



Στοματική υγεία / Γενική υγεία

Σχέση αλληλένδετη και
αλληλοεξαρτώμενη

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



Η στοματική υγεία και η γενική υγεία του ατόμου είναι αλληλένδετες και αλληλοεξαρτώμενες υπό την έννοια ότι η στοματική υγεία αποτελεί σημαντικό παράγοντα διασφάλισης της γενικής υγείας του ατόμου ενώ η απουσία της επηρεάζει ουσιαστικά την ποιότητα ζωής.

Η **στοματική υγεία** δεν είναι απλώς η υγεία των δοντιών και των ούλων· είναι ταυτόχρονα και η απουσία οποιασδήποτε μορφής κρανιοπροσωπικού πόνου, στοματικών παθήσεων, γενετικών ανωμαλιών και άλλων συναφών διαταραχών που δυνατόν να επηρεάσουν το στοματογναθικό σύστημα.



Γνωρίζετε ότι υπάρχουν κοινοί αιτιολογικοί παράγοντες μεταξύ γενικών και στοματικών παθήσεων;

Οι πιο σημαντικοί από αυτούς είναι:

- **Κάπνισμα**
 - **Αλκοόλ**
- } Προκαλούν διάφορες μορφές καρκίνου συμπεριλαμβανομένου και του καρκίνου του στόματος.
- **Διατροφή πλούσια σε ζάχαρη:** η ζάχαρη ενοχοποιείται για την πρόκληση του σακχαρώδη διαβήτη αλλά και για τερηδόνα στα δόντια.
 - **Κακή υγιεινή του σώματος και των δοντιών** οδηγούν σε παθήσεις του δέρματος και του στόματος.

Πώς τα γενικά νοσήματα επηρεάζουν τη στοματική υγεία

- **Στοματικές εκδηλώσεις γενικών νοσημάτων**

Πολλά γενικά νοσήματα όπως είναι τα νοσήματα του αίματος, των ενδοκρινών αδένων, τα νοσήματα του δέρματος, του μεταβολισμού κ.ά. εμφανίζουν στοματικές εκδηλώσεις όπως:

- ▶ μεταβολές στο χρώμα των ούλων, της γλώσσας, αιμορραγίες στα ούλα, πληγές στο στόμα κ.ά.

Εάν παρατηρήσετε οποιαδήποτε αλλαγή/μεταβολή στο στόμα σας ενημερώστε αμέσως τον οδοντίατρό σας, ο οποίος με τη σειρά του, αν χρειαστεί, θα σας παραπέμψει σε παθολόγο.



- **Τεκμηριωμένη η σχέση σακχαρώδη διαβήτη και περιοδοντικών παθήσεων:**

Οι ασθενείς με σακχαρώδη διαβήτη έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες να εμφανίσουν περιοδοντίτιδα, δηλ. το οστού



(κόκκαλο) που στηρίζει τα δόντια να αρχίσει να καταστρέφεται με αποτέλεσμα τα δόντια να αρχίσουν να κουνιούνται.

- **Η συστηματική χρήση φαρμάκων μπορεί να προκαλέσει παρενέργειες στον στοματικό βλεννογόνο όπως:**

- Στοματίτιδα – ερυθρότητα, επώδυνες διαβρώσεις κ.ά. στο στόμα (αντιβιοτικά, αντιπυρετικά, μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη).
- Υπερπλασία (διόγκωση) ούλων (αντιεπιληπτικά, ανοσοκατασταλτικά).
- Μελάγχρωση (ανθελονοσιακά, αντιικά φάρμακα για HIV).



Στοματίτιδα από τη λήψη αντιβιοτικών



Υπερπλασία των ούλων από τη λήψη αντιεπιληπτικών

Φαρμακευτική αγωγή: πώς επηρεάζει την παροχή οδοντιατρικής φροντίδας

- ✓ Πάντοτε θα πρέπει να **ενημερώνετε** τον οδοντίατρό σας για τη **φαρμακευτική αγωγή** που ακολουθείτε και τα **γενικά προβλήματα υγείας** που αντιμετωπίζετε. Καλό είναι σε κάθε επίσκεψη στον οδοντίατρο να έχετε μαζί σας το βιβλιário υγείας σας, ενώ θα πρέπει να γνωρίζετε το όνομα του θεράποντος ιατρού σας καθώς και το τηλέφωνό του.
- ✓ Μην ξεχνάτε να αναφέρετε στον οδοντίατρό σας αν έχετε οποιαδήποτε **αλλεργία** ή έστω υποψία για αλλεργία σε κάποιο φάρμακο.



Υπάρχουν περιπτώσεις όπου η φαρμακευτική αγωγή που ακολουθείτε θα πρέπει να τροποποιείται **με τη συγκατάθεση του θεράποντος ιατρού σας** πριν την παροχή οποιασδήποτε οδοντιατρικής φροντίδας. Τέτοια φάρμακα είναι:

- Αντιπηκτικά
- Διφωσφονικά
- Κορτικοστεροειδή
- Σε ορισμένες περιπτώσεις, όπως π.χ. σε βαλβιδοπάθειες, ο οδοντίατρος σε συνεργασία με τον θεράποντα ιατρό σας μπορεί να σας ζητήσει να πάρετε προληπτική αντιβίωση

✓ **Να παίρνετε πάντα τα φάρμακά σας πριν να πάτε στον οδοντίατρο και να μην τα διακόπτετε από μόνοι σας** εκτός αν σας έχει δώσει σχετικές οδηγίες ο οδοντίατρός σας σε συνεργασία με τον θεράποντα ιατρό σας.



Πώς η στοματική υγεία επηρεάζει τη γενική υγεία

- **Παραμελημένα αποστήματα** που δεν αντιμετωπίζονται σωστά μπορεί να οδηγήσουν μέχρι και σε θάνατο. *Σε περίπτωση αποστήματος μην λαμβάνετε ποτέ από μόνοι σας αντιβίωση.* Αναζητήστε θεραπεία από ειδικό και ακολουθήστε σωστά τις οδηγίες του.
- Ύπαρξη αποστημάτων και γενικά φλεγμονής στο στόμα μπορεί να **απορρυθμίσουν γενικά νοσήματα** όπως είναι ο σακχαρώδης διαβήτης.
- Η στοματική υγεία και το ωραίο χαμόγελο είναι άρρηκτα συνδεδεμένα με την **ψυχική υγεία και την ποιότητα ζωής.**




- Παθήσεις της ΚΓΑ ή έγκλειστα δόντια μπορούν να προκαλέσουν **πονοκεφάλους**.
- Η ύπαρξη χαλασμένων δοντιών ή δόντια που λείπουν επηρεάζουν αρνητικά τη μάσηση προκαλώντας **γαστρεντερικά και άλλα προβλήματα**.



Η πρόληψη είναι ο καλύτερος και ο ευκολότερος αλλά και ο οικονομικότερος τρόπος για να διατηρήσουμε τη στοματική και τη γενική μας υγεία:

- **Βουρτσίζουμε τα δόντια μας 3 φορές την ημέρα**
- **Προσέχουμε τη διατροφή μας και αποφεύγουμε την κατανάλωση τροφών με ζάχαρη**
- **Δεν καπνίζουμε και αποφεύγουμε την κατάχρηση αλκοόλ**
- **Κάθε 6 μήνες επισκεπτόμαστε τον οδοντίατρο, ακόμη και αν δεν έχουμε οποιοδήποτε πρόβλημα**



Υγεία στο Στόμα – Ποιότητα στη ζωή

Δρ. Χρυστάλλα Χαραλάμπους
Οδοντιατρικός Λειτουργός Α' Τάξης



Γ.Τ.Π. 111/2017 – 500

Εκδόθηκε από το Γραφείο Τύπου και Πληροφοριών

Εκτύπωση: Imprinta Ltd