



# КОВАРЕН БОЛЬШЕ, ЧЕМ КАЖЕТСЯ

*Кровоточивость десен обычно не считают серьезной проблемой и не спешат на прием к стоматологу. А между тем этот первый тревожный звоночек может быть признаком пародонтита – коварной болезни десен, которая при отсутствии лечения может привести к потере зубов.*

## ОТ КРОВОТОЧИВОСТИ ДО ВЫПАДЕНИЯ

Пародонтит – хроническое воспаление десен, при котором страдают не только сами десны, но и связочный аппарат зуба, его костная ткань. Болезнь развивается медленно – годами, а иногда и десятилетиями. И если ее не лечить, то уже к 45-50 годам диагностируются тяжелые стадии недуга.

Сначала появляется кровоточивость – ведь воспаление начинается в поверхностных тканях десны. Также можно заметить покраснение, отек. По мере развития болезни уровень десны опускается, и появляется повышенная чувствительность зубов: острая боль при воздействии холодного. Из-за активного воспаления и скопления налета пациента беспокоит неприятный запах изо рта.

Постепенно углубляются зубодесневые карманы: десны буквально отходят от зубов. Налет скапливается не только над, но и под десной, быстро твердеет и превращается в камень. При глубоких карманах формируется гноетечение, поэтому к плохому запаху

присоединяется и неприятный привкус: привычная еда меняет вкус.

Из-за разрушения зубодесневой связки появляется подвижность зубов. Если сделать рентген, то будет заметно, что костная ткань рассасывается. Из-за отсутствия опоры зубы могут самостоятельно выпадать. Однако на фоне пародонтита протезирование будет осложнено.

## ВИНОВАТЫ БАКТЕРИИ, НО НЕ ТОЛЬКО

Основная причина развития пародонтита – действие бактерий, проживающих во рту. Как раз их токсины и запускают воспалительный процесс. Кроме того, есть и другие факторы, способствующие развитию недуга:

- неправильная чистка зубов или ее отсутствие;
- ношение протезов большой протяженности;
- отказ от профессиональных гигиенических процедур;
- хроническая травма десен (например, неправильно установленными коронками, пломбами);
- длительный прием лекарств, влияющих на местный иммунитет (например, антибиотиков, гипотензивных препаратов).

## ВЛИЯЕТ НА ВНУТРЕННИЕ ОРГАНЫ

Убыль костной ткани и подвижность зубов вплоть до их выпадения – не единственные проблемы, вызванные пародонтитом. Гораздо серьезнее оказываются последствия, связанные с общим здоровьем. Ведь пародонтит – весьма коварное заболевание, которое может влиять на внутренние органы.

➤ **Сердце и сосуды.** У пациентов с пародонтитом почти в два раза повышен риск развития сердечно-сосудистых заболеваний. К примеру, установлена связь с инфарктом: бактерии полости рта были обнаружены в тромбах, которые приводили к инфарктам. Помимо этого, пародонтит сводит на нет весь эффект медикаментов, принимаемых при гипертонии.

➤ **Легкие.** У пациентов с пародонтитом в разы повышается риск развития ХОБЛ (хронической обструктивной болезни легких) и пневмонии. Кроме того, пародонтит существенно ухудшает течение астмы. Причина – все те же бактерии, вызывающие пародонтит: человек проглатывает их вместе с пищей, вдыхает при разговоре или же они распространяются с током крови.

➤ **Другие органы.** Установлена обоюдная связь между пародонтитом и сахарным диабетом. Оба заболевания ухудшают

течение друг друга. Но активное лечение пародонтита помогает стабилизировать уровень сахара в крови.

Существует также связь пародонтита и с другими болезнями – например, простатитом и аденомой простаты, пиелонефритом, атеросклерозом и другими.

## БЕЗ СТОМАТОЛОГА НЕ ОБОЙТИСЬ

В лечении пародонтита без помощи стоматолога не обойтись. Тактика лечения зависит от запущенности процесса. Обычно это сочетание консервативных и хирургических методов.

В первую очередь врач проводит профессиональную гигиену полости рта – процедуру, направленную на удаление зубного налета и камня и дезинфекцию. Также проводится кюретаж десен – очищение зубодесневых карманов в сочетании с полировкой корней зубов.

Шинирование зубов (фиксация при помощи специальной проволоки) буквально связывает их в одно целое: таким образом удается сдерживать их подвижность и потерю, нормализовать прием пищи.

Хирургические операции по восстановлению костной ткани и уровня десен применяются на поздних стадиях пародонтита.

В последнее время популярность получили инъекционные методики – например, плазмолифтинг, а



также введение витаминных коктейлей в десны для нормализации обменных процессов в тканях и поддержания местного иммунитета.

### МЕДИКАМЕНТОЗНАЯ ТЕРАПИЯ

При обострении недуга пациенту могут быть назначены антибиотики широкого спектра действия, обычно из группы фторхинолонов: **ципрофлоксацин, астрафлокс, бактофлекс**.

Нередко назначают пробиотики, а также препараты для стимуляции кровообращения и укрепления стенок сосудов – например, витамина С. Женщинам в период менопаузы может быть рекомендована заместительная гормональная терапия, а также прием препаратов кальция и фосфора.

Большую роль играет лечение сопутствующих заболеваний – например, гипертонии, патологий пищеварительного тракта и других.

### ДОМАШНЕЕ ЛЕЧЕНИЕ

Лечение пародонтита в домашних условиях – это постоянная работа, которая не терпит поправок.

Пациентам необходимо придерживаться следующих правил:

1 Чистка зубов проводится минимум дважды в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Для чистки нужно использовать противовоспалительные зубные пасты с лекарственными травами. При ношении протезов применяют специальные средства для их очищения.

Используйте не только обычную зубную щетку, но и монопучковую. С ее помощью даже при низких навыках чистки можно добиться лучших результатов очищения.

2 Применение средств для полоскания с противовоспалительной и антисептической направленностью. Рекомендован курсовой прием – 3-5 дней. Для более выраженного эффекта можно использовать ирригатор: направленная струя воды активно очищает налет, доставляя лекарственные вещества в очаги воспаления.

Для полоскания также можно использовать **стоматофит** – натуральный растительный препарат, а также **стоматофит А** – более густое средство, кото-

рое наносят на пораженные десны.

Пациентам с болезнями десен рекомендовано полоскание полости рта природной сероводородной минеральной водой.

Дополнительный эффект оказывают стоматологические гели для десен: **холисал, метрогил дента, асепта**.

3 Использование лекарственных трав, таких как ромашка и шалфей, оказывает выраженный противовоспалительный эффект. Их можно применять не только для полоскания полости рта, но и для ванночек. В 1 стакане кипятка заварить пакетик сырья, настоять 3-5 минут, остудить. Набрать в рот настой, подержать 30-60 секунд, прополоскать и выплюнуть. Повторять 3-5 раз в день.

4 Коррекция питания. В рацион нужно включать как можно больше овощей и фруктов, которые требуют тщательного пережевывания. Такая нагрузка стимулирует обменные процессы в костной ткани и деснах. Кроме того, овощи и фрукты – природный источник витаминов и минералов, необходимых для обменных процессов

в деснах и защиты кровеносных сосудов.

Также в рационе должны быть источники животного белка (молочные продукты, рыба, мясо) и растительного (бобовые).

Лучше принимать пищу 5-6 раз в день небольшими порциями. Главное, чтобы питание было разнообразным, обеспечивающим все потребности организма.

### ВЫВОД

Пародонтит – болезнь десен, имеющая выраженное влияние на здоровье. Полностью вылечить его невозможно, однако при правильной терапии можно сдерживать его развитие и не допускать осложнений. И это главная цель лечения. Посещайте стоматолога регулярно – минимум дважды в год, даже если отсутствуют жалобы. При своевременной диагностике лечение пройдет эффективнее. Ну и, конечно, не забывайте соблюдать правила личной гигиены, ведь зубной налет – основная причина появления проблем не только с деснами, но и с зубами.

**Наталья Гаврильченко,**  
врач-стоматолог.

