

УДК 616.314-002-084-053.2

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ КАРИЕСА ЗУБОВ У ДЕТЕЙ

Е.В. Авраменко

Рассмотрены основные профилактические меры кариеса зубов у детей, большое внимание уделено индивидуальной и профессиональной гигиене полости рта. Данное исследование актуально на сегодняшний день, так как по данным ВОЗ за 2018 г. распространенность кариеса молочных зубов у детей 6-летнего возраста составляет 73 %. Поэтому весьма актуальным является поиск как высокоэффективных способов профилактики детского кариеса, так и эффективных способов лечения, способствующих формированию у ребенка позитивного отношения к посещению стоматолога.

Ключевые слова: кариес; зубы; профилактика кариеса; дети, гигиена полости рта.

БАЛДАРДЫН ТИШТЕРИНИН КАРИЕСИН АЛДЫН АЛУУ ЧАРАЛАРЫ

Е.В. Авраменко

Бул макалада балдардын тиштеринин кариесин алдын алуунун негизги чаралары каралган, ооз көңдөйүнүн жеке жана кесиптик гигиенасына өзгөчө көңүл бурулган. Бүгүнкү күндө бул изилдөө актуалдуу, Дүйнөлүк саламаттык сактоо уюмунун 2028-жылга карата маалыматтары боюнча 6 жаш курагындагы балдардын сүт тиштеринин кариесинин таралышы 73%ды түзөт. Ошондуктан бүгүнкү күндө тиш доктурга каттоодо балдардын позитивдүү мамилесин калыптандырууга мүмкүндүк берүүчү балдардын тиштеринин кариесин алдын алуунун жогорку натыйжалуу ыкмаларын жана натыйжалуу дарылоо ыкмаларын издөө бир кыйла актуалдуу маселелердин бири болуп саналат.

Түйүндүү сөздөр: кариес; тиштер; кариестин алдын алуу; балдар; ооз көңдөйүнүн гигиенасы.

PREVENTIVE MEASURES OF DENTAL CARIES IN CHILDREN

E. V. Avramenko

The article studies the main preventive measures of dental caries in children, much attention is paid to individual and professional oral hygiene. This study is relevant to date, since according to WHO data for 2018, the prevalence of decay of deciduous teeth in children 6 years of age is 73%. Therefore, today it is very urgent to search for highly effective ways to prevent childhood caries, as well as effective methods of treatment that contribute to the formation of a child's positive attitude towards visiting the dentist.

Keywords: caries; teeth; caries prevention; children; oral hygiene.

Актуальность исследования состоит в том, что, невзирая на развитие новейших стоматологических технологий, одной из главных задач остается гигиена полости рта у детей. Строение зубов у детей младшего школьного возраста имеет характерные черты: это сменный прикус, тонкая, не окончательно сформировавшаяся эмаль, фиссуры [1]. Кроме того, дети очень

часто потребляют большое количество сладкой пищи, сладкие газированные напитки, не соблюдают правильную гигиену полости рта. Все это говорит о том, что именно в школьном возрасте отмечается значительное увеличение ключевых стоматологических болезней – кариеса и воспалительных заболеваний пародонта. Однако именно в данном возрасте (с 6 и вплоть до 18

лет) более результативны все профилактические мероприятия [2].

В связи с этим особого внимания в детской стоматологии заслуживает профилактическая нацеленность. Повышение уровня современных знаний о причинах появления и формирования ключевых стоматологических болезней дает возможность предотвращать эти заболевания или содействует их уменьшению. Наиболее значимым и в то же время слабым звеном в первичной профилактике ключевых стоматологических болезней считаются гигиеническое воспитание, обучение населения, стоматологическая просветительная работа и обучение детей правилам гигиены полости рта [3].

С учетом значительной распространенности кариеса зубов и болезней пародонта понятно стремление нынешних стоматологов применять все имеющиеся способы профилактики для предупреждения стоматологических болезней и уменьшения интенсивности их течения. Одним из наиболее результативных и вместе с тем наиболее простых и доступных мер профилактики данных болезней считается правильный и продуктивный уход за зубами, полостью рта в целом, с применением всего запаса нынешних средств гигиены полости рта [4].

В младшем школьном возрасте можно успешнее применять стоматологические образовательные программы, обучать мануальным навыкам и формировать у детей осознанный настрой на профилактику и своевременное лечение стоматологических заболеваний. Таким образом, правильный гигиенический уход за полостью рта может предотвратить появление и развитие не только кариеса, но и воспалительных заболеваний десен. Гигиеническое воспитание в детской стоматологии считается важным и основным из абсолютно всех известных направлений профилактики.

Личная гигиена полости рта – наиболее легкий и доступный способ предотвращения болезней зубов и полости рта и оздоровления организма в целом. Регулярная очистка зубов, устранение мягких зубных отложений содействуют физическому процессу созревания эмали зубов. Биологически активные компоненты, входящие в состав средств гигиены, обогащают ткани

зубов и пародонта солями фосфатов, кальция, микроэлементами, витаминами, увеличивают их устойчивость к вредоносным влияниям. Постоянный массаж десен при чистке зубов щеткой содействует активации обменных процессов, улучшению кровообращения в тканях пародонта [5].

Прививать правильные мануальные навыки по уходу за полостью рта необходимо с раннего возраста. Индивидуальная гигиена учитывает кропотливое и систематическое удаление зубных отложений с поверхностей зубов и десен с поддержкой разных средств гигиены. Основная роль тут принадлежит самому пациенту.

Главным инструментом для очистки зубов является зубная щетка, которая как личный предмет гигиены должна быть индивидуальной. Зубные щетки – главный инструмент для удаления отложений с поверхностей зубов и десен. Обновлять зубную щетку необходимо весной, летом, осенью и зимой (т. е. каждые 3 месяца) [6].

Зубные пасты обязаны хорошо устранять мягкий зубной налет, остатки пищи. Они должны быть приятными на вкус, обладать проявленным дезодорирующим и освежающим воздействием и не давать второстепенных эффектов – местно раздражающего и аллергизирующего. Зубные пасты разделяются на гигиенические и лечебно-профилактические.

Наиболее многочисленными в лечебно-профилактическом отношении являются фторсодержащие зубные пасты. Поступление фторида в эмаль зубов повышает ее резистивность к кислотной деминерализации за счет создания наиболее устойчивых к растворению структур [7].

Зубные пасты, содержащие в своем составе фосфаты калия и натрия, глицерофосфаты кальция и натрия, глюконат кальция и окись цинка, обладают проявленным противокариозным воздействием.

В последнее время широко применяются лечебно-профилактические зубные пасты, в состав которых входят несколько лекарственных растений (шалфей, мята перечная, ромашка, эхинацея и др.) [8].

Чистить зубы ребенок должен непременно утром, после завтрака, и в вечернее время, перед сном в течение трех минут с обязательным применением зубной пасты. Для разовой очистки

зубов достаточно количество зубной пасты величиной с горошину. Следует внимательно следить, чтобы ребенок не глотал фторсодержащую зубную пасту [9]. Утром и вечером следует использовать разные пасты.

Имеется большое количество методов очистки зубов. Один из них – *стандартный способ очистки зубов Пахомова*. Очистку зубов начинают с участка в области верхних правых жевательных зубов – по очереди, от сегмента к сегменту. В таком же порядке выполняют очистку зубов на нижней челюсти.

При очищении оральных, вестибулярных поверхностей моляров и премоляров зубную щетку располагают под углом в 45° к зубу и производят очищающие перемещения от десны к зубу. Жевательные поверхности зубов чистят горизонтальными движениями. При чистке оральной поверхности ручку щетки располагают перпендикулярно к окклюзионной плоскости зубов. Завершают очистку круговыми движениями. И, конечно, нельзя забывать о чистке языка. Его можно очистить щеткой либо специальной ложкой [1].

Флоссы (зубные нити) предусмотрены для кропотливого удаления зубного налета и остатков еды с труднодоступных для щетки поверхностей зубов. Только с помощью флоссов можно полностью удалить остатки пищи и налет с боковых поверхностей зубов, куда не проникает щетка и где разлагаются остатки пищи. Дети могут без помощи других пользоваться флоссами, начиная с 9–10 лет. Вплоть до данного возраста чистить контактные поверхности зубов у детей рекомендовано родителям. Дополнительный метод профилактической гигиены – это *ирригатор*. Применение ирригатора разрешено с трех лет, манипуляцию на низкой скорости проводят родители ребенка.

Родители должны воспитывать у ребенка положительное отношение к проведению гигиены полости рта. Именно они с самого детства приучают ребенка к гигиене полости рта, и их пример – один из основных факторов успеха и сохранения зубов здоровыми [10].

Профессиональная гигиена полости рта, как первый этап массовой профилактики, начинается с урока, целью которого является обучение

пациента основам тщательного ухода за полостью рта. Профессиональную гигиеническую чистку зубов детям рекомендуется делать каждые полгода с трех лет. Именно за этот небольшой период успевает образоваться плотный налет на зубах, который невозможно удалить в домашних условиях с помощью обычной щетки с пастой [11].

Гигиенические процедуры в кабинете стоматолога объединяет единая цель – укрепление тканей ротовой полости и обеспечение качественной профилактики развития заболевания стоматологического характера.

Сначала детский стоматолог определяет уровень гигиены с помощью специальных таблеток или жидкостей индикаторов. Таблетки и жидкости обладают приятным вкусом и не создают ребенку дискомфорт, зато после разжевывания или аппликации четко ярким цветом показывают места на эмали, где имеется зубной налет. После этого врач приступает непосредственно к гигиенической процедуре. В зависимости от возраста и количества налета на зубах врач определяет вид чистки, которая необходима в данном конкретном случае [12].

Профессиональная чистка молочных зубов с применением щетки и абразивной пасты (с 3-х лет). Данный вид чистки используют для детей с молочным прикусом. В ходе чистки зубы полностью очищаются от мягкого и пигментированного налета при помощи циркулярной щетки или с помощью резинки и полировочной пасты [13].

Профессиональная чистка зубов у детей со сменным и постоянным прикусом с использованием аппарата Air-Flow специальным порошком на основе глицина (с 4-х лет). Аппарат под давлением подает смесь воды, воздуха и порошка. В процедуре используется низкоабразивный порошок Clinpro Prophy Powder на основе водорастворимой аминокислоты – глицина. Благодаря своей низкой абразивности порошок оказывает щадящее воздействие на эмаль зуба, эффективно удаляет налет и потемнение эмали, вызванное пищевыми красителями [1].

Профессиональная чистка зубов у детей с постоянным прикусом с использованием аппарата Air-Flow специальным порошком на основе

бикарбоната кальция (с 10 лет). Это вид чистки применяется у детей и подростков с большим количеством пигментированного налета на зубах и у пациентов с брекет-системой [14].

Профессиональная чистка зубов с использованием ультразвукового аппарата. Чаще метод ультразвуковой чистки используется в подростковом возрасте. У подростков в связи гормональными изменениями и режимом питания, мягкий зубной налет быстро перерастает в твердые над- и поддесневые зубные отложения. Молочные зубы не подвергают профессиональной ультразвуковой чистке, поскольку эмаль молочных зубов тонкая, проницаемая (ультразвуковая чистка назначается только по показаниям).

Помимо профилактической процедуры врач может провести урок гигиены полости рта, подобрать для ребенка пасту и щетку исходя из индивидуальных особенностей строения ротовой полости, а также дать полезные и грамотные советы по уходу за полостью рта и зубами [15].

В результате проведения нашего исследования можно сделать вывод, что гигиеническое воспитание населения нуждается в оптимизации и интенсификации. Сегодня обучать гигиене полости рта следует не только детей, но и их родителей. Только всеобъемлющая стоматологическая просветительная работа позволит активизировать слуховую и зрительную мотивацию, улучшить гигиенические навыки и теоретические знания о стоматологическом уровне здоровья, улучшить мануальные навыки детей и родителей.

Оптимизация и интенсификация гигиены полости рта заключаются в целенаправленном использовании мотивационных методов гигиенического воспитания, проведении профессиональной гигиены полости рта, применении клинически и экономически эффективных современных лекарственных препаратов. Важную роль в повышении функциональной грамотности, овладении мануальными навыками и умениями, теоретическими знаниями о здоровой полости рта и здоровом образе жизни играют мотивации [16].

Таким образом, определяя основные направления профилактики кариеса у детей, необходимо помнить, что это – инфекционное

заболевание, тесно связанное с социальными и поведенческими факторами риска. Современные подходы к профилактике и стабилизации кариозного процесса у детей должны быть направлены на:

- предупреждение вертикальной трансмиссии микрофлоры от взрослых;
- мотивацию и обучение родителей рациональной гигиене полости рта, владение мануальными навыками;
- регламентацию потребления детьми углеводов, коррекцию диетических пристрастий;
- повышение кариесрезистентности.

Для оптимизации рационально использовать мотивационные методы гигиены полости рта. Прежде всего, необходимо создать теоретический фундамент, стремиться развить познавательную активность у населения, вызвать интерес и желание получать информацию, а также привить мануальные навыки, поддерживать и совершенствовать гигиенические знания и умения.

Литература

1. Козловская Л.В. Возможности повышения резистентности твердых тканей зубов у детей с наследственной патологией эмали / Л.В. Козловская, Т.А. Маринчик, А.Г. Белый, Ю.Ю. Михнёнок // Стоматологический журнал. 2015. № 1. С. 22–24.
2. Терехова Т.Н. Системная профилактика стоматологических заболеваний в детском возрасте. Пути и цели профилактики / Т.Н. Терехова, И.К. Луцкая // Современная стоматология. 2015. № 1. С. 32–36.
3. Леонович О.М. Комплексный подход к профилактике и лечению бесполостных форм кариеса у детей дошкольного возраста / О.М. Леонович, Н.В. Ковальчук // Стоматология XXI века. Эстафета поколений: сб. тр. V науч.-практ. конф. молодых ученых с междунар. участием. М., 2013. С. 52–53.
4. Луцкая И.К. Индивидуальная гигиена полости рта у детей / И.К. Луцкая, Т.Н. Терехова // Современная стоматология. 2014. № 2. С. 13–20.
5. Янушевич О.О. Детская стоматология / О.О. Янушевич. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. 702 с.
6. Шаковец Н.В. Особенности стоматологического обследования детей / Н.В. Шаковец, Т.Н. Терехова // Стоматология детского возраста и профилактика. 2014. № 4. С. 13–17.

7. *Леус П.А.* Выявление факторов риска и оценка стоматологического здоровья детей школьного возраста в Республике Беларусь с помощью комплекса объективных индикаторов / П.А. Леус, Т.Н. Терехова, Е.И. Мельникова // Современная стоматология. 2015. № 2. С. 48–54.
8. *Кравченко Н.Л.* Диетологические пристрастия как фактор риска развития кариеса зубов у детей дошкольного возраста / Н.Л. Кравченко, Е.М. Гулько, М.Л. Боровая // Донозологическая и здоровый образ жизни. 2015. № 2 (17). С. 64–67.
9. *Шаковец Н.В.* Кариес зубов у детей раннего возраста: монография / Н.В. Шаковец, Т.Н. Терехова. Минск: Изд. Центр БГУ, 2013. 211 с.
10. *Остафийчук М.А.* Методика проведения профессиональной гигиены полости рта при заболеваниях тканей пародонта у пациентов разных возрастных групп / М.А. Остафийчук // Молодой ученый. 2014. № 3. С. 222–226.
11. *Шаковец Н.В.* Особенности гигиенического ухода за зубами детей раннего возраста / Н.В. Шаковец, Т.Н. Терехова // Dental Forum. 2014. № 4. С. 101–102.
12. *Земскова Т.С.* Сравнение клинической эффективности абразивных препаратов системы Air-Flow / Т.С. Земскова, Т.А. Тихонова, Н.А. Цыплухина // Bulletin of Medical Internet Conferences. 2015. Vol. 5. Issue 11.
13. *Ысыева А.О.* Интенсивность кариеса зубов у школьников в зависимости от уровня гигиены полости рта и проводимых лечебных мероприятий / А.О. Ысыева, С.У. Султанбаева, Т.Т. Борончиев, И.А. Алимбеков // Здоровоохранение Кыргызстана. 2011. № 4. С. 59–61.
14. *Килафян О.А.* Гигиена полости рта: краткий курс / О.А. Килафян. М.: Феникс, 2014. 224 с.
15. *Попруженко Т.В.* Системная фторпрофилактика кариеса зубов: целесообразность и условия безопасного применения / Т.В. Попруженко // Стоматолог. 2014. № 2. С. 13–17.
16. *Шаковец Н.В.* Эффективность и безопасность применения зубной пасты у детей / Н.В. Шаковец, Т.Н. Терехова // Клиническая стоматология. 2013. № 4. С. 5–7.