

## **Dorośli dłużej zachowują swoje zęby lecz choroby uzębienia są wciąż powszechne**

Kiedyś uważało się utratę uzębienia za nieuchronną konsekwencję wieku, lecz prawidłowa opieka i uwaga umożliwia dorosłym zachowanie zębów i zdrowej jamy ustnej przez długie lata.

“Zęby mają służyć całe życie” - mówi doktor Ed Schooley, doradca Delta Dental Plans Association do spraw zdrowia jamy ustnej. “Wiek stwarza dodatkowe trudnościami w utrzymaniu zdrowego uzębienia, lecz wielu z nas jest w stanie pokonać te trudności dzięki zwiększonej uwadze i zdrowemu rozsądkowi”.

Wielu starszych ludzi już dobrze o tym wie. Dzięki postępom stomatologii i zwiększonemu naciskowi na zapobieganie chorobom, od roku 1960 liczba osób bez własnego uzębienia w wieku 55-64 lat spadła o 60 procent, jak wynika z danych Krajowego Instytutu Badań Stomatologicznych i Twarzoczaszki.

Doktor Schooley ostrzega jednak, że mimo tych obiecujących statystyk wiele jeszcze zostało do zrobienia. “Zły stan zdrowia jamy ustnej może mieć poważne konsekwencje i wciąż pozostaje powszechny wśród ludzi starszych”.

Ubytki uzębienia nie są tylko problemem wieku dziecięcego, pozostają one poważnym problemem zdrowia jamy ustnej również w wieku starszym. Bakterie gromadzą się wokół istniejących wypełnień i korzeni zębów, które coraz bardziej się odsłaniają wraz cofaniem się linii dziąseł. Jeżeli nie zapobiegnie się temu procesowi, bakterie będą się odkładać i powodować nowe ubytki.

Bakterie jamy ustnej są również przyczyną paradentozy (choroby dziąseł), kolejnego schorzenia stomatologicznego powszechnego wśród ludzi starszych. We wczesnych stadiach tej choroby dziąsła sprawiają wrażenie podrażnionych i opuchniętych. Wraz z postępem choroby pomiędzy zębami i dziąsłami tworzą się kieszonki, będące źródłem infekcji i powodujące zanikanie dziąseł i kości, a w konsekwencji utratę zębów.

Dolegliwość znana jako suchość ust może przyspieszyć ten stan. Suchość ust, będąca często skutkiem ubocznym niektórych leków, zmniejsza zdolność organizmu do wypłukiwania resztek pokarmów z zębów i neutralizowania kwasów wytwarzanych przez płytki nazębne, wywołujących próchnicę. Płytki takie przywierają do zębów i zwiększają ich podatność na ubytki.

“Niezależnie od wieku, higiena jamy ustnej to sprawa ważna. Wpływa na niektóre podstawowe funkcje organizmu, takie jak mowa, przeżuwanie i przelitykanie. Badania wykazały również związek pomiędzy stanem uzębienia i schorzeniami układowymi, takimi jak choroby serca, układu oddechowego i cukrzyca” - mówi Schooley.

Dr. Schooley zachęca dorosłych w starszym wieku do przestrzegania dobrych nawyków higieny jamy ustnej poprzez codzienne czyszczenie i nitkowanie zębów oraz regularne wizyty u stomatologa, w celu omówienia problemów z uzębieniem i wczesnego wykrycia wszelkich niepokojących stanów, zanim staną się one trudniejsze do leczenia.