստական մազիկները օժտված են բարձր առածոգականությամբ, չեն ուռչում եւ արագ չորանում են: Բնական մազիկների միջոցով անցնող դատարկ խողովակները բարձնաբաժնե պայմաններ են ստեղծում սվկլոօքզանիզմների զարգացման համար: Ըստ ամրության խոզանակները լինում են՝ շատ կոշտ, կոշտ, միջին կոշտության, փափուկ եւ շատ փափուկ:

Ատամի խոզանակը պետք է մաքրել հոսող ջրով, օճառով եւ դնել բաժակի մեջ գլխիկը դեպի վեր:

Մետաքսե թելեր կամ ֆլոսներ- ատամների մաքրման միջոց է նաեւ մետաքսե թելերը, որոնք լայնական կտրվածքում ունեն կլոր կամ տափակ ձեւ: Ատամների ապոքսիմալ մակերեսը լրիվությամբ հնարավոր չէ մաքրել միայն խոզանակների միջոցով: Այդ իսկ պատճառով օգտագործում ենք ֆլոսներ, որոնք ապտորաստված են արհեստական թելերից: Նրանք կարող են լինել կլոր, հարթ եւ այլն:

Նրելսաներին չի թույլատրվում օգտագործել, քանի որ դրանք կարող են վնասել լսողային աբոկիկները:

Թելը, որի երկարությունը պետք է լինի 35-40սմ, երկու կողմից փայթաթում ենք ձեռքերի միջամատերին առաջին ֆալանգների վրա եւ ֆիքսում ցուցամատով եւ թուք մատով: Թելը տեղադրելով միջատամնային հատվածում պետք է կատարել 6-7 շարժում՝ առաջ-հետ, վեր-վար հեռացնելով փափուկ ատամնափառը: Թելը պետք է միշտ հպվի ատամին՝ միջատամնային աբոկիկի վնասումից խուսափելու համար: Կարիեսի կանխարգելման համար անհրաժեշտ է օգտագործել 2 տոկոսանոց նատրիումի ֆտորիդով ներծծված թելեր:

Ատամի էլիքսիրներ- հատուկ հեղուկներ են բերանի խոռոչը ճողոճելու համար, պարունակում են արոմատիկ տարրեր նյութեր: Բերանի խոռոչի լորձաթաղանթի հիվանդությունների ժամանակ լավ միջոց են հանդիսանում էլիքսիրները, ցուցաբերելով հակակարիոգային, հակաբորբոքի եւ անտաֆանիչ հատկություն: Հաճախակի օգտագործելով էլիքսիրներ, կանխում ենք առատամաքարերի, ատամնափառերի, լնդային հիվանդությունների, կարիեսի առաջացումը: Ունեն նաեւ պրոֆիլակտիկ նշանակություն: Դրանցից են "Лесной", "Специальный", "Oral-B":

Ատամի մածուկները կարելի է բաժանել երկու խմբի՝

Ա. Բուժ- պրոֆիլակտիկ

Բ.- հիգիենիկ

Հիգիենիկը ցուցաբերում է միայն մաքրող հատկություն, իսկ բուժ-պրոֆիլակտիկ մածուկները պարունակում են կենսաքանակական ակտիվ նյութեր՝ վիտամիններ, դեղորայքային թուրմեր, աղեր, սիկլոլիսեննտներ, ֆերմենտներ: Այս մածուկները բաժանվում են հինգ խմբի՝

1. մածուկներ, որոնք պարունակում են բուսական ծագման պրեպարատներ: Այս խմբի մածուկները լավացնում են հյուսվածքների վերականգնողական պրոցեսները, նպաստում են (նդերի) արյունահոսության քայքայմանը: "POMALUKA"-ն պարունակում է նրիցուլի ջրա-սպիրտային թուրմ և ցուցաբերում է հակաբորբոքային և հակասնպտիկ ազդեցություն:

"Paradontax"-մածուկը պարունակում է բուսական ծագման պրեպարատներ: Լրանում է արյունահոսության զարգացումը՝ յխաստելով բերանի խոռոչի նորմալ միկրոֆորան: Այս մածուկը չնգրագնում է շաքարի քայքայումից առաջացած թթուները, նպաստում է առանցքային ամրացմանը: Մածուկի բաղադրության մեջ են մտնում շալֆնի, երիցուլի, նատրիումի քիկարբոնատ, որոնք թույլ են տալիս այն օգտագործել պարօդոնտի բորբոքային հիվանդությունների ժամանակ, որպես կանխարգելիչ և բուժիչ միջոց:

2. մածուկներ, որոնք պարունակում են աղեր: Այս խմբի մածուկները իրենց բաղադրության մեջ պարունակում են տարբեր բնույթի աղեր և հանքային կոմպոնենտներ, որոնք բարելավում են արյան շրջանառությունը, խթանում են պարօդոնտի և բերանի խոռոչի լորձաթաղանթի նյութափոխանակությունը: Աղերը պարունակող մածուկների շարքին են պատկանում "Бальзам", "Юбилейная" և այլն:

3. մածուկներ, որոնք պարունակում են ֆերմենտներ, օժտված են բարձր մաքրող հատկությամբ, լուծման են ենթարկում առամի փափուկ նստվածքաշերտերը, սննդի մնացորդները, նիկոտինային փառերը՝ վերականգնելով բերանի խոռոչի նորմալ հիգիենիկ վիճակը: "Бело-розовая"-առամի մածուկը պարունակում է պրոնտոլիտիկ ֆերմենտների կոմպլեքս, որոնք նպաստում են փափուկ առամանափառի լուծմանը, ինչպես նաև պարօդոնտի և բերանի խոռոչի լորձաթաղանթի բորբոքային պրոցեսի քայքայմանը: "Особая" պարունակում է այնպիսի նյութեր, որոնք նպաստում են ոչ միայն փափուկ առամանափառի հեռացմանը, այլ նաև ծխողների մոտ սովորաբար առաջացող նիկոտինյին փառի վերացմանը: Մածուկը լուծման է ենթարկվում փափուկ առամանափառի հիմքը կազմող սպիտակուցները և լիպիդները միաժամանակ չլիստելով առամի լճավը:

4. մածուկներ, որոնք պարունակում են կենսաքանակական ակտիվ նյութեր: Այս մածուկները օժտված են հակաբորբոքային և վերականգնողական հատկություններով, որը թույլ է տալիս նրանց օգտագործել գինեկվիտի, պարօդոնտի և բերանի խոռոչի լորձաթաղանթի այլ բարբոքային պրոցեսների թուժման ժամանակ: "Уриша", "Боролитцеринсовая" ...

5. հակակարիեսային առամնային մածուկներ: Այս մածուկները իրենց բաղադրության մեջ պարունակում են ֆտոր, ֆոսֆոր և կալցիում: Իգ առամի մածուկը պարունակում է առնվազն 1-3 մգ ֆտոր:

"Зодиак", առամի մածուկը պարունակում է նատրիումի ֆտորիդ և չիլանի յուղ, որոնք ցուցաբերում են հակակարիեսային, հակաբորբոքային և էպիթելիալորումը արագացնող հատկություններ: "фтородент" այս մածուկը օգտագործում է, որպես կարևոր կանխարգելիչ և բուժիչ միջոց:

Резюме

Выдвинутая тема очень актуальна и значима тем, что ротовая полость и ее гигиена играет исключительно роль для здоровья человека.

Գրականություն

1. Վ.Տառնիզյան, Թերապևտիկ ստոմատոլոգիա, Երևան, 1997:
2. Е.В.Боровский, В.С.Ивахов, Ю.М.Максимовский, Л.Н.Максимовская. Терапевтическая стоматология, Москва, 1979.

ԱրՊՀ, ստոմատոլոգիայի ամբիոն