**Департамент образования города Москвы**

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города**

**Москвы «Школа №1505 «Преображенская»**

 **Значение гигиены полости рта в нашей жизни.**

реферат

ВЫПОЛНИЛА

Ученица

9В класса

Арсеньева Ангелина Алексеевна

НАУЧНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ

Ноздрачёва Анна Николаевна

РЕЦЕНЗЕНТ

Шипилова А.

Москва, 2018/2019 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3-4

ГЛАВА 1. Исторические факты 5

1.1 Гигиена полости рта раньше 5

1.2 Гигиена полости рта в наши дни 6

ГЛАВА 2. Микробиология полости рта 7

2.1 Состав микрофлоры полости рта 7

2.2 Механизм образования зубного налета 8-9

ГЛАВА 3. Гигиена - профилактика заболеваний 10

3.1 Гигиена полости рта и профилактика стоматологических

 заболеваний 10

3.2 Средства и методы гигиены полости рта (их классификация) 11

3.3 Стандартный метод чистки зубов 12

3.4 Заболевания полости рта, связанные с неудовлетворительной гигиеной полости рта. 14-15

ВЫВОДЫ 16

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 17

ВВЕДЕНИЕ

Проблема

Несоблюдение гигиены полости рта в повседневной жизни приводит к различным заболеваниям, таким как стоматит, кариес, периодонтит, пульпит и т.д. Ежедневный уход за ротовой полостью с помощью специализированных средств гигиены позволяет сохранять здоровье полости рта и

Актуальность проблемы

Человечество заботиться о гигиене полости рта очень давно. В наши дни стоматология стремительно развивается, но, несмотря на это, показатели заболеваемости полости рта высокие. Каждый из нас когда-либо сталкивался с болезнями полости рта. Стоматологическое здоровье людей является важной проблемой современного общества. В своём исследовании я хочу определить значение гигиены полости рта в нашей жизни.

Цель

Понять является ли гигиена полости рта важной составляющей профилактики стоматологических заболеваний. Обосновать важность гигиены полости рта.

Задачи

1. Изучение литературы по теме :

История гигиены полости рта

Состав микрофлоры полости рта

Средства и методы гигиены полости рта

Методы чистки зубов

Гигиена полости рта и профилактика стоматологических заболеваний

Механизм образования зубного налета

2. Формулировка гипотезы

3. Объединение данных, сопоставление прочитанной литературы.

ГЛАВА 1. Исторические факты

1.1 Гигиена полости рта раньше

Человечество давно заботится о гигиене полости рта. Археологи производили экспертизу останков зубов, и обнаружили мелкие ямочки, которые являлись результатом воздействия первобытной щётки. Щетка представляла собой пучок травы, им древние люди терли зубы.

В письменных источниках Древнего Египта летописцы упоминали об уходе за зубами и о соответствующих средствах гигиены. Несколько тысяч лет назад люди добивались белизны зубов, используя порошки из разных трав и веток. Также в Египте появились первые «цивилизованные» зубные щетки – палочки с заостренным концом с одной стороны и с древесными волокнами с другой. Острым концом удаляли остатки пищи¸ другой конец разжевывали, тем самым снимали с зубов налет.

Первые свидетельства о профессиональном очищении полости рта появились в эпоху средневековья. Грек Павел Эгинский предложил использовать разные инструменты для удаления зубных камней. Он также писал о необходимости гигиены полости рта, подчеркивал, что, пища прилипая к зубам оставляет налет.

Первый научно обоснованный материал по гигиене полости рта изложил Пьер Фошар. В своем знаменитом труде «Дантист-хирург, или Трактат о зубах» мнение, что причиной зубных заболеваний являются «зубные черви».

 В конце 18 века в Великобритании впервые появились зубные порошки и пасты наиболее приближенные к современным.

1.2 Гигиена полости рта в наши дни

В наши дни индивидуальная гигиена полости рта, как первичная профилактика стоматологических заболеваний, занимает ведущую позицию в разделе общей гигиены человека. Новые современные технологии позволили осуществить рывок вперед в данной области. В первую очередь все это касается создания и разработки новых средств индивидуальной гигиены полости рта.

ГЛАВА 2. Микробиология полости рта

2.1 Состав микрофлоры полости рта

Среди микроорганизмов нормальной микрофлоры полости рта преобладают бактерии. Видовое разнообразие этого микробиоценоза разными авторами оценивается от нескольких сот, до тысяч видов. В количественном отношении основу микробиоценоза ротовой полости составляют стрептококки, вейлонеллы и дифтероиды.

Полость рта человека – уникальная экологическая система для самых разнообразных микроорганизмов, формирующих постоянную микрофлору, которая играет важную роль в здоровье и болезнях людей. В ротовой полости постоянные микроорганизмы часто ассоциированы с двумя главными заболеваниями — кариесом и болезнями пародонта.

На формирование микрофлоры ротовой полости могут влиять следующие факторы:

1) слизистая ротовой полости, особенности строения, состояние (складки слизистой, десны, эпителий);

2) температура, рН, окислительно-восстановительный потенциал (ОВП) ротовой полости;

3) секреция слюны, ее состав;

4) состояние зубов;

5) состав пищи;

6) гигиеническое состояние полости рта;

7) нормальные функции слюноотделения, жевания и глотания;

8) естественная резистентность организма.

Каждый из этих факторов в различных биотопах ротовой полости влияет на отбор микроорганизмов и помогает поддерживать равновесие между бактериальными популяциями.

По Электронный научный журнал «Современные проблемы науки и образования».

2.2 Механизм образования зубного налета

Зубная бляшка — полупрозрачная мягкая не минерализованная субстанция, прилежащая к пелликуле.

Пелликула зуба — это приобретенная тонкая органическая пленка, которая сменяет врожденную насмитовую оболочку, покрывающую зуб после его прорезывания. В пелликуле обнаруживаются остатки оболочек микробных клеток

Для обнаружения зубных отложений используют:

- осмотр,

- осмотр после высушивания поверхности зубов воздушной струей

- зондирование

- осмотр после окрашивания

Окрашивание необходимо для обнаружения зубной бляшки. Налет виден и без окрашивания, но эта процедура помогает точно учесть количество отложений. Первые слои обнаруживаются через 20 минут после очищения поверхности от пелликулы.

Образование пелликулы начинается с взаимодействия кислых групп гликопротеинов слюны с ионами Са2+ зубной эмали, пелликула играет роль пособника кариеса, так как неровная поверхность ее внешнего слоя организует избирательное прикрепление микроорганизмов, а гликопротеиды и минералы пелликулы служат для микробов питательной средой.

Механизмы образования зубной бляшки:

1. Первичная колонизация

2. Быстрый бактериальный рост

3. Вторичная колонизация

По Данилова Л.А., Чайка Н.А. Биохимия полости рта. Учебное пособие. - СПб. Спец Лит, 2012.-62 с.

ГЛАВА 3. Гигиена - профилактика заболеваний.

3.1.Гигиена полости рта и профилактика стоматологических заболеваний

Гигиена — раздел медицины, изучающий влияние жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающий меры (санитарные нормы и правила), направленные на предупреждение заболеваний, обеспечение оптимальных условий существования, укрепление здоровья и продление жизни.

Гигиена полости рта — это комплекс мероприятий, которые направлены на механическое удаление зубных отложений с поверхности зубов и из-под десны.

Кариес и патологии пародонта – самые распространенные заболевания на сегодняшний день. С детского возраста врачи стоматологи стараются приучить своих пациентов к правильной гигиене полости рта. Однако люди нарушают правила и нормы ухода за полостью рта, что приводит к распространению кариеса, его осложнений и пародонта.

Население не придает особого значения гигиене полости рта. Многие люди соблюдают гигиену полости рта, но совершают ошибки, которые влекут за собой последствия. Ведь гигиена является важным составляющим фактором здоровья человека.

Основные задачи профилактики стоматологических заболеваний – устранение причин и условий возникновения заболеваний, а также препятствие их развитию. Цель профилактики – оздоровление населения страны путем усовершенствования системы индивидуальной профилактики, мотивация сохранения здоровья зубов.

Классификация зубных отложений

В литературе на сегодняшний момент не существует единой терминологии, объективно характеризующей зубные отложения. Под одним и тем же названием подразумевают различные структурные образования. Наиболее часто в настоящее время используется термин «plaque» и его перевод на русский язык — «зубной налет» или «бляшка».

Классификация

|  |  |
| --- | --- |
| Неминерализованные зубные отложения | Минерализованные зубные отложения |
| пелликула | наддесневой зубной камень |
| мягкий зубной налет | поддесневой зубной камень |
| пищевые остатки |  |

Излагается по: Учебно-методическое пособие «Средства и методы

индивидуальной гигиены полости рта» Е.Н.Терещенко, Т.Н.Манак, Г.Г.Сахар.

3.2 Средства и методы гигиены полости рта (их классификация)

Средства гигиены полости рта – это вещества или приспособления, предназначенные для удаления остатков пищи, дезодорирования, очищения поверхности зубов, путем их контакта с зубами и со слизистой рта.

Средства и методы гигиены полости рта делятся на:

- гигиенические и лечебно-профилактические

- механические

|  |  |
| --- | --- |
| гигиенические и лечебно-профилактические | механические |
| Зубная паста  | Зубные щетки |
| Зубной гель  | Зубные нити  |
| Зубной эликсир | Зубочистки |
| Аэрозоль | Ёршики |
| Жевательная резинка |  |
| Гигиенические таблетки |  |
| Растворы |  |

Лечебный эффект зубных паст

Устойчивость к кариесу и некариозным отложениям определяется минеральным составом эмали.

Источником восстановления нормального минерального состава эмали могут быть зубные пасты. Также они являются способом повышения устойчивости эмали к действию кислот и других неблагоприятных внешних факторов. Зубные пасты создают благоприятные условия для физиологического созревания твердых тканей зубов.

Зубные пасты являются средством профилактики и лечения заболеваний тканей периодонта и слизистой оболочки полости рта. (Периодонт – соединительная ткань, находящаяся в щелевидном пространстве между цементом корня зуба и пластинкой альвеолы)

3.3 Стандартный метод чистки зубов

Зубной ряд условно делят на шесть сегментов.

Верхняя челюсть

 - Правый и левый боковые (жевательные зубы)

 - Передний (резцы, клыки)

На нижней челюсти аналогично.

Задача – очистить пять поверхностей зуба.(рис.1.0)



Рисунок 1.0

Последовательный переход: (рис.1.1)

1. Верхние правые боковые зубы

2. Верхние передние

3. Верхние левые боковые

4. Нижние левые боковые

5. Нижние передние

6. Нижние правые боковые



Рисунок 1.1

 На каждую поверхность зубов одного сегмента должно быть около десяти вычищающих движений. Нажим на зубную щетку должен быть разумным, ведь чрезмерный нажим может ранить десны или привести к микротрещинам на эмали.

Чистить зубы обязательно два раза в день (утром и вечером). Но желательно и в течении дня после каждого приема пищи. (По Г. Н. Пахомов, 1982 г.)

3.4 Заболевания полости рта, связанные с неудовлетворительной гигиеной полости рта.

Заболевания полости рта:

* болезни зубов
* болезни десен
* болезни слизистой

Они напрямую связаны с гигиеной полости рта. Самым распространенным из заболеваний полости рта является кариес, им болеет 90% населения нашей страны. Кариес может стать не только причиной заболеваний пищеварительного тракта, но и систем почек, сердца, горло и носа.

Кариес - разрушение зуба. При неправильном выполнении гигиены полости рта, во рту скапливается налет, образуемый частицами пищи и бактериями. Бактерии продуцируют молочную кислоту, которая дает начало кариозному процессу, вызывая деминерализацию эмали.

Стоматит - воспаление слизистой оболочки, покрывающей ротовую полость.

Глоссит - воспаление языка, разновидность стоматита.

Хейлит - воспалительное заболевание.

Лейкоплакия - ороговение слизистой оболочки ротовой полости.

Также неудовлетворительная гигиена полости рта может вызывать неприятный запах изо рта. При здоровой полости рта рекомендовано проводить профессиональную гигиену полости рта раз в полгода, если не выполнять рекомендации, то повышается риск заболевания как полости рта, так и всего организма в целом.

ВЫВОДЫ

1. Население не придает особого значения гигиене полости рта.

2. Стоматологическое здоровье людей - важная проблема современного общества.

3. Гигиена полости несомненно является профилактикой не только стоматологических заболеваний, но и здоровья организма вцелом.

4. Необходимо посещать врача-стоматолога не менее чем раз в полгода.

5. Цель профилактики - оздоровление населения страны.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вавилова Т.П. Биологическая химия. Биохимия полости рта. Учебник; ГЭОТАР-Медиа - Москва, 2014.

2. Боровский Е.В., Иванов В.С., Максимовский Ю.М., Максимовская Л.Н. Терапевтическая стоматология. Учебник / - М.: Медицина, 2001.

3. Грудянов А.И., Овчиникова В.В. Профилактика воспалительных заболеваний пародонта. 2007.

4. Курякина Н.В., Савельева Н.А. Стоматологическая профилактика. - М.: Мед. Книга Н.Новгород: Изд-во НГМА, 2003.

5. Муравянникова Ж.Г. Профилактика стоматологических заболеваний. - Ростов, 2004.

6. Пахомов Г.Н. Первичная профилактика в стоматологии. М. - Медицина, 1982.

7. Улитовский С.Б. Индивидуальная гигиеническая программа профилактики стоматологических заболеваний. - М.: Медицинская книга, Н. Новгород: Издательство НГМА, 2003.

8. Под ред. Безрукова В.М. Справочник по стоматологии / - М.: Медицина, 1998.

9. Орехова Л.Ю., Кучумова Е.Д., Стюф Я.В., Киселев А.В. Основы профессиональной гигиены полости рта. Учебное пособие - СПб.: 2004

10. Улитовский С.Б. Энциклопедия профилактической стоматологии. - СПб, 2004.

11. Научно-практический журнал. Новое в стоматологии. №71392006. стр. 78 - 80. Улитовский С.Б. Гигиена полости рта при заболеваниях пародонта.

12. Данилова Л.А., Чайка Н.А. Биохимия полости рта. Учебное пособие. - СПб. Спец Лит, 2012.-62 с.