

2020
IZDEVUMS



Periodonta veselība
labākai dzīvei

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ



gumhealthday.efp.org

EFPpartners:

DENTAID

Oral-B

SUNSTAR

Johnson & Johnson

Colgate

Geistlich
Blomaterials

gsk

straumann



Periodonta veselība labākai dzīvei

LATVIJAS PERIODONTOLOGU ASOCIĀCIJA

No angļu valodas tulkojusi UNA STĀMERE

EUROPEAN FEDERATION OF PERIODONTOLOGY

EFPpartners:

DENTAID

Oral-B

SUNSTAR

Johnson & Johnson

Colgate

Geistlich
Biomaterials

gsk

straumann

2

FAKTI & SKAITĻI: SMAGANU VESELĪBAS IETEKEME

Mutes veselība sastāda:

- 0.5 līdz 1% no IKP.
- 10% no medicīnas izdevumiem.

Periodontīts ir visizplatītākā hroniskā iekaisuma slimība cilvēkiem

- 8 no 10 cilvēkiem vecumā no 35 gadiem cieš no kādas smaganu saslimšanas.
- Periodonta saslimšanas ir visizplatītākais stāvoklis Eiropas iedzīvotāju vidū, reizē arī viens no vismazāk atzītajiem.
- Smaganu saslimšanas var novest pie zoba zaudējuma, kā arī skart pārējo organismu.
- Periodonta saslimšanām nav raksturīgas sāpes vai izteikts diskomforts. Biežākais simptoms ir smaganu asiņošana.
- Periodonta saslimšanas ir galvenais izdevumu iemesls pieaugušo un senioru populācijā.

Kā periodonta veselība uzlabo vispārējo veselību un samazina medicīnas izdevumus

“Periodontīts ir būtiski un neatkarīgi saistīts ar nozīmīgākajām ar novecošanos saistītām hroniskām iekaisuma slimībām, tai skaitā kardiovaskulārām slimībām, 2. tipa cukura diabētu, reimatoīdo artrītu, hronisku nieru slimību, aptaukošanos un hronisku obstruktīvu plaušu slimību.”¹

- Smags periodontīts nelabvēlīgi ietekmē cukura līmeni asinīs pacientiem bez cukura diabēta un cukura līmeņa kontroli diabēta pacientiem.
- Jo smagāks periodontīts, jo smagākas cukura diabēta komplikācijas (sirds, nieru).
- Kopumā pētījumi liecina, ka veiksmīga periodontīta ārstēšana uzlabo cukura diabēta rādītājus.
- Smaga periodonta saslimšana ievērojami palielina kardiovaskulāro slimību risku.
- Rezultāti no laboratoriskiem un eksperimentāliem pētījumiem ar dzīvniekiem liecina, ka periodontālā ārstēšana uzlabo kardiovaskulāros rādītājus un pētījumos ar cilvēkiem pierādīta sirds slimību biomarkjeru rādītāju uzlabošana.

“Jaunākie izmaksu aprēķini liecina, ka labi veikta neinvazīva periodontālā terapija var uzlabot arī veselības nozares ekonomiskos rādītājus.”²

1. Avots: EFP/AAP workshop on periodontitis and systemic diseases. J Clin Periodontol 2013; 40(S14):20-3

- Periodonta saslimšanu ārstēšana līdz zināmai robežai samazina ikgadējās medicīniskās izmaksas pacientiem ar šādām diagnozēm:
 - 2. tipa cukura diabētam par 40%,
 - Sirds slimībām (koronārā sirds slimība) par 11%,
 - Insulta pacientiem (cerebrovaskulāras slimības) par 41%.
- Attiecīgi samazinās arī hospitalizācijas gadījumu skaits:
 - 39% cukura diabēta pacientiem,
 - 29% sirds slimību pacientiem,
 - 21% insulta pacientiem.

Plašāka informācija par periodonta saslimšanu saistību ar cukura diabētu atrodama EFP (European Federation of Periodontology) mājaslapas sadaļā "Perio-Diabetes Workshop", kur apkopoti rezultāti no "European Federation of Periodontology" (EFP) un "International Diabetes Federation" (IDF) 2017. gada februārī rīkotās apvienotās konferences: **perioanddiabetes.efp.org**

2. Avots: (Am J Prev Med 2014;47(2):166–174) & 2014 American Journal of Preventive Medicine. Impact of Periodontal Therapy on General Health. Evidence from Insurance Data for Five Systemic Conditions. Marjorie K. Jeffcoat, DMD, Robert L. Jeffcoat, PhD, Patricia A. Gladowski, RN, MSN, James B. Bramson, DDS, Jerome J. Blum, DDS

Par cukura diabētu³

Eiropā:

- 58 miljoni iedzīvotāju slimoja ar cukura diabētu 2017. gadā.
- Tiek prognozēts, ka 2035. gadā cukura diabēta slimnieku skaits sasniegs 70 miljonus.
- Izlpatība: cukura diabēts skāra 6.8 % populācijas 2017. gadā un paredz, ka sasniegs 6.9% 2045. gadā.
- 22 miljoniem iedzīvotāju ir nediagnosticēts cukura diabēts, kas ir 37.9% no visiem gadījumiem.
- Kopējie ar cukura diabētu saistītie medicīniskie izdevumi Eiropā sastāda 140 miljardus Eiro.
- Cukura diabēta izraisītu nāves gadījumu skaits ir 477 000, vidējais mirstības rādītājs 9%.

* Perio-Diabēta konferences kopsavilkums un vadlīnijas publicētas Journal of Clinical Periodontology: <https://www.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jcpe.12808>

Par kardiovaskulārajām slimībām⁴

Kardiovaskulārās slimības (KVS) ir galvenais nāves cēlonis Eiropas Savienībā, atņemot vairāk kā 2 miljonu dzīvību gadā. KVS Eiropas Savienības ekonomikai radītie izdevumi sastāda vairāk kā 192 miljardus Eiro gadā.

* Apvienotā Eiropas Periodontologu Federācijas ((European Federation of Periodontology) un Pasaules Sirds Federācijas (World Heart Federation) konferencē izstrādātās vadlīnijas publicētas 2020. gadā.

3. Avots: IDF. International Diabetes Federation. Diabetes Atlas 2017 Edition

4. Avots: European Society of Cardiology



PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ



Periodonta veselība
labākai dzīvei

Periodonta slimības ir visizplatītākais stāvoklis Eiropas iedzīvotāju vidū, bet reizē arī viens no vismazāk atzītajiem. Starp citu, tikai retais zina, ka zobārstniecībā pastāv tāda nozare kā "periodontoloģija", kas nodarbojas ar smaganu un zobu balstaudu zinātnisku izpēti un praksi.

8 no 10 cilvēkiem vecumā no 35 gadiem ir sūdzības, kas saistītas ar smaganu veselību. Vadošās starptautiskās organizācijas (World Health Organisation (WHO), International Association for Dental Research (IADR), International Dental Federation (FDI) izvirzījušas globālus mērķus mutes veselības veicināšanai 2020. gadam. Šis projekts paredz samazināt zobu zaudējumu (adentiju) un palielināt senioru skaitu ar saglabātu funkcionējošu dabīgo sakodienu. Tomēr periodontoloģijas ekspertiem ir pamats domāt, ka mutes veselībai ir daudzārt lielāka ietekme uz vispārējo veselību, nekā medicīnas institūcijas un sabiedrība līdz šim bijuši informēti. Arvien pieaugošais pierādījumu apjoms no vairāk kā 30 gadu ilgiem pētījumiem apstiprina, ka pastāv

ne tikai cieša saistība starp periodontītu un tādām sistēmiskām saslimšanām kā cukura diabēts, kardiovaskulārās slimības, hroniska nieru slimība, reimatoīdais artrīts un priekšlaicīga mirstība, bet arī faktu, ka periodontālā aprūpe var palīdzēt ļoti daudzu šo sistēmisko saslimšanu diagnostikā un kontrolē.

Saturs

Smaganu veselības ietekme.....	3
Kas ir periodonta saslimšana?	5
Periodonta saslimšanas Eiropā	6
Periodonta saslimšanu izraisītās sekas.....	9
periodonta saslimšanu cēloņi.....	10
Periodonta saslimšanu diagnostika	11
Periodonta saslimšanu profilakse.....	12
Periodonta saslimšanu ārstēšana	13
Rūpējies par savām smagām	15

EFPpartners:





KAS IR PERIODONTA SASLIMŠANAS?

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

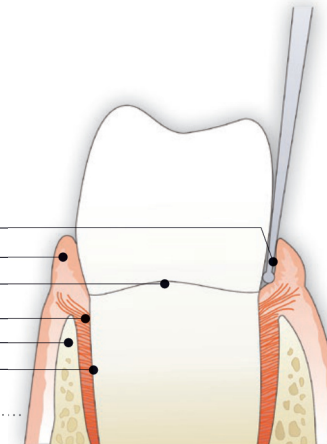
Periodonta saslimšanas ir stāvokļi, kas skar periodontu, t.i., zoba balstaudus. Ir daudz dažādu slimību formu, bet visbiežāk sastopamās no tām ir "gingivīts" un "periodontīts".

Periodontīts ir iekaisuma saslimšana, ko izraisa baktērijas, uzņēmīgiem indivīdiem izsaucot smagu iekaisumu zoba balstaudos un kaula zudumu ap zobiem.

Ir divi galvenie periodonta saslimšanu veidi. Ja skarti tikai virspusējie mīkstie audi jeb smaganas, iekaisuma process ir atgriezenisks un to sauc par gingivītu.

Ja gingivīts netiek ārstēts un ir kātesoši citi faktori (ģenētiski, vides, lokāli utt.), tad uzņēmīgiem indivīdiem attīstās periodontīts. Papildus jau minētajam iekaisumam, sākas dziļāks destruktīvs process, kas vēlāk skar citus periodonta audus, t.i., alveolāro kaulu, zoba saknes cementu un periodonta saites.

Periodontālā kabata
Smagana
Emaljas-
cimenta robeža
Periodonta saites
Alveolārais kauls
Cements



Šī destrukcija jeb audu sabrukšana ir neatgriezeniska un noved pie slimības tālākas progresēšanas, jo izveidojas telpa zem smaganas, ko sauc par periodontālu kabatu. Šī kabata kalpo par vietu, kur uzkrājas vēl lielāks baktēriju daudzums, tādējādi apdraudot zoba eksistenci un visa organisma iekšējo sistēmu integritāti.

GINGIVĪTS

Virspusējs iekaisums smaganās. Galvenā pazīme ir smaganu asiņošana (nav izteikta smēķētājiem). Ja to atbilstoši neārstē, var pāriet periodontītā.

PERIODONTĪTS

Dziļš iekaisums smaganās un pārējos zoba balstaudos. Tas var novest pie zoba zaudējuma. Var skart arī vispārējo veselību: paaugstināts kardiovaskulāro slimību, hroniskas nieru slimības, reimatoīdā artrīta un cukura diabēta risks.



EFP partners:



5

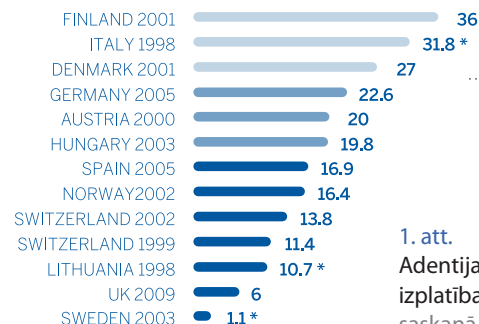


PERIODONTA SASLIMŠANAS EIROPĀ



PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

Nesenā statistika un epidemioloģiskie pētījumi par periodonta saslimšanām (skaitļi grafikos) norāda, ka visveselākās Eiropas valstis pēc zaudēto zobu skaita un vidēju un dziļu periodontālo kabatu izplatības rādītājiem ir Apvienotā Karaliste (UK), Spānija, Zviedrija un Šveice. Iepriecinoši ir dati, kas apstiprina zobu higiēnistu lomu valstīs, kurās attiecīgs medicīniski tiesiskais regulējums atļauj un veicina viņu iesaistīšanu efektīvā periodontālajā aprūpē. Neskatoties uz to, dažās valstīs zobu higiēnistiem nav atļauts praktizēt.



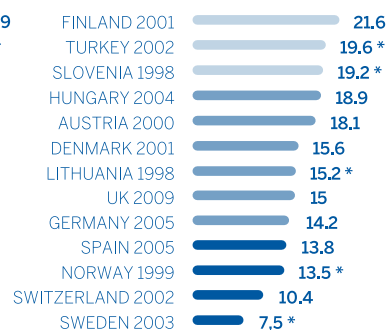
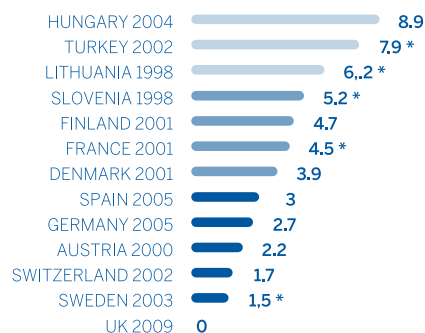
* Regional study.

1. att.

Adentijas (pilnīgs zobu zaudējums) izplatība 65–74-g. vecumgrupā Eiropā saskaņā ar valstu nacionāliem un reģionāliem pētījumiem. Smaguma pakāpe attēlota dažādos toņos - jo tumšāka krāsa, jo mazāka izplatība.

2 (a) un 2 (b) att.

Zaudēto zobu skaits 35-44 g.v. un 65-74 g.v. grupās Eiropā saskaņā ar valstu nacionāliem un reģionāliem pētījumiem. Smaguma pakāpe attēlota dažādos toņos - jo tumšāka krāsa, jo mazāks zaudēto zobu skaits.



EFPpartners:





PERIODONTA SASLIMŠANAS EIROPĀ



Periodonta veselība
labākai dzīvei

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

Nepietiekami epidemioloģiskie dati par periodontālās aprūpes pieejamību un panākumiem Eiropā nozīmē, ka nepieciešams veikt nacionāla līmeņa reprezentatīvus pētījumus pēc vienota modeļa.

Pasaules apvienotajā konferencē, ko Čikāgā 2017.gadā organizēja European Federation of Periodontology (EFP) un American Academy of Periodontology (AAP) izstrādāja periodontālo saslimšanu diagnostikas kritērijus, lai veicinātu pēc iespējas lielāku vienveidību datu ievākšanā visā pasaulē. Globāls pētījums par slimības nastu veselības sistēmai sadarbībā ar Pasaules Veselības Organizāciju (WHO) atklāja Periodontīta izplatību tā smagākajā formā >11% populācijā.

Kassebaum et al 2014. Global Burden of Severe Periodontitis in 1990-2010: A Systematic Review and Metaregression J Dent Res 93(11):1045-1053, 2014.

Izcils pētījums, ko König, Holtfreter un Kocher publicēja žurnālā "European Journal of Dental Education", tiek uzskatīts par autoritatīvo Eiropas periodontālo

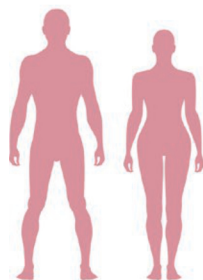
datu avotu un šajā dosjē iekļauti dati no šīs publikācijas, papildinot ar 2009 gada datiem par Apvienoto Karalisti (UK), izņemot Skotiju.

Kamēr minētajā pētījumā secināts, ka optimāla profilakse un ārstēšanas stratēģijas Eiropas periodontoloģijā tiks spēcīnātas ar "salīdzināmākiem un reprezentatīvākiem datiem", tikmēr specialitātē ir virziens, kas palielinās tās nozīmi vispārējās veselības aprūpē, turpinot zinātnisko izpēti par periodontālās veselības saistību ar dzīvību apdraudošām slimībām. Pēc vairāku gadu desmitu darba šajā jomā zinātnieki virzās arvien tuvāk vienprātībai un nostiprina pierādījumus tam, ka periodontālās aprūpes esamība var ne tikai palīdzēt diagnosticēt tādus veselības stāvokļus kā cukura diabēts un kardiovaskulārās saslimšanas, bet arī veicināt to kontroli.

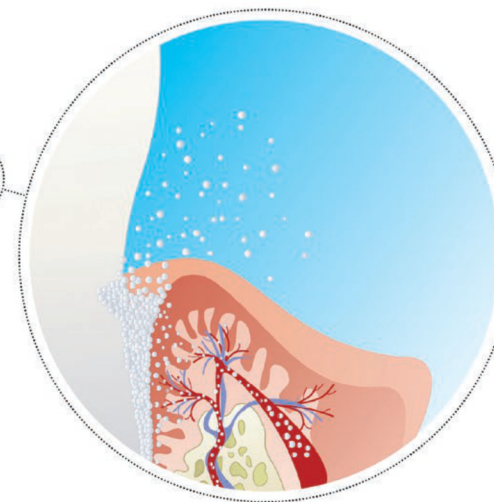


EFPpartners:

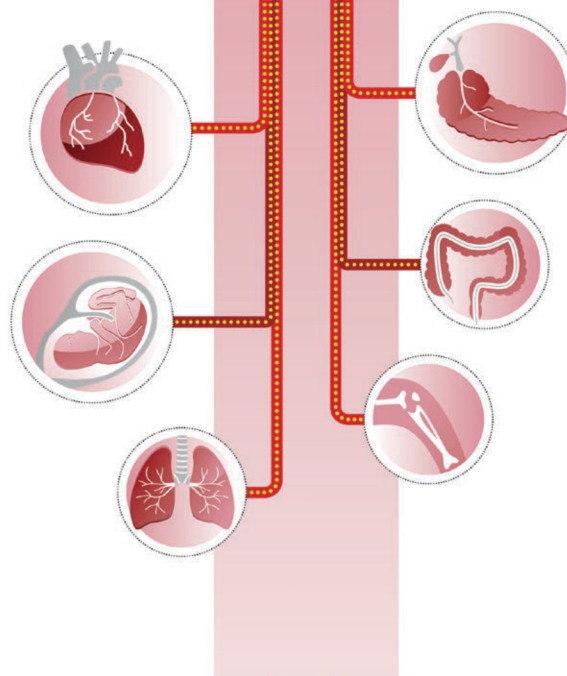




PERIODONTA
SLIMĪBU
DOSJĒ



Periodonta veselība
labākai dzīvei



PERIODONTĪTS VAR IETEKMĒT GAN
MUTES DOBUMU (VARI ZAUDĒT
ZOBUS), GAN VISU ORGANISMU
KOPUMĀ (KARDIOVASKULĀRĀS
SLIMĪBAS, PRIEKŠLAICĪGAS DZEMDĪBAS,
CUKURA DIABĒTA KONTROLE UN
KOMPLIKĀCIJAS)



EFPpartners:

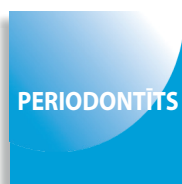




PERIODONTA SASLIMŠANU IZRAISĪTĀS SEKAS

Periodonta veselība
labākai dzīvei

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ



Periodontīts var izraisīt divu veidu sekas:
lokālā līmenī (mutes dobumā) un
sistēmiskā līmenī (visā organismā).

Lokālā līmenī visnopietnākās sekas ir zoba
zaudējums un tam ir gan estētiska, gan
funkcionāla nozīme, piemēram, tiek
ietekmēta runas un košļāšanas funkcija.
Tas izraisa arī smaganu asiņošanu,
nepatikamu elpu, smaganu atkāpšanos,
zobu kustīgumu, sāpes (visbiežāk gan
norīt bez sāpēm).

Pārējā ķermenī - milzīgā baktēriju
daudzuma klātbūtne zem smaganām
nozīmē, ka šīs baktērijas var nonākt
asinsritē un ietekmēt citas ķermeņa daļas
(tieši vai netieši, izraisot sistēmisku
iekaisumu). Tas var paaugstināt risku
saslimt ar kardiovaskulārām slimībām,
hronisku nieru slimību un reimatoīdo
artrītu, kā arī apgrūtināt cukura diabēta
kontroli un veicināt tā komplikācijas.



Riska faktori

- nepietiekama zobu
tīrīšana (slikta mutes
dobuma higiēna)
- Smēķēšana
- Stress
- Vispārēja slimība
vai novājināta
imunitāte: vāji
kontrolēts cukura
diabēts, osteoporoze,
HIV, Herpes infekcija,
orgānu transplantāts,
utt.
- Hormonālas izmaiņas:
grūtniecība,
menopauze
- Reti medicīniskie
stāvokļi un ar tiem
saistītu medikamentu
lietošana
- Periodontīta
anamnēze ģimenē
- Imūnsistēmas
novecošanās



EFP partners:





PERIODONTĀLO SASLIMŠANU CĒLOŅI

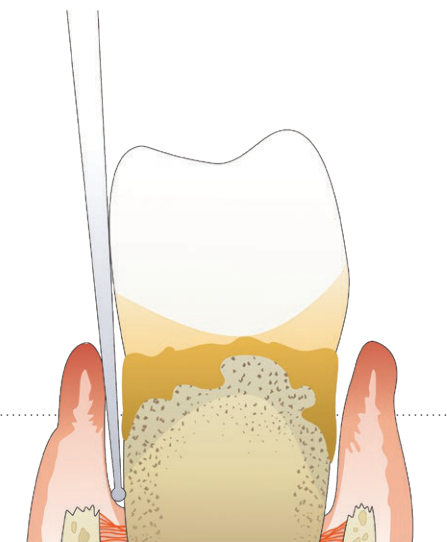
PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ



Periodontālās saslimšanas ir kompleksas, vairāku cēloņu izraisītas slimības. To ierosinātājs ir baktērijas, kuras nokļūst smaganu rievā. Baktēriju uzkrāšanās aplikuma veidā (sauc arī par bakteriālo biofilmu) zem smaganām noved pie apkārtējo audu iekaisuma, piem., gingivīta (smaganu iekaisums). Kamēr vien uz zoba virsmas atrodas šī biofilma, tikmēr kaut kādā apjomā norisinās arī gingivīts. Ja šī biofilma netiek noņemta, tā var aizsākt imūno atbildi un iekaisuma reakciju, kas, savukārt, uzņēmīgiem indivīdiem var izraisīt periodontītu. Tieši imūnā atbilde un iekaisuma reakcija izraisa lielāko audu bojājumu, kas izpaužas kā periodontīts.

Lai periodontīts progresētu, vienlaicīgi jāsakrīt vairāku faktoru klātbūtnei:

- Patogēnas (slimību izraisošas) baktērijas biofilmas sastāvā.
- Nepietiekami mutes dobuma higiēnas paradumi un profesionālās aprūpes trūkums.
- Indivīdam ir ģenētiski noteikta uzņēmība.
- Nelīdzena zobu rinda vai defektīvas restaurācijas, kas veicina biofilmas uzkrāšanos lokāli.
- Stress, alkohola lietošana, aptaukošanās un smēķēšana.
- Tādu vispārējo saslimšanu klātbūtne kā cukura diabēts, osteoporoze vai biežas vīrusu infekcijas arī var ieņemt nozīmīgu lomu periodontīta progresēšanā.
- Noteikti medikamenti var izraisīt smaganu apjoma palielināšanos vai ierosināt iekaisuma reakciju smaganu audos.



KAD ZOBU APLIKUMS UZKRĀJAS ZEM SMAGANĀM, RODAS GINGIVĪTS. TOMĒR, LAI GINGIVĪTS PROGRESĒTU PERIODONTĪTĀ, JĀBŪT KLĀTESOŠIEM ARĪ VAIRĀKIEM CITIEM FAKTORIEM: ĢENĒTISKIEM, VIDES FAKTORIEM, MEDIKAMENTIEM, LOKĀLIEM FAKTORIEM, NEPIETIEKAMAI MUTES DOBUMA HIGIĒNAI...

EFPpartners:



SUNSTAR



10



PERIODONTA SASLIMŠANU DIAGNOSTIKA



PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

Periodonta saslimšanas parasti neizraisa sāpes vai izteiktu diskomfortu. Visbiežākais simptoms ir smaganu asiņošana spontāni vai zobu tīrīšanas laikā. Smēķētājiem šī pazīme ir mazāk izteikta. Asiņošana parasti izpaužas kā sarkanas (asiņainas) siekalas, izspļaujot zobu pastu pēc zobu tīrīšanas. Citi iespējamie simptomi ir strutu izdalīšanās gar smaganu malu, nepatīkama garša mutē vai nepatīkama elpa, smaganu apsārtums, smaganu atkāpšanās (zobi sāk izskatīties garāki), spraugu veidošanās starp zobiem vai zoba pozīcijas izmaiņas, paaugstināts zobu jutīgums uz temperatūras izmaiņām (biežāk uz aukstu), sāpes, zoba kustīgums.*

Pareizu slimības diagnozi var noteikt tikai zobārsts vai periodontologs (zobārsts, kurš īpaši specializējies smaganu slimību ārstēšanā).

Ar īpaša mērinstrumenta (zondes) palīdzību tiek veikta izmeklēšana, lai noteiktu vai periodonta audu iekaisums ir virspusējs (tikai smaganās) vai arī tas ir izplatījies dziļāk un jau noticis balstaudu zudums (periodontīts). Lai apstiprinātu izmeklēšanas datus, var būt nepieciešams veikt rentgena uzņēmumus.

Bridinošie signāli

- Smaganu asiņošana un/ vai apsārtums
- Sarkanās vai asiņainas siekalas
- Nepatīkama elpa
- Izteikts zobu jutīgums
- Zoba kustīgums
- Zoba pārvietošanās
- Zoba izkrišana



* Noskatieties EFP filmu "The Sound of Periodontitis", kas pieejama šeit: <http://www.efp.org/patients/sound-of-periodontitis.html>

EFPpartners:



SUNSTAR



11



PERIODONTA SASLIMŠANU PROFILAKSE

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

Vislabākais veids kā izvairīties no periodontīta ir uzturēt korektu mutes dobuma higiēnu ikdienā, kontrolējot bakteriālās biofilmas (zobu aplikuma) daudzumu un veikt regulāras smaganu veselības pārbaudes. Īpaši uzņēmīgiem pacientiem periodontīts var rasties arī neskatoties uz korektu mutes dobuma higiēnu. Personīgā mutes higiēna jāpapildina ar regulāriem zobārsta, periodontologa vai zobu higiēnista apmeklējumiem, lai savlaicīgi diagnosticētu jebkuru radušos saslimšanu.

Ir divas metodes bakteriālās biofilmas (zobu aplikuma) kontrolēšanai mutes dobumā:

- Mehāniskās metodes. Tās ietver zobu tīrīšanu ar parastu manuālu vai elektrisku zobu birsti un speciālu starpzobu birstīšu lietošanu.
- Ķīmiskās metodes. Skalošana ar mutes skalojamiem līdzekļiem un zobu pastu, gelu, izsmidzināmu līdzekļu un antiseptisku produktu lietošanu papildus mehāniskajām aplikuma kontroles metodēm.

PROFILAKSES PAMATĀ IR ZOBU APLIKUMA KONTROLE, LAI NEPIEĻAUTU TĀ UZKRĀŠANOS ZEM SMAGANĀM. TĀS PADARA ZOBU UN ZOBSTARPU TĪRĪŠANU PAR ABSOLŪTU NEPIECIEŠAMĪBU. TĀPAT ARĪ REGULĀRAS PĀRBAUDES IR SMAGANU VESELĪBAS UZTURĒŠANAS PAMATĀ.

Periodonta veselība
labākai dzīvei

Pareiza mutes dobuma higiēna jāveic pēc katras ēdienreizes. Nepieciešams veikt arī regulāras pārbaudes pie zobārsta vai periodontologa, lai novērtētu smaganu veselības stāvokli un savlaicīgi varētu novērst jebkādu radušos problēmu. Agrīna periodonta saslimšanu konstatēšana atvieglo to ārstēšanu un būtiski palielina zobu saglabāšanas iespējas.

Periodonta un periimplanta saslimšanu profilakses vadlīnijas pieejamas šeit: <http://www.efp.org/perioworkshop/workshop-2014/guidelines.html>.

Secinājumi un ziņojumi no "Perio Workshop 2014" atrodami šeit: <http://www.efp.org/perioworkshop/workshop-2014/conclusions.html>

* See the EFP-produced film The Sound of Periodontitis, available here: <http://www.efp.org/patients/sound-of-periodontitis.html>

EFPpartners:



SUNSTAR



12



PERIODONTA SLIMĪBU ĀRSTĒŠANA

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

Gingivīta gadījumā jānotīra uzkrājušās baktēriju nogulsnes. To dara, likvidējot zobu aplikumu un zobakmeni, kas ir mineralizēts bakteriālais aplikums. Šo ārstēšanu, kas pazīstama kā profesionāla mutes dobuma profilakse jeb higiēna (virssmaganu aplikuma un zobakmens noņemšana), veic mutes dobuma speciālists - zobu higiēnists, zobārsts vai periodontologs. Turklāt, speciālistam jāizskaidro kā ikdienā pareizi kopt mutes dobumu un uzturēt to tīru, lai novērstu gingivīta atkārtošanos.

Periodontīta ārstēšana notiek divos etapos. Pirmajā etapā, ko sauc arī par pamata ārstēšanas etapu, veic periodontālo kabatu attīrīšanu no baktērijām, notīrot un nogludinot zoba saknes virsmu (sauc arī par konvencionālo periodontālo terapiju, neķirurģisko periodontālo terapiju, dziļo tīrīšanu), ar mērķi attīrīt zobu sakņu virsmu no baktērijām, aplikuma un zobakmens.

Ļoti retos specifiskos gadījumos kā papildterapija var tikt nozīmētas antibiotikas, bet citādi no to lietošanas būtu jāizvairās.

Runājot par strauji progresējošām vai smagām periodontīta formām, var būt nepieciešams otrs ārstēšanas etaps, kas nozīmē pieejas izveidošanu dziļām periodontālām kabatām. Šo etapu sauc par periodontālo ķirurģiju. Reizēm periodontālā ķirurģija ietver arī lokālu periodonta reģeneratīvo (atjaunošanas) tehniku pielietošanu.

Beidzoties aktīvai ārstēšanai, slimība joprojām stingri jākontrolē. Šeit sākas uzturošās ārstēšanas etaps, tas ir būtisks periodontālās ārstēšanas pamats un vienīgais veids kā panākt periodontīta kontroli ilgtermiņā.



Vienkārša ārstēšana

- Ikdienas higiēnas uzlabošana, specifisku riska faktoru korekcija.
- Bakteriālā aplikuma dziļa tīrīšana.
- Periodonta veselības izvērtēšana.
- Aplikuma un baktēriju kontrole zem smaganām (saknes virsmas attīrīšana, nogludināšana).
- Smagākos gadījumos - neliela ķirurģiska iejaukšanās.



EFPpartners:





PERIODONTA SLIMĪBU ĀRSTĒŠANA

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

Ar pamata ārstēšanas un ķirurģiskās ārstēšanas etapu palīdzību iespējams ļoti efektīvi veikt iekaisuma un baktēriju kontroli un atveseļot periodontu. Tomēr baktērijām piemīt īpašība atkārtoti kolonizēt periodontālās kabatas no citām nišām mutes dobumā, tādējādi dažu mēnešu laikā slimība atgriežas, ja netiek veikti atbilstoši profilaktiski pasākumi.

Katrā uzturošās terapijas vizītē periodontologs, zobārsts vai zobu higiēnists veiks secīgas darbības pēc sekojoša protokola: izvērtēs katra zoba klinisko situāciju, novērtēs mutes dobuma kopējo veselības stāvokli, analizēs zobu aplikuma daudzumu, veiks bakteriolā aplikuma un zobakmens noņemšanu attiecīgajās mutes dobuma vietās, kur tas būs nepieciešams. Ļoti būtiski uzsvērt, ka periodontālā uzturošā terapija nav tas pats, kas profesionālā mutes dobuma profilakse jeb higiēna, bet gan individualizēta medicīniska ārstēšana, kas pielāgota katra pacienta individuālām vajadzībām.

Uzturošās terapijas apmeklējumu biežums ir individuāls, bet kopumā tas nozīmē atkārtotas vizītes ik pēc trīs, četriem vai sešiem mēnešiem. To nosaka, analizējot katra pacienta individuālos riskus un vajadzības.

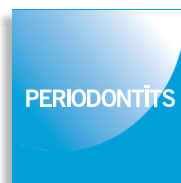
GINGIVĪTS IR VIENKĀRŠĀRSTĒJAMS AR PROFESIONĀLU MUTES DOBUMA HIGIĒNU UN PAREIZU IKDIENAS KOPŠANAS REŽĪMU.

PERIODONTĪTA ĀRSTĒŠANAI NEPIECIEŠAMI VAIRĀKI POSMI, KAM SEKO UZTUROŠĀ TERAPIJA VISA MŪZA GARUMĀ



— PROFESIONĀLA
PROFILAKSE
VAI TĪRĪŠANA

+ UZTUROŠĀ
TERAPIJA



ZOBAKMENS
NOŅEMŠANA UN
SAKNES VIRSMAS
ATTĪRĪŠANA

+ PERIODONTA
ĶIRURĢIJA

+ UZTUROŠĀ
TERAPIJA

ZOBAKMENS
NOŅEMŠANA UN
SAKNES VIRSMAS
ATTĪRĪŠANA

+ UZTUROŠĀ
TERAPIJA



EFPpartners:



14



Rūpējies par savām smaganām

PERIODONTA SLIMĪBU DOSJĒ

2 līdz 3 reizes dienā:



1 Notīri zobus un smaganas ar zobu birsti un zobu pastu



2 Lieto speciālās starpzobu birstītes katru dienu. Izmanto zobu diegu, ja šīs birstītes neder, bet tas ir mazāk efektīvs



3 Ja nepieciešams, skalo muti ar atbilstoši nozīmētu mutes skalojamo līdzekli

Katrus 3 mēnešus:



4 Nomaini zobu birsti

1-2 reizes gadā:



5 Apmeklē savu zobārstu vai periodontologu un veic smaganu veselības pārbaudi

Apmeklē zobu higiēnistu un veic profesionālu profilaksi un zobu tīrīšanu, un saņem detalizētu apmācību par sava mutes dobuma kopšanu*



*Tas ir īpaši svarīgi periodonta saslimšanu profilaksei un lai novērstu slimības atkārtanos.

EFPpartners:



15



LATVIJAS
PERIODONTOLOGU
ASOCIĀCIJA

gumhealthday.efp.org

#GumHealthDay

periodontologija.lv

#SmaganuVeselībasDiena

Full-member national societies



Associate-member national societies



International associate-member national societies

