

DİŞ ƏTİ XƏSTƏLİKLƏRİ VƏ DİŞLƏRİN KARIYESİ

Tibb mütəxəssisləri üçün tövsiyyələr



Avropa Parodontologiya Federasiyası (EFP) və Avropa Kariyes Tədqiqat Təşkilatı (ORCA) tərəfindən **2016-cı ildə birgə keçirilən Avropa Parodontologiya Qurultayında** dişlərin kariyesi və parodont xəstəlikləri arasındakı vacib məqamlarının konsensus hesabatı.

Prof Mariano Sanz, Prof Søren Jepsen, Prof Iain Chapple və Prof Maurizio Tonetti-nin başçılıq etdiyi işçi qrupların konsensus hesabatlarının vacib məqamları **Prof Nicola West** tərəfindən tərtib edilmişdir.

Bu lahiyə **Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyətinin İdarə Heyəti üzvləri Dos Cavid Əhmədbəyli, Dos Rəhim Qarayev və Dr Hanife Musayeva** tərəfindən 2019-cu ildə Azərbaycan dilinə tərcümə olunaraq tərtib edilmişdir.



Perio
Work
shop



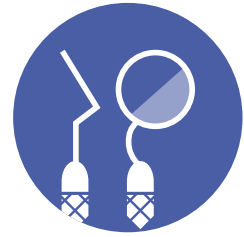
Diş eti xəstəlikləri və dişlərin kariyesi geniş yayılmış ağız boşluğu patologiyalarıdır.



Diş eti xəstəlikləri və dişlərin kariyesi bütün dünyada əsas ictimai sağlamlıq problemi olaraq qalır.



Ağır formalı parodontit yetkin insanlarda diş itkisinin əsas səbəbidir.



Müalicə olunmayan kariyes və parodontit kəskin nəticələr verərək diş itkisinə səbəb ola bilər.

Perio & Caries

Diş eti xəstəliklərinin və kariyesin qarşısını almaq mümkündür.

10%

Dünya əhalisinin 10%-i, yəni 743 milyon nəfər, ağır formalı parodontitdən əziyyət çəkir.



Dünyada hər 3 nəfərdən 1-i kariyəsə məruz qalır.

6

Ağır formalı parodontit bütün dünyada ən çox yayılmış 6-cı xəstəlikdir.

Saytları ziyarət edin:

perioandcaries.efp.org
www.perio.az/periokaries

Dişlərə **ömür boyu** ehtiyac var

Parodont xəstəlikləri və dişlərin kariyesi insanlar arasında ən geniş yayılmış geyri-infeksion xəstəliklər və diş itkisinin əsas səbəbləridir. Hər iki xəstəlik qidalanma problemlərinə, eləcə də özünə inam və həyat keyfiyyətinə mənfi təsir göstərə bilər.

Diş ərpi hər iki xəstəliyin yaranması üçün əsas amillərdən biridir.

Hər iki xəstəliyin qarşısının alınması və müalicəsi üçün nəzərə alınması vacib olan ümumi risk amillər və göstəricilər onların hər ikisi üçün ortaqdır.

Ən son elmi müzakirələr nəticəsində məlum olmuşdur ki, flüoridli diş məcunundan istifadə etməklə həyata keçirilən gündəlik ağız boşluğu gigiyenasına əsaslanan profilaktik tədbirlər həm parodont xəstəlikləri, həm də kariyes üçün eyni dərəcədə effektivdir.

Dünyada əhalinin sayının artması və dişlərin ağız boşluğunda uzun müddət qalması ilə əlaqədar olaraq diş kariyesi və parodont xəstəliklərdən əziyyət çəkən insanların da sayının artması müşahidə olunur. Bununla xəstəliyin bütün dünyada, xüsusilə də yaşlılar arasında yayılması da artır.

Günümüzdə həm parodont xəstəlikləri, həm də kariyesin effektiv profilaktikası və müalicə üsulları mövcuddur. Tibb mütəxəssisləri qrupu bu xəstəliklər haqqında daha çox məlumat almalı, risk amilləri (məs. siqaret), qoruyucu amillər (məs., kariyesin profilaktikası məqsədilə flüoridli diş məcunundan istifadə, parodont xəstəlikləri zamanı ağız boşluğunun mükəmməl gigiyenası) və patoloji amillər arasındakı mövcud balansı qavramalıdır.

*Bu qrupa, xüsusən, **pediatrlar, ümumi terapevtlər, geriontoloqlar**; onkoloji klinikalar və geriontoloji müəssisələrdə və ictimai əsaslarla xidmət göstərən **tibb bacıları**; ağız suyunun quruması və dərman preparatlarına əlavə edilən təhlükəli şəkərlə əlaqədar olan diş çürüməsi, eləcə də parodont xəstəlikləri zamanı siqaretin tərgidilməsinin vacibliyini anlatan **əczaçılar**; pəhriz və qidalanma ilə məşğul olan **diyetoloqlar; dayələr və mamaçılar** aiddir.*

Dişlərə ömür boyu ehtiyac var. Xəstələrinizi bu sahədə maarifləndirməyə dəstək olun!

Diş əti xəstəlikləri və dişlərin kariyesi üçün tövsiyyələr

Parodont xəstəlikləri

Parodont xəstəlikləri mikrob mənşəli iltihabi xəstəliklərdir. Parodont xəstəliklərinin bir neçə müxtəlif forması mövcuddur. Bunlardan ən geniş yayılanlar gingivit və parodontitdir. Gingivit də öz növbəsində, parodontitin yaranmasına zəmin yaradan xəstəlikdir. Buna baxmayaraq, bütün gingivit halları parodontitlə nəticələnir. Belə ki, gingivitin müalicəsi parodontitin qarşısının alınmasının ilkin vacib məqamıdır. Müalicə olunmayan parodontit diş itkisi ilə nəticələnmə bilər.

Daha kəskin formalarında parodontit qeyri ixtiyari yüksək ölüm riski ilə assosiasiya olunur. Belə ki, parodontit zamanı aterosogen ürək-damar xəstəlikləri riskinin yüksəlməsi, diabetin nəzarətdə saxlanılmasının çətinləşməsi və bununla bağlı risklərin artması tədqiqatlarla sübut olunub.

Parodontit insanların ağız boşluğu təmizliyinə riayət etmədiyinin mütləq göstəricisi deyil. Xəstəliyə qarşı həssaslıq müxtəlifdir: həssaslığı yüksək olan pasientlər ağız boşluğu gigiyenasına riayət etdikləri halda da bu xəstəliyə məruz qala bilərlər.

Parodontit riskində irsi xüsusiyyətlərin rolu böyük olsa da, həyat tərz, ətraf mühit amilləri və vərdislər xəstəliyin əmələ gəlməsi və inkişafına güclü təsir göstərir.

Parodontit hətta dişlərin ömürlük saxlanması ilə müalicə olunur; lakin, erkən diaqnostika çox vacibdir və xəstəlik yeniyetməlik və erkən gənclik yaşlarında da özünü göstərə bilər.

Diş ətlərinin qanaması normal sayılır. Nə tüpürcəkdə, nə də diş fırçasında qanın görünməsi normal hal deyil. Bu halda daha sonrakı müayinələr və müalicə üçün stomatoloqa müraciət etmək vacibdir.

Baxmayaraq ki, parodontit yoluxucu-infeksion xəstəlik deyil, ağız boşluğunda əmələ gələn bakteriyalar fərdlər arasında yayıla bilər. Bu bakteriyalar xəstəliyə həssas şəxsə keçərsə, onun immuniteti zəifləyərək ilkin parodontit əlamətləri ilə nəticələnmə bilər.

Parodontit qida çatışmamazlığı və ya pasientin gizli və xroniki qeyri-yoluxucu xəstəliyi (məsələn, aşkarlanmamış şəkərli diabet) olduğunun göstəricisi kimi ehtimal oluna bilər. Bu halda stomatoloğun məsləhəti mütləq vacibdir.

✓ Diş əti qanaması, ağızda pis qoxu, diş itkisi və ya dişlər arasında boşluqlar **müşahidə olunan pasientin** müayinə, diaqnostika və məsləhət alması üçün **stomatoloqa müraciət etməsi labüddür.**

✓ Parodont xəstəliyinin əlaməti olan **hər bir pasientə,** stomatoloqların məsləhət gördüyü kimi, gündə ən az bir dəfə diş aralarının təmizləməsi məsləhət görülməlidir.

✓ **Əmin olun ki, pasientdə diş əti xəstəliyinin digər sistem xəstəliklərlə əlaqədar ola biləcəyini** və ağız boşluğunun insan orqanizminin ayrılmaz vacib bir hissəsi olduğunu **dərk etməlidir.**

✓ Pasientləri düzgün ağız boşluğu profilaktikasını həyata keçirilməsi istiqamətində **məlumatlandırın, motivasiya edin və dəstəkləyin.**

✓ **Ev şəraitinə məhkum olunmuş insanların qayğısına qalan personalin** ev şəraitində fərdi ağız boşluğu gigiyenasına əməl olunması **aşılmalıdır.**

✓ **Siqaretin tərgidilməsi tövsiyyə olunmalıdır.**



Kariyes

Kariyes diş ərpi ilə müşayiət olunan, şəkərli qidaların səbəb olduğu, çox amilli və zamanla dişlərin sərt toxumasının deminerallaşmasına gətirib çıxaran dinamik xəstəlikdir.

Fərdlərdə və qruplarda kariyes riski çox yüksəkdir; kariyes xəstəliyi zamanı müxtəlif dərəcəli və ölçülü zədələnmələr əmələ gəlir; hər bir mərhələ aktiv və ya qeyri-aktiv ola bilər.

Həyat tərzinin dəyişməsi, qidalanma və pis vərdişlər kimi amillər yeni xəstəliyin yaranmasına və ya ilkin mərhələdə nəzarət altına alınmış əvvəlki zədələnmələrin aktivləşməsinə səbəb ola bilər.

Bütün patoloji amillərin minimuma endirilməsi, qidalanma və şəxsi gigiyena, o cümlədən, dişlərin flüorid tərkibli məacınlar ilə düzgün fırçalanması kimi müxtəlif yönlü yanaşmalar xəstəliyin geniş miqyasda yayılmasının qarşısını ala bilər.

Piyələnmə, hiposalivasiya, hamiləlik zamanı ananın siqaret çəkməsi kimi kariyeslə əlaqədar **ümumi risk amillərindən əlavə**, sistem xəstəlikləri ilə spesifik genetik amillərin də arasında müəyyən əlaqənin olması haqqında elmi tədqiqatlar mövcuddur.

✓ **Həkim tərəfindən təyin olunan dərmanlar ağız suyunun həcmnin azalması təsirinə malik olmamalıdır.**

✓ **Pasiyentlərə sərbəst şəkər qəbulunun azaldılması tövsiyə və təşviq olunmalıdır.**

✓ **Məktəblərdə şagirdlərə verilən qida və içkilərin ən son tibbi təlimatlara uyğun olmalıdır.**

✓ **Məktəbəqədər və məktəbli uşaqlara emal olunmuş qidaların verilməməsi təşviq olunmalıdır.**

✓ **Tərkibində flüorid olan diş məacınları tövsiyə olunmalıdır.**

Sağlam dişləri ömürlük qoruyub saxlamağın üstünlükləri:



rahat çeynəməyə,
yeməyə, danışmağa
və gülümsəməyə
imkan verir



ümumi
sağlamlıq
problemlərinin
yaranma riskini
azaldır



həyat
keyfiyyətini
artırır



sağlamlığınız
üçün daha az
büdcə ayırmağa
imkan verir.

Həm kariyes, həm də parodont xəstəliklərinin qarşısını almaq mümkündür.

- **Profilaktik tədbirlər** ahıl yaşlara qədər təbii dişlərin və diş sırasının saxlanmasına yönəldilməlidir.
- **Kariyes və parodont** xəstəliklərinin aradan qaldırılmasının **sistem xəstəliklərinin** qarşısının alınması istiqamətində vacib məqam olduğu başa salınmalıdır.
- Diş kariyesi və parodont xəstəlikləri müxtəlif patoloji mexanizmlərə malik olan **fərqli xəstəliklərdir**, lakin **əsas yaranma səbəbləri ortaqdır** – diş ərpi.
- **Əsas risk amilləri** (məs. siqaret), **qoruyucu amillər** (məs., kariyes zamanı flüorlu diş məcunlarından istifadə, parodont xəstəlikləri zamanı yüksək səviyyədə ağız boşluğu gigiyenası) və **patoloji amillər** arasındakı **mövcud balans** nəzərə alınmalıdır.
- Epidemioloji tədqiqatlar və risk amili tendensiyalarının analizi göstərir ki, yaşlı əhali daha çox təbii dişlərə sahib olduqları üçün kariyes və parodont xəstəliklərinin **yayılma dərəcəsi artmağa meyllidir**.
- **Ahıl yaşlarda funksional diş sırasının** saxlanması mümkündür və bu həyat keyfiyyətinin artırılması və pis vərdislərdən imtina etməklə bağlıdır.
- Ağız boşluğunun sağlamlığı **sağlam yaşlanma üçün kritik meyardır**, keyfiyyətli şəxsi gigyena, həmçinin, profilaktik və müalicə tədbirlərinin keçirilməsini tələb edir.
- **Vərdislərdən asılılıq dərəcəsi**, eləcə də xronoloji yaş, ahıl insanlar üçün fərdi profilaktik və müalicə tədbirləri seçilərkən **nəzərə alınmalıdır**.

- ✓ Analara, uşaqların **ilk süd dişləri** çıxdığı andan etibarən **gündə iki dəfə** uşaqların dişlərinin fırçalanmasına nəzarət edilməsi tapşırılmalıdır.
- ✓ Hər kəsin **gündə iki dəfə**, ən az iki dəqiqə olmaqla, dişlərini **flüorid tərkibli diş məcunu** ilə təmizləməsi təşviq edilməlidir. Tam diş sırası olanlarda diş məcunundan əlavə diş ərpi azaldan preparatlardan istifadəsi tövsiyyə olunmalıdır.
- ✓ Uşaqlı analara və dayələrə uşaq **doğulduğu andan etibarən şəkərli qidaların verilməməsi** tövsiyyə edilməlidir.
- ✓ **Yüksək şəkər miqdarına malik qida rasionunun**, xüsusən, gənc və yaşlı şəxslərdə kariyes və parodont xəstəliklərini yaratmaq riski haqqında məlumat verilməlidir.
- ✓ **Şəkərli və nişastalı qidaların qəbulunun azaldılması** qidalanma vaxtları ilə məhdudlaşdırılmalıdır.
- ✓ Xüsusilə **şəkərli diabet, piylənmə, metabolik sindrom və ürək-damar xəstəlikləri** olan insanlarda **ağız boşluğu sağlamlığının təmin edilməsi** əsas **tibbi profilaktik proqramlarına** daxil edilməlidir.

Perio & Caries vacib məqamlar



1

Kariyes və parodont xəstəlikləri insanlar arasında ən geniş yayılmış xəstəliklərdir və hər ikisinin də qarşısını almaq mümkündür.



2

Bu xəstəliklərin **yayılma payı böyükdür** və əhalinin yaşından asılı olaraq **artır**.



3

Kariyes və parodont xəstəliklərinin qarşısının alınması və effektiv müalicə edilə bilməsi üçün **mütəmadi olaraq stomatoloqa müraciət etmək vacibdir**.



4

Qanayan diş ətləri normal hal deyil. Dərhal stomatoloqa müraciət etmək lazımdır.



5

Ağız boşluğu sağlamlığı ilə məşğul olan mütəxəssislər çəki atmaq, siqareti tərgitmək, idman, şəkər və qlükemik indeksləri nəzarətdə saxlamaq haqqında **məsləhətlər verməlidirlər**.



6

Parodont xəstəlikləri ümumi sağlamlıq problemlərinin göstəricisi kimi qəbul olunmalıdır.



7

Ağız boşluğu sağlamlığı ilə əlaqədar **maarifləndirmə uşaqları, anaları, ana olmağa hazırlaşan qadınları, evdə uşaqların qayğısına qalan personalı** və digər kateqoriyalı **əhatə etməlidir**.



8

Yaşlı insanların **ağız boşluğu sağlamlığı** xronoloji yaşından çox, aonların ağız boşluğuna **qulluq vərdislərindən** daha çox asılıdır.



9

Şəkərli və nişastalı qidaların qəbulunun azaldılması kariyes və parodont xəstəliklərinin qarşısının alınması üçün vacibdir və bu qidaların qəbulu əsas qidalanma vaxtları ilə məhdudlaşdırılmalıdır.



10

Dişlərin gündə iki dəfə flüoridli diş məcunları ilə təmizlənməsi mühümdür və əlavə olaraq dişləri diş ərpi azaldan və qarşısını alan xüsusi qarqara məhlulları ilə qarqara etmək vacibdir.

Perio & Caries, **Avropa Parodontologiya Federasiyası – Colgate-in** birgə təşəbbüsüdür



Avropa Parodontologiya Federasiyası (EFP) diş əti sağlamlığı və diş əti xəstəlikləri sahəsində aparıcı qurumdur və ən mühüm beynəlxalq parodontal konfrans olan EuroPerio-nun, eləcə də parodontologiya elmi üzrə aparıcı beynəlxalq toplantı olan – Avropa Parodontologiya Qurultayının təşkilatçısıdır. Həmçinin, EFP bu sahədə ən nüfuzlu dövrü elmi nəşr olan "Kliniki Parodontologiya Jurnalı"-nı da nəşr edir. EFP Avropada, Şimali Afrikada, Qafqazda və Orta Şərqdə parodontologiya üzrə 37 milli parodontologiya cəmiyyətlərini birləşdirir. Ümumilikdə federasiya 14 000 parodontoloq və ağız boşluğu mütəxəssisini özündə cəmləşdirir.

www.efp.org



Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyəti 2012-ci ildə təsis edilmişdir. Cəmiyyətin əsas məqsədi stomatologiyanın parodontologiya və implantologiya sahələrinin inkişafına yardım etmək, parodontologiyayı ayrıca bir elmi sahə kimi stomatoloqlara və ümumiyyətlə cəmiyyətə tanımaq, bu sahədəki həkimlərin təkmilləşmə səviyyəsini yüksəltmək və bu istiqamətdə ən yüksək etik standartları müəyyən etməklə, nəşrlər və digər elmi-maarifləndirici təqdimatlar vasitəsi ilə tibb və stomatologiya sahələrində interdistiplinar kommunikasiyanı və tədqiqatları inkişaf etdirməkdir. Həmçinin, Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyəti öz sahələrində kliniki və elmi qabiliyyətlərinə görə beynəlxalq səviyyədə lider kimi tanınmış azərbaycanlı və xarici mütəxəssisləri və aidiyyəti qurumları tədbirlərə cəlb edərək, intensiv olaraq kurslar, seminarlar və elmi konqreslər təşkil edir. Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyəti Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin Elmi-Tibbi Şurası tərəfindən Davamlı Tibbi Təhsil üzrə akkreditasiya olunub və bu çərçivədə Cəmiyyət tərəfindən ölkəmizdə keçirilən elmi tədbirlərdə həkim-stomatoloqlar sertifikatı üçün tələb olunan kreditlər əldə edirlər. Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyəti Avropa Parodontologiya Federasiyasının üzvüdür. Cəmiyyət üzvləri Avropa Parodontologiya Federasiyasının bütün üzvlük üstünlüklərindən faydalana bilərlər.

www.perio.az



200 ildən artıq tarixçəsi olan **Colgate-Palmolive** bütün dünyada ağız boşluğunun sağlamlığı və gigiyenası üçün fəaliyyət göstərən aparıcı şirkətdir. Şirkət dünyada ən çox istifadə olunan: Colgate®, Colgate Total®, Maximum Cavity Protection plus Sugar Acid Neutraliser™, Sensitive Pro-Relief™, Max White One®, Elmex®, Meridol® və Duraphat® məşhur markalar adı altında diş məcunu və diş fırçalarını istehsal edir və dünyanın müxtəlif nöqtələrinə yayır. Colgate-Palmolive ağız boşluğu sağlamlığı sahəsində yeniliklər yaratmağa davam edir və bunun üçün stomatoloqlar və ictimai sağlamlıq üzrə mütəxəssislərlə sıx əməkdaşlıq edir. Şirkətin əsas dəyərləri "qayğı", "qlobal komanda işi" və "davamlı inkişaf"-dır və bu özünü yalnız məhsulların keyfiyyəti və şirkətin reputasiyasında göstərmir, həmçinin, müştərilərin həyat keyfiyyətinin yaxşılaşdırılması və gördükləri işlərdə öz əksini tapır.

www.colgateprofessional.co.uk

www.colgatetalks.com



perioandcaries.efp.org



European
Federation of
Periodontology



perio.az/periokaries

EFP Colgate şirkətinə bu lahiyədə göstərdikləri dəstəyə görə öz minnətdarlığını bildirir.

