

DENTAL TIMES



1/2013

strana 4

Zubné pasty proti
zubnému kazu

strana 7

Dentálna niť

strana 10

Erasmus

strana 12

Neagresívna
parodontitída

strana 15

Orálne zdravie
v tehotenstve.

strana 18

Stáž v Nemecku

Medzinárodný týždeň dentálnej hygieny 2012

strana 2–3



Medzinárodný týždeň dentálnej hygieny 2012

V dňoch 7.–9. 5. 2012 sa uskutočnil v poradí už 7. ročník úspešného medzinárodného týždňa dentálnej hygieny pod vedením dekanky Fakulty zdravotníckych odborov v Prešove Dr.h.c. prof. PhDr. Anny Eliášovej, PhD. a koordinátorky doc. MUDr. Evy Kovalovej, PhD.

Uskutočnil sa v priestoroch Kliniky maxilofaciálnej chirurgie a dentálnej hygieny FNŠP v Prešove.

Keďže ako študentka odboru Dentálna hygiena som mala tú možnosť a česť zúčastniť sa tohto ročníka, musím vskutku vyzdvihnúť úroveň programu, ktorý bol zaujímavý a pútavý najmä z pohľadu nás, študentov. Všetci zúčastnení mali možnosť dozvedieť sa množstvo zaujímavých vecí nielen z oblasti dentálnej hygieny, ale aj zubnej medicíny, či fyzioterapie. Ale aby som neukrátila tých, ktorí nemali tú možnosť zúčastniť sa tohto týždňa, budem ohľaduplná a budem sa snažiť, bližšie priblížiť program.

Z môjho pohľadu bol týždeň zameraný na prácu dentálneho hygienika v ambulancii, teda samotná ergonómia pri práci. S týmto problémom nás oboznámili zástupcovia z Katedry fyzioterapie Mgr. Gabriela Demeterová a Mgr. Pavol Nechvátal, ktorí nám priblížili a poukázali na následky nesprávnej ergonómie. Taktiež nesmiem zabudnúť spomenúť študentov fyzioterapie, ktorí oživilí program ukážkou praktického nácviku správnej ergonómie.

Jedným z hostí programu bola aj Bc. Erika Géciová z Trenčína, ktorá nám veľmi pútavo predniesla problematiku deep scalingu v praxi dentálnej hygieny. Musím vyzdvihnúť aj fakt, že na programe mali možnosť prednášať aj niektorí študenti. Jedným z nich, boli aj moje spolužiačky, ktoré pod vedením pani Bc. Beátky Germanovej nám odovzdali svoje vedomosti o možnostiach alternatívnej medicíny založenej na prírodných liečivách a prírodnej kozmetiky.

Myslím, že jednou z najzaujímavejších častí programu bola prednáška samotnej doc. MUDr. Evy Kovalovej, PhD, so zameraním na pacientov s agresívnou formou paradontitídy a následný praktický nácvik pri ošetrovaní subgingivál-

nym AIR-FLOWOM, ako novinkou v ošetrovaní paradontálnych vačkov a taktiež ukážky bielenia zubov.

Osobne ma veľmi potešilo, že súčasťou bola i samotná recepcia s občerstvením nielen pre samotných hostí, ale i pre študentov a okrem toho i prezentácie samotných firiem ako Listerine, Elmex, Colgate, Interphan, Glaxo, ktorí nám ponúkali ukážky svojich produktov.

Odchádzali sme obdarovaní vzorkami rôznych pást, ústnych vôd a inými produktmi. Bolo ich toľko, že sme mohli ich podarovať aj naším rodinným príslušníkom.

V priebehu nasledujúcich dní spomeniem prednášky so zameraním na rizikových pacientov v ambulancii, priblíženie plánu prevencie a liečby a význam preventívnych prehliadok pod vedením MUDr. Tatiany Klamárovej a MUDr. Tatiany Čarnokej.

Zaujímavosťou tohto programu bola prednáška a praktický nácvik, ktorý sa týkal PRVEJ POMOCI v zubnej ambulancii. Takou zaujímavosťou, ktorá nás všetkých zúčastnených šokovala bol práve simulovaný kolaps a následné podanie prvej pomoci, ktorý dokonale našťastie len zinscenovali študentka ošetrovateľstva a študent urgentnej zdravotnej starostlivosti. Myslím, že to vskutku zanechalo dojem na každého z nás a mnohí si určite uvedomili, aké skutočne dôležité je chrániť si naše zdravie a vážiť si náš život, lebo iba každý sám je strojom svojho vlastného zdravia.

A čo dodať na záver? Asi len toľko, že som naozaj rada za nás všetkých študentov dentálnej hygieny za možnosť zúčastniť sa a dozvedieť sa opäť niečo zaujímavé, poučné a praktické.

Možno už len dodám fakt, že už teraz sa teším na ďalší ročník a verím, že nás opäť prekvapí niečím, čo budeme môcť využiť i v našej práci ako budúcich dentálnych hygienikov.

Vanda Chromíková, študentka 2DH.

Zubné pasty proti zubnému kazu

Zubná pasta je hustá suspenzia v ktorej sú rozptýlené jemné častice nerozpustných pevných hmôt. Základná receptúra všetkých zubných pást obsahuje radu chemických látok, ktoré zaisťujú vhodnú konzistenciu, viskozitu, penivosť, trvanlivosť ale tiež farbu, chuť a vôňu.

V súčasnej dobe sú z pohľadu zubného lekárstva takmer všetky zubné pasty bezchybné. Tu len v krátkosti zhrnieme aké kvality by mala mať zubná pasta a čo by mala obsahovať:

- Fluoridy – minerály, ktoré spevňujú zubnú sklovinu (ešte viac ako vápnik) a majú ochranný účinok, čo znamená, že zuby sú odolnejšie voči kazu.
- Antibakteriálne prísady: napr. chlórhexidín, roztoky fluoridov amínu a zinku.
- Jemné až normálne abrazívne častice, ktoré odstraňujú zafarbené povlaky, vždy však majú za následok aj isté odieranie zubnej skloviny.
- Tenzidy (penotvorné látky). Tieto látky sa starajú o to, aby sa pri čistení latky zo zubnej pasty mohli dostať všade. Okrem toho podporujú odstraňovanie plakov. Podiel tenzidov by však nemal prekračovať dve percentá množstva zubnej pasty.
- Prijemná chuť, ktorá dobre osvieži po použití zubnej pasty.

Fluór je v prevencii proti zubnému kazu veľmi dôležitým prvkom.

Hlavné funkcie fluoridov:

1. Zvyšujú odolnosť skloviny proti pôsobeniu kyselín
2. Znižujú demineralizáciu = odvápnenie skloviny, úbytok minerálov
3. Podporujú remineralizáciu = spätný prívod minerálov do skloviny
4. Zabráňujú metabolizmu baktérií - baktérie nemôžu vytvárať kyseliny (antikariézní účinok)



Podanie fluoridu do organizmu:

- a. Celkové (endogénne) – fluoridovaná pitná alebo balená voda, fluoridovaná soľ, podávanie fluoridových tabliet, v niektorých oblastiach - fluoridácia mlieka
- b. Lokálne (exogénne) – fluoridované zubné pasty, gély, výplachy, laky

Formy fluoridov v zubných pastách:

Fluorid sodný – NaF

Anorganický fluorid, mechanicky stály, prijateľná chuť, nedráždi, nespôsobuje zafarbenie, ľahko rozpustný a ľahko uvoľňuje ióny F, ale má krátkodobý remineralizačný účinok.

Fluorid cínatý – SnF₂

Veľmi dobre rozpustný, uvoľňuje ióny F a Sn (antimikrobiálny účinok) spomaľuje demineralizáciu, vodný roztok nestály, podlieha rýchlo oxidácii, spôsobuje pigmentácie (hnedasté sfarbenie zubov).

Monofluorofosforečnany (napr. monofluorofosforečnan sodný)

V zubných pastách je stabilný, pre uvoľnenie v ústach je potrebná dlhšia doba, nachádza sa vo väčšine tuzemských zubných pást.

Aminfluorid sa vďaka svojej povrchovej aktivite rýchle šíri a pokrýva zuby homogénnou vrstvou, a prenáša fluorid tam, kde ho je treba. Vytvára súvislú vrstvu fluoridu vápenatého, ktorá funguje ako zásoba fluoridu na dlhšiu dobu a chráni pred vplyvom kyselín.

Najrozšírenejšie aminofluoridy sú Olafur, Dectaflur. Obsahujú ho aj napr. zubné pasty Elmex, Meridol, Ajona amin-o-med, Lactalut fluor.



Fluoridy v prevencii zubného kazu:

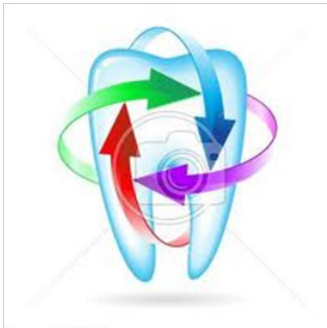
Pravidelný príjem fluoridov v dobe vývoja zuba a po celú dobu prítomnosti zubov v ústach, fluoridy znižujú riziko vzniku zubného kazu.

Navyše, fluorid urýchľuje remineralizáciu povrchových defektov sklovinného minerálu a môže zastaviť začínajúci zubný kaz – aminfluoridmi. Podmienkou pre dosiahnutie tohto účinku je dôležité pravidelné čistenie zubov fluoridovými pastami.

Prirodzené potravinové zdroje nezabezpečujú optimálny denný príjem fluoridu. Toto možno doceliť buď vedome zostavenou výživou (fluoridová soľ, fluoridovaná vody) alebo fluoridovými doplnkami (tablety, gély, ale hlavne pravidelné používanie zubných pást s fluoridmi) alebo kombináciou oboch spôsobov.

Potreba presného nastavenia príjmu fluoridov sa týka najmä predškolského veku, kedy sa vyvíja sklovina väčšiny trvalých zubov. Je vhodné poradiť sa so stomatológom či dentálnou hygieničkou o rôznych spôsoboch podania fluóru a jeho bezpečných limitoch pre určitý vek .

Nadbytočný prísun fluoridov v dobe vývoja tvrdých zubných tkanív môže spôsobiť defekty v sklovine, tzv. fluorózu (zuby sú flakaté, v horších prípadoch sa sklovina rozpadá).



Literatúra:

<http://zdravedieta.rodinka.sk/zdrave-telo/zubky-a-zuby/fluoridy-a-zubne-pasty/>

http://www.gaba.sk/hm/1318/sk_SK/Fluoridy.htm?Subnav2=Fluorides

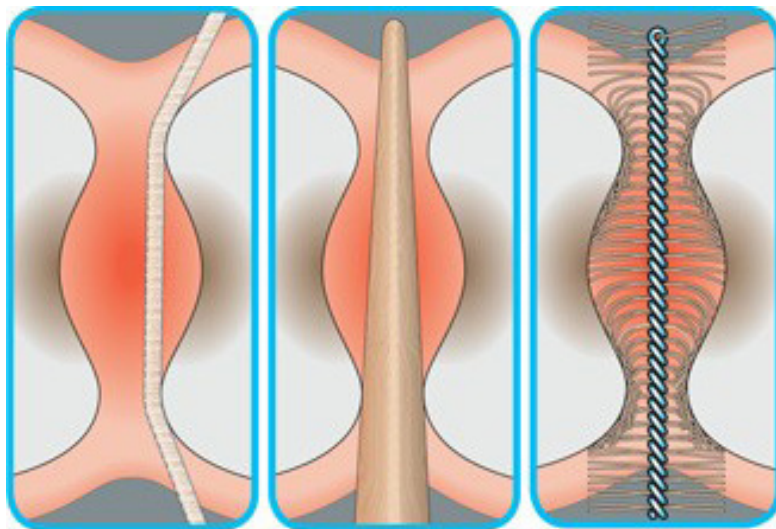
Časopis Stomateam a Stomatolog

Vypracovali: Molnárová, Mindeková 2. DHD

Dentálna niť

/dental floss/

Predstavuje účinný prostriedok pre odstránenie plaku z aproximálnych plôch, čím zabraňuje vzniku zubného kazu v medzizubnom priestore. Používa sa pred vyčistením zubov zubnou kefkou. Patrí preto medzi podstatné doplnkové mechanické prostriedky, ktorý však nenahradí medzizubnú kefku (obr. 1). Indikáciou nie je len dokonalejšie vyčistenie distálnych, či meziálnych plôch, ale aj k stimulácii a masáži gingívy. V dnešnej dobe na trhu nachádzame dentálne nite vyrábané s mentolovou príchuťou, impregnované fluoridom, ktorý je veľmi podstatný svojím pôsobením proti zubnému kazu, voskované, ktoré ľahko prechádzajú medzi tesne umiestnené zuby, ale i nevoskované. Technika čistenia zubnou niťou vyžaduje väčšiu zručnosť, nedostatočné a nesprávne použitie vedie k poraneniám gingívy.



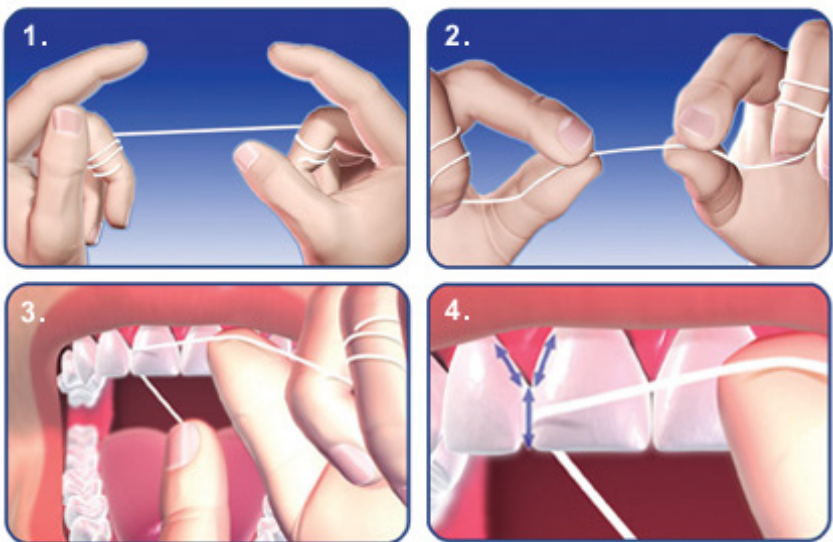
Obr. 1, Rozdiel v účinnosti použitia zubnej nite, špáradla a medzizubnej kefky v medzizubnom priestore

Použitie dentálnej nite.

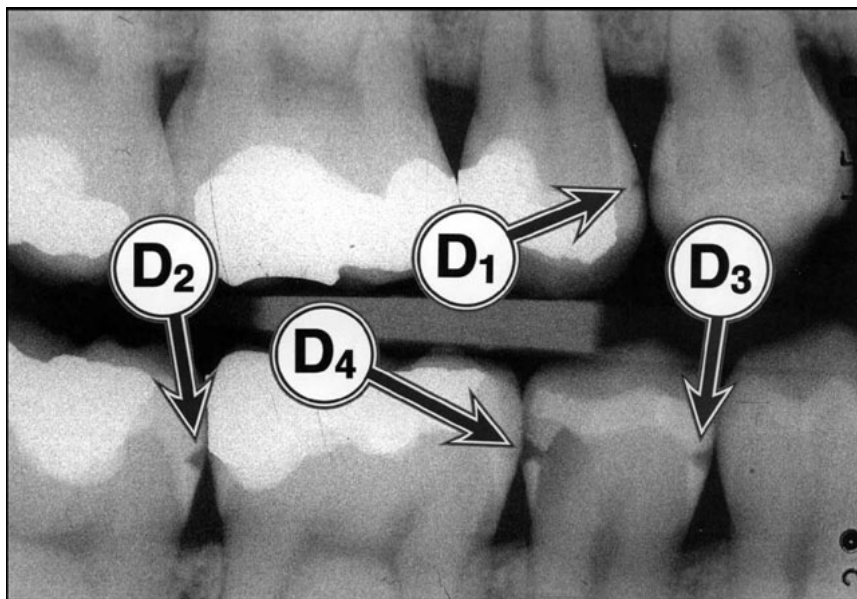
Pred použitím dentálnej nite je podstatné stanoviť si správnu dĺžku vlákna, ktoré je nasledovné: konce vlákna sa navinú na prostredné prsty oboch rúk tak, aby vlákno bolo napnuté na danú diaľku vzdialenosti oboch abdukovaných palcov. Pre čistenie horného pravého kvadrantu sa vlákno napína pravým palcom a ľavým ukazovákom, pri ľavom kvadrante vlákno je napínané medzi ľavým palcom a pravým ukazovákom. Pre celú mandibulu sa vlákno napína medzi oboma ukazovákmi. Vzdialenosť medzi napínajúcimi prstami má byť cca 1,2 – 1,5 cm. Vlákno sa zasúva z okluzálnych plôch medzi jednotlivé zuby, kedy ako náhle prejde cez bod kontaktu, vlákno ťaháme po distálnej alebo meziálnej ploche až do gingiválneho sulku a späť k bodu kontaktu. Je nutné, aby sme každú aproximálnu plochu čistili dvakrát. (pre vhodnejšie čistenie distálnych plôch existuje aj držiak pre vlákno v tvare písmena Y obr.2).



Obr. 2, Držiak na dentálnu niť



Obr. 3, Schematické znázornenie použitia dentálnej nite



Obr. 4, Na rtg snímku môžeme vidieť zubné kazy na aproximálnych plochách, ktorým sa dalo predísť používaním dentálnej nite.

Použitá literatúra:

KILIAN, Jan, a kol. Prevence ve stomatologii. 2. vyd. Praha: Galén, 1999. 240s. ISBN 80-7262-022-3.

Vypracovala: Ivana Kinderová DH1

Erasmus

/Bibiána Dugasová/

Bibiána Dugasová (23 rokov);

Som študentkou tretieho ročníka v študijnom odbore Dentálna hygiena a vďaka Prešovskej univerzite v Prešove som mala možnosť zúčastniť sa na praktickej stáži vo Fakultnej nemocnici v Hradci Králové, ktorej náleží čestné miesto medzi najväčšími zdravotníckymi zariadeniami nielen vo východných Čechách, ale aj v celej Českej republike.

Začalo to prihláškou, kde nevypísaná ostala len jedna, tá najspodnejšia kolónka, ktorá čakala na môj podpis. Vtedy som ešte netušila, že prežijem najkrajšie tri mesiace svojho študentského života. No teraz viem, že som sa rozhodla správne. Ešte nikdy som za takú krátku dobu nemala toľko zážitkov, nespoznala toľko úžasných ľudí a neodniesla si so sebou toľko skúsenosti. Môj Erasmus pobyt sa konal v rozpätí mesiacov máj - júl 2012 v idylickom meste zvanom Hradec Králové.

Po príchode do Čiech sa všetko obrátilo akoby na ruby. Spoznala som nové kultúry, zamilovala som si mesto, našla si priateľov, vlastné bývanie. Na Erasmu však zažívate momenty dvakrát intenzívnejšie. Zrazu sa moje zabehnuté kolajne menili na novú cestu poznania, no verím, že zásadná zmena postavená na dobrých základoch je predpokladom dobrého vývoja či už osobného alebo profesionálneho.

Takúto zmenu a výmenu ľudí, prostredia, krajiny a školy na určitý čas odporúčam každému, pretože do veľkej miery mení život, alebo aspoň pohľad naňho. Erasmus nezmenil len tri mesiace môjho života, ale stal sa základňou, na ktorej budem budovať svoju budúcnosť. Sú to noví priatelia, nová škola, nové skúsenosti, nový domov. Vraví sa, že cestujeme, aby sme zistili čo hľadáme a vraciame sa domov, aby sme to našli. Presne preto som sa i ja rozhodla pre Erasmus. Násť sa Erasmus bola výzva. Ja som ju prijala a oplatil sa to. Teraz už viem, že Erasmus bola nielen najlepšia voľba, ale i najlepšia ÉRA môjho doterajšieho študentského života.



Neagresívna parodontitída

Neagresívna parodontitída je pomalá deštrukcia parodontu tzv. chronická parodontitída.

O parodontitíde hovoríme vtedy, ak chorobné zmeny postihli celý závesný aparát – parodont, pričom došlo aj k rezorpcii- rozpusteniu alveolárnej kosti. Tento zápalový proces znamená irreverzibilné straty tkanív (poškodenie s následkami), ktoré postupne pri nedostatočnej liečbe vedú k úplnej strate závesnéhoaparátu, ktorý drží zub a tým dochádza aj k strate zuba. Typ zápalu parodontu stanovíme podľa typu rezorpcie alveolárnej kosti.

Vzniká po 30. roku a jej priebeh je veľmi pomalý. Označuje sa ako P2. Podľa stavu rezorpcie na rtg snímke je možné stanoviť stupeň zápalu a štádium ochorenia. Pri kompletne zachovanej lamine dure v celom rozsahu u všetkých zubov je stav hodnotený bez prítomnosti parodontitídy. Ak sa rezorpcia vyskytuje v oblasti jedného zuba, diagnóza je parodontitída. RP2- rezorpcia laminy dury v celej hrúbke, začiatok rezorpcie v spongióze je stredne ťažký stupeň parodontitídy, druhé štádium.



Obr.1: 40 r.pacient s neagresívnou formou parodontitídy. Zdroj: vlastný archív

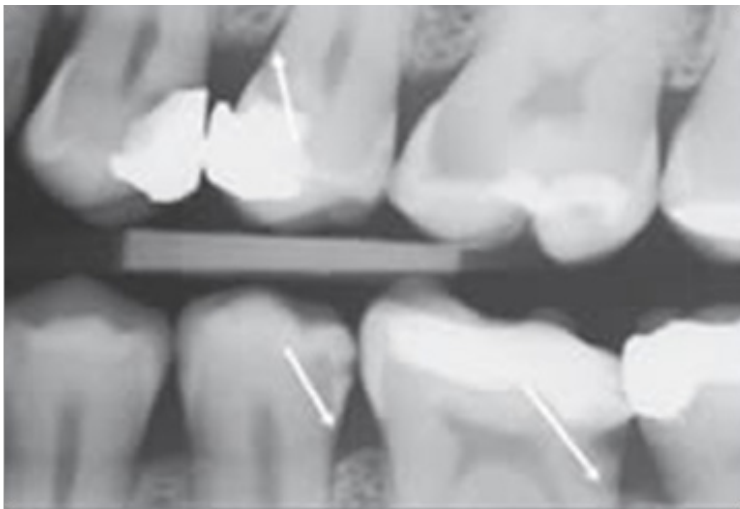


Obr.2. Rozpustená laminadura, začínajúca rezorpcia kosti v oblasti spongiózy, stredne ťažký stupeň parodontitídy. Zdroj: vlastný archív

Zistenie a hodnotenie prítomnosti parodontitídy sa robí podľa stanovených kritérií. Tieto kritériá nám pomôžu lepšie stanoviť danú diagnózu. Sú to:

1. Smer ústupu kosti: A – horizontálny, B – vertikálny
2. Počet zubov, pri ktorých prebieha rezorpcia: A – lokalizovaná, B – generalizovaná forma
3. Vek pacienta, genetické faktory, celkový zdravotný stav pacienta ...
4. Čas, koľko milimetrov kosti za aký čas sa poškodilo – v priebehu niekoľkých mesiacov, rokov (3–5 milimetrov za 1–5 rokov), v priebehu niekoľkých desiatok rokov
plak – zápal a ďalšie faktory dráždenia parodontu

Príčinou parodontitídy sú baktérie, ktoré sú v biofilme plaku. Zodpovedajúcou liečbou t.j. pravidelným odstraňovaním plaku – baktérií- pravidelným čistením zubov, ďasien a prítomného parodontálneho vaku je možné toto ochorenie zastaviť. Preto sa u niekoho z gingivitídy postupne rozvinie parodontitída a u iného nie, nie je úplne dokázané. Závisí to od rozmnožovania patogénnych



Obr.3: Rozšírenie parodontálnej štrbiny a rozpúšťanie laminy dury následkom pôsobenia plaku na previsnutých výplniach, kazových dutinách. Zdroj: vlastný archív

mikroorganizmov, od ich prenikania do tkanív, ale predovšetkým od pohotovosti organizmu reagovať na infekciu, čiže od jeho odolnosti. Špecifické baktérie zapríčiňujú neagresívnu parodontitídu, tieto baktérie žijú v subgingiválnom plaku, v subgingiválnom priestore, ktorý ich chráni. Pri aktivite sa tu pomnožia agresívne baktérie ako *Actinobacillus actinomycetemcomitans* Aa, *Porphyromonas gingivalis* Pg, *Tannerella forsythia*. Neagresívna parodontitída prebieha vtedy ak prevažujú málo patogénne baktérie.

Antibiotiká nie sú indikované na liečbu neagresívnej parodontitídy. Iba mechanické rozrušenie plaku je princípom liečby zápalu a je základom ničenia krehkých anaeróbných patogénov. Patogény (choroboplodné zárodky) pri neagresívnej parodontitíde sú pravdepodobnou endogénnou (vnútornou) infekciou organizmu a sú súčasťou parodontu.

Použitá literatúra :

<http://www.dentalcare.cz/odbclan.asp?ctid=62&arid=1107>

<http://www.jurcovajana-stomatolog.webgarden.cz>

Orálna hygiena II.,III. E.Kovaľová a kolektív

Zuzana Malková

Orálne zdravie v tehotenstve.

Od prvej chvíle, kedy sa žena a jej najbližšie okolie dozvie, že pod srdcom nosí nový život, praje si, aby ona aj dieťa boli zdravé. Tehotenstvo vyvoláva v materskom organizme mnoho zmien súvisiacich so zaistením vývoja plodu, prípravou na pôrod a kojenie. S vypísaným tehotenským preukazom od gynekológa by preto nastávajúca mamička mala absolvovať ešte ďalšie vyšetrenia, okrem iného aj stomatologické. Zanedbanie orálnej hygieny v tehotenstve znamená pomnoženie mikroorganizmov v ústnej dutine matky. Mikroorganizmy a ich toxíny sa dostávajú do krvného obehu a môžu negatívne ovplyvniť vývoj plodu. V súčasnosti sa dáva do súvislosti spojitosť medzi zanedbaným orálnym zdravím matky a rizikom spomalenia vývoja plodu, nízkej pôrodnej hmotnosti, predčasného pôrodu. Z toho dôvodu sa odporúča parodontologické vyšetrenie, oštenie u tehotných žien respektíve i u žien plánujúcich graviditu.



Obr. stiahnutý z <http://comfort.comfortdds.com/blog/bid/121155/Protect-Your-Baby-in-Pregnancy-Oral-Health-Alerts>

Počas tehotenstva by mala budúca mamička navštíviť zubného lekára alebo dentálnu hygieničku najmenej tri krát. Vrámci prvej návštevy absolvuje podrobné vyšetrenie ústnej dutiny. Na základe anamnézy a vyšetrení potom ZL/DH zostaví plán prípadného oštenia, pričom v prvom trimestri sa ošteria akútne lézie. Ich priebeh by sa v súvislosti so zvýšenou koncentráciou progesterónu a nedostatočným odstránením plaku zrýchlil.

V prvej návšteve dentálny hygienik informuje tehotnú ženu o rizikách vyplývajúcich z nedostatočnej ústnej hygieny, častejšej konzumácie jedál a nápojov, konzumácie sladkých, kyslých jedál, prípadných nevolnostiach sprevádzaných zvracaním. Je potrebné podchytiť stav orálnej hygieny, zlepšenie hygienických návykov u tehotnej pacientky už v prvom trimestri. Objasniť súvislosti medzi orálnym zdravím matky a dieťaťa. ZL/Dh by mal pacientku informovať o rizikách vyplývajúcich z neodstráneného, nedostatočne odstráneného plaku. Niektoré ženy trpia počas gravidity gingivitídou. Obzvlášť tie ženy, ktorým sa objavovalo krvácanie ďasien už pred tehotenstvom, dochádza na začiatku tehotenstva pomerne náhle k väčšiemu krvácaniu. To ženu samozrejme prekvapí, zľakne sa a obmedzí čistenie chrupu. Preto je dôležité venovať sa na prvom sedení dôkladnej inštrukčii – čisteniu zubnou kefkou s mäkkými štetinkami, stieravou technikou. U pacientiek s rozvinutou gingivitídou technikou Bass. V období tehotenstva je bežné, že pacientka pri čistení zubov trpí dávičným reflexom. V súvislosti s tým ostávajú zadné zuby nedočistené. V tomto prípade je ideálnou pomôckou jednozväzková kefka.

V prípade častého zvracania sa v dutine ústnej vytvára kyslé prostredie, ktorého vplyvom dochádza k demineralizácii skloviny, čím sa zníži jej odolnosť voči mikroorganizmom. Týmto mechanizmom dochádza k zvýšenej kazivosti zubov a ochoreniam ďasien. Je potrebné vyvrátiť niekoľko generácií pretrvávajúci mýtus o odoberaní vápnika vyvíjajúcim sa plodom z matkiných zubov. Kyseliny pochádzajúce zo žalúdka majú pH nižšie ako kyseliny produkované kazotvornými baktériami. Ich vplyvom je sklovina zubov oslabená a bezprostredné mechanické čistenie by ju mohlo trvalo poškodiť. Pacientkám sa preto odporúča po zvracaní vyplachovať ústa čistou alebo ústnou vodou, aby čím skôr došlo k zriedeniu agresívnych kyselín a remineralizácii.

V období gravidity dochádza k odlišnému vnímaniu chuti jedla. Individuálne sa popisuje zvýšená chuť na sladké alebo kyslé potraviny. Je potrebné uvedomiť si, že zvýšený príjem sladkostí nedokáže plnohodnotne nahradiť vyváženú stravu. So zvýšenou konzumáciou sladkých potravín by preto mala byť zvýšená aj orálna hygiena v podobe mechanického odstraňovania zvyškov potravy a plaku zubnou kefkou a mezizubnými pomôckami. Po konzumácii kyslých potravín ústa vyplachovať čistou alebo ústnou vodou bez mechanického čistenia. Hojne by v strave malo byť zastúpené ovocie a zelenina. Vyššiu spotrebu železa zabezpečí konzumácia vajíčok, zeleného šalátu, kaka a morských rýb. Úplne sa vyvarovať údeným pokrmom a výrobkom s kofeínom (káva, čaj, energetické nápoje).

V druhom trimestri je naplánované sedenie v zubnej ambulancii s cieľom kontroly dodržiavania preventívnych odporúčaní a na základe zistených nedostatkov sa remotivuje a reinštruuje. V prípade potreby sú pacientke ošetrované zubné kazy výplňami. Dentálny hygienik odstráni nánosy plaku a zubného kameňa.

Tretia návšteva je naplánovaná v období tretieho trimestra. V popredí tejto návštevy je poučenie budúcej matky o cestách prenosu orálnych mikroorganizmov z rodičov a príbuzných na dieťa. Je potrebné objasniť budúcej matke dôležitosť dodržiavania preventívnych opatrení : nebozkávať dieťa na ústa, neolizovať detskú lyžičku, cumlík. Poučiť pacientku o potrebe čistenia dutiny úst po kojení , na noc navlhčenou gázou, od prerezania prvých zúbkov zubnou kefkou. Odporučiť návštevu zubnej ambulancie od prvého roku dieťaťa. Priviesť rodičov k zodpovednosti za orálne zdravie svojho dieťaťa.

Pri dodržiavaní všetkých preventívnych opatrení a absolvovaní dohodnutých sedení v zubnej ambulancii dochádza k výraznej redukcii možných rizík v období tehotenstva ako aj po narodení dieťaťa. Správna a včasná informovanosť prevedená do praxe v rodičovskej starostlivosti znamená mať dieťaťa, ktoré nebolia zúbky a nemá strach z ošetrovania zubným lekárom.

Zdroje: Stomatip 2/2009 – Mamičky a ich deti

DH scripta 2008 – zdrave dasne i v tehotenstvi

Progresdent 1/2006 – Vplyv parodontitid na vyvoj plodu a jeho casovy priebeh

Monika Pencová 2. DH

Stáž v Nemecku

Na túto stáž sme sa dostali prostredníctvom našej Fakulty zdravotníckych odborov a mobility Erasmus. Pre mňa to bola prvá takáto skúsenosť zo zahraničím, tak som bol veľmi rád, že so mnou bola aj moja spolužiačka Renka, ktorá to tam už poznala a vo veľa veciach mi pomohla.

Stáž sa odohrávala v nemeckom meste Konstanz (Kostnica), ktoré je situované v južnej časti Nemecka hneď pri švajčiarskych hraniciach, ktoré je obklopené jazerom Bodensee. Je to univerzitné mesto s veľmi pekným historickým centrom. Do Konstanz sme cestovali mikrobusedom, ktorý nás dopravil priamo na miesto. Hneď po príchode sme kontaktovali našu Erasmus koordinátorku, pani Dr. Alicu Müller, ktorá nám ochotne vo všetkom pomáhala.

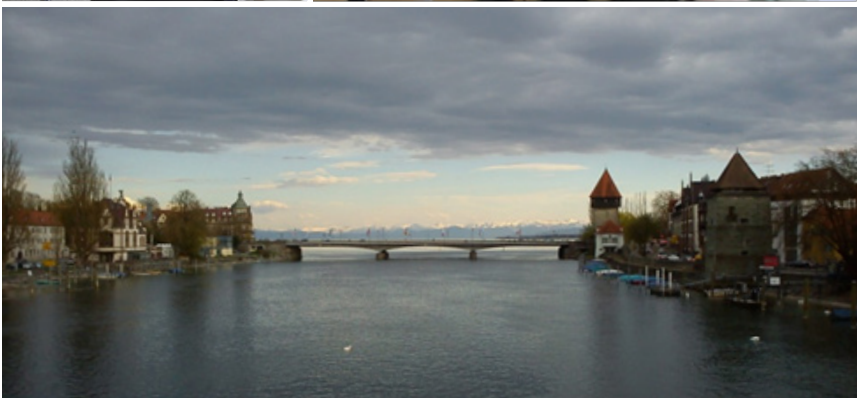
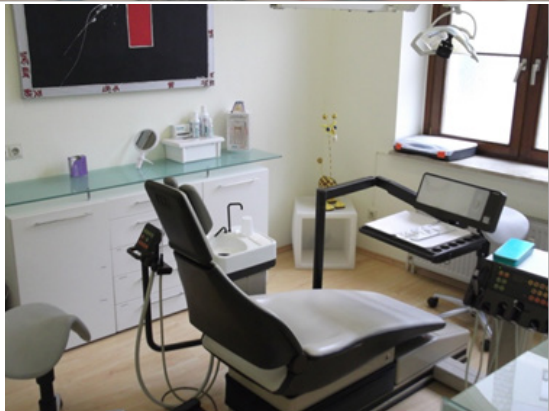
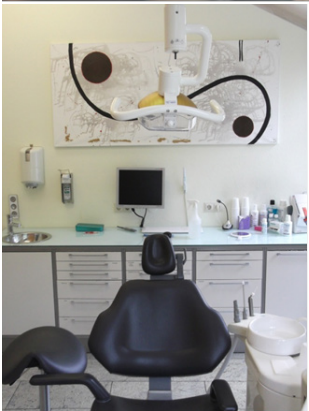
Ubytovanie sme boli v útulnom dvojizbovom byte, ktorý bol plne vybavený, takže nám nič nechýbalo. Z bytu do ambulancie sme mali 15 minút pešo čo bolo veľkou výhodou, pretože sme nemuseli využívať MHD a cestu sme si tak mohli spríjemniť výhľadom na Bodensee.

Praktikum sme vykonávali v zubolekárskej praxi Dr. Nies und kollegen. Táto zubolekárska prax bola veľmi dobre vybavená a pozostávala so 4 samostatných ambulancií. Náplňou našej praxe bola samozrejme dentálna hygiena ale aj asistencia lekárom pri ošetrovaní pacientov, sterilizácia nástrojov a vyvolávanie rtg. Ošetrovali sme deti aj dospelých, ktorým sme odstraňovali supragingiválny zubný kameň a povlaky. Samozrejme sme vykonávali aj motiváciu a inštrukciú v nemeckom jazyku. Na začiatku praxe som sa obával najmä negatívneho prístupu nemeckého pacienta ku mne ako ku cudzincovi, ale príjemne ma prekvapil pravý opak.

Voľný čas sme trávili väčšinou v meste nakupovaním, spoznávaním kultúry a histórie, a samozrejme nemohli sme vynechať ani spoznávanie nočného života. Vzhľadom na polohu mesta sme mali len na skok do Švajčiarska, kde sme si výletmi spríjemnili ne jeden víkend.

Naša stáž bola pre nás veľmi pozitívna skúsenosť, ktorá nám dala veľa praktických a teoretických vedomostí a odporúčame každému, kto má záujem, aby neváhal a na takúto stáž určite išiel.

Michal Ferko a Renáta Gumanová





Občianske združenie Zdravý úsmev

Kapušianska 2, 080 06 Prešov
IČO: 377 88 167, č. účtu: 2661718086/1100

**S vašou pomocou nám uľahčíte
boj proti zubnému
kazu u vašich detí.**