

Ismerje fel a szájbetegségeket

A Bakteriális plakk egy fehéres-sárgás, puha állagú anyag, amely a szájüreg kemény felületein rakódik le. Ez savakat kibocsátó baktériumokat tartalmaz, amely megtámadja a fogzománcot.

A fogkő egy fogfelülethez tapadó ásványi-szerves lerakódás, amelyet a bakteriális plakk ásványosítása okoz

A fogszuvasodás egy baktériumok okozta savasság által létrejött fokzománc-károsodás által jellemezhető megbetegedés.

A jó szájápolás a bakteriális plakk naponta történő eltávolítását feltételezi és megakadályozza a fogkő és fogszuvasodások megjelenését.

Fogszuvasodása lehet, ha a következő jelek egyikét észleli:

- ✓ Rossz lehelet (szájszag)
- ✓ Fogérzékenység a forró, hideg vagy édes élelmiszerekre és folyadékokra
- ✓ Fogfájás
- ✓ A fog elszíneződése
- ✓ Rossz érzés vagy fájdalom a rágási folyamat során
- ✓ Látható üregek megjelenése a fogak szintjén

Ismerje fel a szájbetegségeket

A fogínygyulladás egy gyulladás az ínyek szintjén, melyeket általában egy bakteriális fertőzés okoz.

Parodontosis (fogágy-betegség) egy ki nem kezelt fogínygyulladás, amely fertőzéssé nőtte ki magát és károsíthatja az íny és csont szöveteit.

A fogínygyulladás és a parodontosis a fogak elvesztésének fő okai a felnőttek esetében.

A fogágy-betegség okozta károsodások visszafordíthatatlanok és állandóak.

A fogágy-betegségnek olyan súlyos következményei lehetnek, mint például rágási-, beszédproblémák és a fogak elvesztése, ami óriási hatással van a jólétre és életminőségre.

Fogíny-betegségekből szenvedhet, ha a következő jelek egyikét észleli:

- ✓ Piros és gyulladt, enyhén vérző fogínyek
- ✓ Fogaktól eltávolodott fogínyek
- ✓ Rossz lehelet
- ✓ Genny a fogak és fogínyek között
- ✓ Kieső vagy mozgó fogak

A szájüreg betegségeinek kockázati tényezői

A HIÁNYOS SZÁJÁPOLÁS és a fogorvos időszakos felkeresésének hiánya fogíny-betegségekkal és fogszuvasodásokkal társul. A cukorban és zsírokban gazdag és rostokban, vitaminokban és esszenciális ásványi anyagokban szegény **ÉTREND** fogszuvasodásokkal és a fogak korai elvesztésével társul.

A DOHÁNYZÁS számos megbetegedéssel járhat, beleértve a száj-garat rákot, a fogak körüli és a szájüreg más szöveteinek betegségeit, a fogak elvesztését.

A TÚLZOTT ALKOHOLFOGYASZTÁS növeli a szájüreg-rák megjelentetésének kockázatát. Az alkohol egy fontos kockázati tényező számos társadalmi és fizikai bántalmazási problémát illetően, amely gyakran az arccsontok vagy fogak töréséhez vezet.



Tegyen egy változást a jó irányba!

Mondjon le ezekről a szokásokról annak érdekében, hogy egészséges fogazata legyen!

Egy jobb szájhigiéna érdekében:

✓ Egyenként két percig, naponta kétszer mosson fogat, puha keféjű fogkrémet használva

✓ Használjon fluoros fogkrémet

✓ Naponta egyszer használjon fogselymet a megmaradt ételmaradékok és bakteriális plakk eltávolítása érdekében

✓ Öblítse ki a száját szájvízzel vagy rágjon cukormentes rágót az étkezés vagy falatozás után, ha nincs lehetősége azonnal fogat mosni

✓ Válasszon egy rostokban gazdag étrendet, csökkentse a cukorban gazdag élelmiszerek és üdítők fogyasztását

✓ Hagyja abba a dohányzást és az alkoholfogyasztást

✓ Évente kétszer keresse fel a fogorvost szakvizsgálat érdekében



AZ EGÉSZSÉGÜGYI MINISZTERIUM EGÉSZSÉGÉRTÉKELÉSI ÉS
NÉPSZERŰSÍTÉSI ÉS EGÉSZSÉGNEVELÉSI ALPROGRAMJA
KERETÉBEN MEGVALÓSÍTOTT ANYAG – INGYENES
SZÉTOSZTÁSRA -



ORSZÁGOS KÖZEGÉSZSÉGÜGYI INTÉZET



EGÉSZSÉGINFÖRGAZGATÁS



ORVOSI KUTATÁSOK ÉS ELMÉLETI MUNKÁK



DS-1 ASI

KÖZEGÉSZSÉGÜGYI IGAZGATÓSÁG REGIONÁLIS KÖZPONTJA JÁSZVÁSÁR

AZ EGÉSZSÉGES SZÁJ VILÁGNAPJA

„MONDD ÁÁÁÁ! TEGYÉL
MOST SZÁJAD
EGÉSZSÉGÉÉRT!”



2019. március 20.