

# Dbając o zęby dbasz o serce!

Czy wiesz, że wiele chorób jest wywołanych przez bakterie rozmnażające się w ubytkach próchnicowych oraz w kieszonkach dziąsłowych? Jeszcze więcej jest chorób, których przebieg zaostrza się jeśli stan uzębienia i dziąseł nie jest dobry. Podane poniżej przykłady to tylko niektóre z wielu chorób zależnych od stanu jamy ustnej. Przeczytaj i zastanów się chwilę czy warto ryzykować.

## Serce

Zastawki serca oraz jego wnętrze (wsierdzie) stanowią idealne środowisko do rozwoju bakterii z rodzaju paciorkowców powodujących powstawanie ubytków próchnicowych w zębach. Jeśli ubytków jest dużo lub są głębokie, bakterie bez problemu przenikają do krwi. Jeśli znajdują się tam podczas spadku odporności (np. podczas choroby) lub jeśli tkanki serca były już wcześniej uszkodzone, bakterie wnikają w nie i powodują infekcyjne zapalenie wsierdzia oraz uszkodzenia zastawek serca. W skrajnej sytuacji może to prowadzić do ciężkiej niewydolności mięśnia sercowego, a nawet zagrażać życiu pacjenta.



## Nerki

Równie duże powinowactwo do tych bakterii wykazują tkanki kłębuszków nerkowych. Choroby nerek w postaci kłębuszkowego zapalenia nerek występują szczególnie często u dzieci. Dzieje się tak z powodu mniejszej odporności w tym wieku, jak również ze względu na częstą ignorancję w stosunku do stanu uzębienia mlecznego. W naszym kraju nadal często panuje pogląd, iż zębów mlecznych się nie leczy, a popsute już zęby zostawia się, żeby „trzymały miejsce” dla zębów stałych. Jest to oczywistym absurdem, ponieważ ząb popsuty jest siedliskiem bakterii i jeśli nie można go wyleczyć, powinien zostać usunięty. Nawet jeśli nie boli, stanowi on otwarte wrota dla wszelkich drobnoustrojów znajdujących się w jamie ustnej, również tych, które wdychamy z powietrzem i zjadamy z pokarmem. Nerki dzieci są szczególnie narażone na uszkodzenie, ponieważ filtrując krew z toksyn napotykać bakterie, które się w niej znajdują, a ze względu na słabą odporność łatwo poddają się powodowanym przez nie infekcjom.



## Stawy

Już dawno udowodniono, że choroby reumatyczne, zwłaszcza u dzieci, mogą



być powodowane lub zaostrzane podczas przebiegu ostrych stanów chorobowych w zębach i przyzębiu (dziąsłach), z podobnych przyczyn jak w sercu i nerkach.

## Mózg i płuca

W przebiegu ostrych stanów chorobowych w zębach i przyzębiu (mam tu na myśli ropnie), stanów przewlekłych, takich jak: zęby z miazgą w stanie zgorzelinowego rozpadu oraz przetoki ropne, dochodzi czasem do rozprzestrzenienia się stanu zapalnego na inne narządy i tkanki. Powstają wtedy ropnie przestrzeni, czyli stan zapalny obejmuje tkanki przyległe i ropień rozszerza się na okolice najczęściej szyi. Takie ropnie wymagają leczenia w szpitalu i nacinania w narkozie oraz długiego leczenia. Zapalenie może objąć też kości, wymaga to wtedy długiej antybiotykoterapii oraz niejednokrotnie operacji usunięcia martwych tkanek. Często zniekształca to zajęte stanem zapalnym kości na zawsze. Czasem stan zapalny nie przechodzi na



bezpośrednią okolicę, ale z krwią wędruje do najbliższych narządów. Mówimy wtedy o ropniach przerzutowych. Najczęściej do takich zmian dochodzi w płucach, oczodołach i mózgu. Są to ciężkie stany zagrażające życiu i często ich skutki pozostają na całe życie, nawet jeśli uda się je wyleczyć.

## Cukrzyca

Cukrzyca ze względu na uszkodzenia drobnych naczyń krwionośnych powoduje gorsze gojenie się ran, a więc zaostrza przebieg chorób przyzębia, które ciężiej wyleczyć. Trzeba pamiętać, że ze względu na gorsze gojenie ran, cukrzyca przed krwawymi zabiegami stomatologicznymi (usuwanie zębów, głęboki skaling, kiretaże) muszą przyjmować antybiotyk zlecony wcześniej przez lekarza, aby zapobiec ewentualnym powikłaniom. Ponadto u cu-



krzyków z zaawansowanymi chorobami przyzębia trudniej jest utrzymać poziom cukru na właściwym poziomie.

## Ciąża

I wreszcie ciąża jako stan szczególny, jest także zagrożona przez obecność jakichkolwiek stanów zapalnych, także tych w jamie ustnej. Wszystko, co matka ma we krwi, dostaje też dziecko. Nie są tutaj wyjątkiem bakterie. Jeśli mamy stan zapalny w jamie ustnej lub ubytki próchnicowe, bakterie przenikają do krwi, a z nią do krwi dziecka, co może powodować zaburzenia w jego rozwoju. Jeśli stan wymaga leczenia antybiotykami, dziecko otrzyma je wraz z krwią. Dlatego tak ważne jest, aby przed planowaną ciążą, wyleczyć wszystko, co jest niepokojące w jamie ustnej. Istotne jest również zwiększenie częstości wizyt kontrolnych u stomatologa już w trakcie trwania ciąży. Jest to na tyle ważne, że w ciąży i w okresie karmienia piersią obserwujemy zwiększoną podatność na próchnicę i zapalenie dziąseł. W obecnych czasach nie jest problemem leczenie kobiet w ciąży w znieczuleniu, ponieważ dostępne są środki bezpieczne dla dziecka. Jedynym ograniczeniem jest brak możliwości wykonywania zdjęć rentgenowskich w czasie ciąży.

**Na podsumowanie zapytam: Czy naprawdę warto ryzykować zdrowiem swoim i swoich dzieci? Można w prosty sposób uniknąć wielu ciężkich chorób, długiego leczenia, pobytu w szpitalu, a nawet kalectwa.**

## Pamiętaj!

- myj zęby 2 razy dziennie pastą z fluorem
- używaj nici i płukanek
- odwiedź dentystę co najmniej raz na 6 miesięcy (dzieci raz na 3 miesiące)
- przyprowadź dziecko na pierwszą wizytę ok. 1 roku życia.

**I zachowaj piękny uśmiech oraz zdrowe ciało do końca życia.**

**Renata Węgrzyn**  
stomatolog