

НЕДУГ В БЕЛЫХ ТОНАХ

Стоматит

✉ «Всегда считала, что стоматит – это детское заболевание. Однако недавно у меня на языке и на внутренней стороне щеки появились небольшие круглые язвочки. Сначала в этих местах была припухлость, на языке ощущалось жжение. Я решила, что само пройдет. Но вскоре на этих местах стали образовываться язвы, которые покрываются налетом. Я пытаюсь его убрать, счистить, но он появляется снова. Боль во рту мешает не только кушать, но и разговаривать. Скажите, обязательно обращаться к врачу или можно лечить стоматит в домашних условиях? Может быть, есть какие-то народные средства? И еще: может ли возникнуть какое-либо осложнение? И не опасен ли стоматит для моих близких?»

**Ольга Дмитриевна Затулина,
Челябинская обл.**

Такой неприятной болезнью, как стоматит, может заболеть и взрослый, и ребенок. Кому из нас неизвестны заеды в уголках губ или пузырчатые воспаления на деснах? Но стоматит не ограничивается этими двумя симптомами, и лечение может быть назначено разное. Нет единой панацеи от всех видов стоматита.

У здорового человека на слизистой рта бактерии находят постоянно и не вызывают негативных процессов. Отвечая на вопрос, от чего появляется это заболевание, должен сказать, что для размножения патогенной микрофлоры обязательно наличие следующих провоцирующих факторов:

- Разбалансированный рацион питания, при котором в организм не поступают в достаточном количестве витамины группы В, железо, цинк.
- Термические, механические, химические травмы. Причиной стоматита часто становится прикус щеки, рана, которую оставил острый обломок зуба, ранение твердой пищей, ожог.
- Игнорирование правил личной гигиены, употребление грязных фруктов и овощей, несвоевременное мытье рук.

- Неправильно подобранный протезный материал, неудачно установленные протезы, после удаления зуба.
- Чрезмерное увлечение гигиеной зубов. Например, если применяется зубная паста, в составе которой лаурил сульфат натрия. Под ее воздействием понижается слюноотделение, что ведет к обезвоживанию ротовой полости, а слизистая становится восприимчивой к влиянию кислот.
- Прием препаратов, сокращающих выработку слюны, а также мочегонных таблеток.
- Курение, алкоголь.
- Наличие сопутствующих недугов. Например, при болезнях пищеварительной системы, заражении глистами могут появляться язвочки на языке и в полости рта. У людей, которые болеют сахарным диабетом, часто развивается афтозный стоматит. У тех, кто страдает бронхиальной астмой и применяет гормоны в ингаляторе, проявляется кандидозный тип болезни.
- Обезвоживание после длительной рвоты, поноса, потери крови, при продолжительной повышенной температуре тела.
- В период менопаузы и беременности язвочки появляются как следствие гормональных всплесков.

Стоматит может развиваться как самостоятельное заболевание или быть симптомом других заболеваний (корь, скарлатина, грипп, кандидоз).

Заболевание, как правило, продолжается от 4 до 14 дней. Но если человек переболел этим недугом один раз, то вероятность повторного развития болезни высока.

Кандидозный стоматит проявляется под действием грибка *Candida*. Обращаться к врачу в данном случае нужно обязательно: самостоятельно подбирать препараты нельзя. Назначаются противогрибковые средства (**нистатин, флуконазол, леворин, клотримазол, ирунин**). Пораженные поверхности обрабатывают местно **левориновой** или **нистатиновой мазями, миконазолом**, а зубные протезы – **содовым раствором, йодиолом, люголем**. Обязательно придерживаться диеты, исключить из рациона острое, соленое, а также слишком холодную, горячую и твердую пищу.

При **афтозном стоматите** поражение происходит на фоне снижения иммунитета. При хронической форме болезни белые язвочки во рту у взрослого появляются периодически и возникают на щеках, внутренней стороне губы, иногда – в горле. Это могут быть как единичные проявления (например, на десне появилась белая язвочка), так и множественные. В отличие от герпетического стоматита при афтозном появляются округлые белые бляшки, то есть афты, имеющие красный ободок. Если в очередной раз во рту появилась белая язвочка, то лечение зависит от того, не перешел ли стоматит в хроническую форму. Болезнь может длиться годами, поэтому важно сразу определить схему терапии.

Лечение проводится поэтапно. Изначально обрабатывают афты **раствором борной кислоты** и **отваром ромашки аптечной**. Затем проводят антисептическое полоскание раствором **фурацилина**. Для обеззараживания внутривенно назначают **тиосульфат натрия**, а также **продигиозан, лизоцим, пирогенал**. В состав **лидокаин асепта** входит местный анестетик, который эффективно действует при афтозной форме болезни. Показан прием поливитаминов, антигистаминных и успокоительных средств. Поскольку афтозный стоматит развивается у людей, страдающих болезнями нервной, эндокринной, пищеварительной систем, то предупредить рецидив можно, излечив эти заболевания.

Для успешного лечения **катарального стоматита** необходимо устранить причину его проявления. Пораженные участки слизистой тщательно обрабатывают растворами-антисептиками (**мирамистин, хлоргексидин**). Если беспокоит сильная боль, применяют аппликации с **лидокаином** или **бензокаином**. Применяют народные средства (**масло облепихи, мед**), а для полоскания – отвары **календулы, ромашки аптечной, сока каланхоэ**. На период лечения следует отказаться от зубной щетки, чтобы не раздражать десны.

Герпетический стоматит проявляется чаще других, поскольку носителем вируса герпеса является подавляющее большинство людей. Стоматит на губе или на других участках слизистой появляется, когда у человека ухудшается иммунитет. Заболевание не вызывает острых реакций, поэтому часто человек замечает болезнь, когда появляются язвочки, болит нёбо.

Вирусный стоматит часто появляется под языком. Целесообразно применение лекарств, уменьшающих воспаление (**холисал, каротолин, солкосерил, бонафтоновая мазь**), которые наносят на пораженные точки. Иногда назначают противовирусные препараты: (**ацикловир, зовиракс, оксолин**). Чтобы заболевание не перешло в хроническую форму, обязателен прием витаминных комплексов.

Имейте в виду, что «болячки» во рту такого типа заразны и могут передаваться через близкий контакт, например, через поцелуй. Поэтому, если появился пузырь на десне или во рту, его природу должен определить врач. Самостоятельно бороться с такими проявлениями (мазать зеленкой, пить антибиотики) не следует.

Примерно у трети населения проявляются аллергические реакции, связанные с действием аллергенов. С ними может быть связано развитие **аллергического стоматита**. При этой форме заболевания применяют антигистаминные препараты (**супрастин, тавегил**).

Особняком «стоит» так называемый **протезный стоматит**, который принято подразделять на **аллергический** и **бактериальный**. При бактериальном на десне появляется покраснение слизистой оболочки протезного ложа. При аллергическом – покраснение распространяется дальше, проявляясь, например, в горле.

Язвенная форма развивается на фоне ухудшения иммунитета, плохой гигиены рта. Отмечается неприятными симптомами: появлением язв, запахом изо рта, повышением температуры тела. Легкая форма болезни может быть излечена с помощью местных средств. Достаточно отшлифовать острые края зубов, снять зубной камень и соблюдать щадящую диету. Для полоскания применяют растворы **перекиси водорода, хлоргексидина, фурацилина** и отвары трав. Если заболевание не проходит через несколько дней, назначают антибактериальное лечение, физиопроцедуры. При своевременном лечении язвы закрываются через 6-8 дней. Если заболевание длится дольше, то вероятен его переход в хроническую форму.

Соблюдение гигиены во время лечения стоматита – важнейшее условие избавления от проблемы при любой форме недуга. С первого дня болезни приобретите новую зубную щетку, чтобы избежать повторного инфицирования. Замените предметы гигиены и после окончания терапии, чтобы не спровоцировать рецидив заболевания. Используйте лечебные зубные пасты с противовоспалительным действием. Каждый день мойте щетку горячей водой с антибактериальным или хозяйственным мылом, просушивая ее после каждого использования, так как влажная среда создает идеальные условия для размножения патогенных микроорганизмов.

Если пользуетесь зубными протезами, максимально подгоните их по размеру. Реже проявляется болезнь у тех, кто отказался от курения и злоупотребления алкоголем. Укрепляйте иммунитет, проходя полные курсы приема витаминов. Соблюдайте строгую диету, исключив острые, кислые, соленые и сладкие блюда, твердые и раздражающие слизистую оболочку продукты, слишком горячую пищу и напитки.

Приведу несколько проверенных годами народных рецептов.

- 1 ч. ложку пищевой соды разведите в 1 стакане воды. Полоскать рот 2 раза в час.
- Сок моркови развести теплой водой в пропорции 1:1. Сырая морковь подлечит язвочки и насытит эпителий витаминами.
- Кусочек квасцов, которые можно купить в аптеке, развести в кипяченой воде, чтобы получилось на вкус нечто вязко-кисленькое. Полоскать несколько раз в день.

Для полоскания рта применяют отвары, настои и растворы, приготовленные из лекарственных трав или травяных сборов. Для отваров используют **ромашку аптечную, семена льна, кору дуба, листья брусники, корень лопуха.**

1,5-2 ст. ложки измельченной **коры дуба** залить 1 стаканом кипятка, закрыть крышкой и настаивать не менее 1 часа. Процедить и полоскать рот 7-8 раз в день.

Календула – прекрасное противовоспалительное, бактерицидное и регенерирующее растение. 1 ст. ложку **соцветий календулы** залить 1 стаканом кипятка и проварить на

слабом огне 15 минут. Процедить, остудить до комнатной температуры. Полоскать рот 6-8 раз в день.

При борьбе с язвочками используют **кожуру граната**. 2 ст. ложки измельченной в порошок кожуры кипятят в стакане воды в течение 20 минут. Полученный отвар разводят в пропорции 1:1 и полощут рот 5-6 раз в день.

В облепиховом масле содержится практически весь спектр витаминов, поэтому оно оказывает иммуностимулирующее действие. Более того, это отличное болеутоляющее, противовоспалительное, ранозаживляющее средство. Его прописывают при любых формах стоматита, в том числе и для заживления ран. С помощью облепихового масла при стоматите делают примочки. Ватный тампон обмакивают в природный эликсир и делают компресс на пораженные участки. Держать примочки нужно не меньше 20 минут и повторять процедуру несколько раз в день. Можно также смазывать язвочки с помощью ватной палочки.

Спиртовая настойка из **зверобоя** за несколько дней очистит полость рта от повреждений. Для ее приготовления крупно нарезать траву, положить в банку и залить спиртом в соотношении 1:10. Средство настаивать в течение 2 недель. Перед применением 40 капель настойки развести в 1/2 стакана кипяченой воды. Полоскать рот 2 раза в день.

Ранозаживляющие свойства картофеля помогут восстановить слизистую оболочку при появлении язвочек. Необходимо растереть сырой корнеплод и покрыть воспаленные участки кашицей. Процедуру повторять 2 раза в сутки.

При отсутствии терапии стоматит грозит осложнениями. Например, может развиваться кровоточивость десен, ангина, возможно выпадение зубов, осиплость и охриплость голоса, позже – хронический ларингит. У женщин постоянный грибковый стоматит может привести к развитию кандидоза половых органов. Поэтому относиться к стоматиту легкомысленно не следует.

Максим АФНАСОВ,
врач-стоматолог-ортопед,
кандидат медицинских наук.