

A SZÁJELVÁLTOZÁSOK JELENTŐSÉGE DIABÉTESZES BETEGEKNÉL

EISENHUERNÉ FÖRDŐS ANDREA



AZ OKTATÓANYAG A MAGYAR DIABETES TÁRSASÁG VEZETŐSÉGE MEGBÍZÁSÁBÓL,
A SANOFI TÁMOGATÁSÁVAL KÉSZÜLT

KÉSZÍTETTE A MAGYAR DIABETES TÁRSASÁG EDUKÁCIÓS MUNKACSOPORTJA

MI A KAPCSOLAT A SZÁJELVÁLTOZÁSOK ÉS A DIABÉTESZ KÖZÖTT?

Már a XIX. században ismert volt, hogy az ínygyulladás és a fogágygyulladás és a fogak gyors elvesztése a diabéteszszel szoros összefüggésben van, sőt tünete lehet a 2-es típusú diabétesz mellitusznak. A diabétesz jellemző tüneteinek közé tartozik a szájszárazság, a csökkent nyáltermelés, gyakori az ínnyduzzanat, melyek következtében a száj nyálkahártyája fokozott kockázatnak van kitéve a különböző fertőzésekkel szemben. A magas vércukorszint – mely az inzulinrezisztencia következménye – meglassítja a sebgyógyulást és a csontosodás is zavart szenved. Ezen tényezők összessége okozza, hogy diabéteszben fokozottan jelentkeznek a különböző fog, fogágy betegségek és különböző szájnálkahártya-eltérések.

MI BEFOLYÁSOLJA MÉG A SZÁJELVÁLTOZÁSOK KIALAKULÁSÁT?

- fokozott plakk-képződés (a foglepedék lerakódása a fogakon)
- rossz anyagcsere
- rossz szájhigiéné
- fogkőképződés
- kezeletlen fogínygyulladás, fogszuvasodás
- dohányzás
- szénhidrátdús étkezés



MELYEK A LEGGYAKORIBB ELVÁLTOZÁSOK DIABÉTESZBEN?

- fogínygyulladás - gingivitis
- fogszuvasodás - caries
- fogágygyulladás - parodontitis
- a szájnyálkahártya, a nyelv atrófiás gyulladásai: gombák okozta gyulladások (leggyakoribb a candida albicans fertőzés), bakteriális fertőzések
- fogágyelfajulás - parodontózis
- rákmegelőző állapotok - leukoplakia, erythroplakia, lichen planus, stb.

MELY TÜNETEK HÍVJÁK FEL A FIGYELMÉT VALAMILYEN SZÁJELVÁLTOZÁSRA?

Fogínygyulladás:

A fogíny vörös, duzzadt, fájdalmas az ínyszerűdéből genny ürülhet, fogmosáskor vérzést érezhetünk

Fogágygyulladás:

- az említett tünetek súlyosbodása
- a fogágy pusztulása
- a fogak vándorlása, meglazulása

A GOMBÁS FERTŐZÉS JELLEMZŐI:

- normális esetben is kis számban megtalálhatók a szájüregben
- ha csökken a szervezet vagy a szájüreg általános védekezőképessége, elszaporodnak a szájüregben
- leggyakrabban a nyelv középső harmadán, a szájzugban, a szájpadon fordulnak elő
- fehér apró hólyagok láthatók, melyek néha összefolynak, kis telepeket alkotva

A RÁKMEGELŐZŐ ÁLLAPOTOK FELISMERÉSE:

Minden az ajkon, szájban előforduló, két héten belül nem gyógyuló elváltozás esetén fogorvoshoz kell fordulni!

Ezek az elváltozások lehetnek:

- duzzanat,
- szövetszaporulat,
- fekély,
- az ajkak hosszasan fennálló, hámló duzzanata,

- nem gyógyuló sérülése.
- Leggyakoribb előfordulási helyei:
- orca nyálkahártyája
 - szájzug
 - alsó ajkak
 - nyelvszél, nyelvhat



HOGYAN ELŐZHETJÜK MEG A SZÁJELVÁLTOZÁSOK KIALAKULÁSÁT?

- jó anyagcserehelyzet
- megfelelő szájhigiéné
- kémiai módszerek
- megfelelő étrend: szénhidrát-szegény, vitamindús, rostgazdag étrend
- rendszeres fogorvosi ellenőrzés
- kisebb elváltozások időben történő, megfelelő kezelése

MILYEN TÍPUSÚ FOGKRÉM, SZÁJÖBLÍTŐ AJÁNLOTT, A KISEBB ELVÁLTOZÁSOK HOGYAN KEZELHETŐK?

- antibakteriális fogkrém
- fluorid tartalmú fogkrém javasolt: a fogzománc elvesztett ásványianyag-tartalmát pótolja
- antibakteriális szájöblítő
- kezdeti fogínygyulladásban: száj-, torokfertőtlenítő, egyéb gombaellenes készítmények helyi alkalmazása
- súlyosabb, nem gyógyuló ese-

tekben feltétlenül fogorvoshoz kell fordulni, és az általa előírt gyógyszereket kell alkalmazni

- gombás elváltozás esetén szükséges a fogsor fertőtlenítése, esetleg teljes cseréje
- fogorvoshoz forduljon, hogy mintavétel történhessen és célzottan kaphasson megfelelő gombaellenes gyógyszert; helyi és általános gombaellenes kezelés is szükséges
- gombásodás esetén a fogsor fertőtlenítése, szükség esetén cseréje.

A fogkrémek és szájöblítők tekintetében forduljon fogorvosához, gyógyszerészéhez bővebb információkért!

MILYEN FOGKEFE, FOGMOSÁSI TECHNIKÁK AJÁNLOTTAK?

Fogkefe:

- műanyag sörte
- kis fejű, a fogsor, a fogak minden oldalához való hozzáférést biztosítja
- sörték vége lekerekített, 4-5 sorban, 10-12 csomóban, sűrűn helyezkedjenek el
- megfelelő keménységű legyen - közép kemény, puha ajánlott, hogy ne sértse fel az ínyt
- nyele és feje is kissé meghajlított legyen - fogak hozzáférése jobb
- elektromos fogkefe: vibrációs mozgás, kisebb - kerek fej az előnye
- szájzuhany (szájtus): ínytasak képződéssel járó fogágy betegségekben jó - fájdalommentesen tisztít
- fogkefe cseréje kéthavonta, gyulladás esetén gyakrabban

FOGMOSÁSI TECHNIKA:

- naponta legalább kétszer, de minden étkezés után lenne az ideális
- alapos mosás: fogak, fogköz, fogfelszín; alsó, majd felső fogak
- belső felszínen, majd külső felszínen, majd a rágófelszínen; ínytől a fogak felé a fogkefe függőleges vagy körkörös mozdításával
- fogmosás hatékonyságának ellenőrzése: plakkfestő tableta
- fogselyem használata: fogak közötti rés tisztítására

SZÁJELVÁLTOZÁSOK ÉS A TERHESSÉG:

A terhesség fokozott kockázatot jelent a különböző szájelváltozások kialakulásában. Normális terhességben is csökken a fogak kalciumtartalma, gyakoribb a fogínygyulladás és a fogszuvasodás. Ha a terhesség diabétessel is társul, a szájelváltozások kialakulásának kockázata nagymértékben megnő.

TERHESSÉGBEN:

- a nyál pH-ja csökken
- az ínygyulladás kifejezettebbé válik
- fogszuvasodás gyorsabb és gyakoribb
- a gyulladt-, vérző íny fájdalmas és emiatt kevesebbszer történik meg a fogmosás
- terhesség előtt, vagy már a koraterhességben meg kell kezdeni a gondozást

JÓ TUDNI:

A cukorbetegség nem képezi akadályát semmilyen fog- és szájsebészeti beavatkozásnak.

A fog és szájbetegségek megelőzhetők, különösen ügyeljünk a helyes szájapolásra az 1-es típusú cukorbeteg gyermekeknél és serdülőkorban.

Lehetőség szerint diabéteszben is jártas fogszakorvost keressen fel, nagyon fontos a rendszeres fogászati ellenőrzés (évente legalább egyszer, panasz esetén azonnal).