

Global Periodontal Health Project

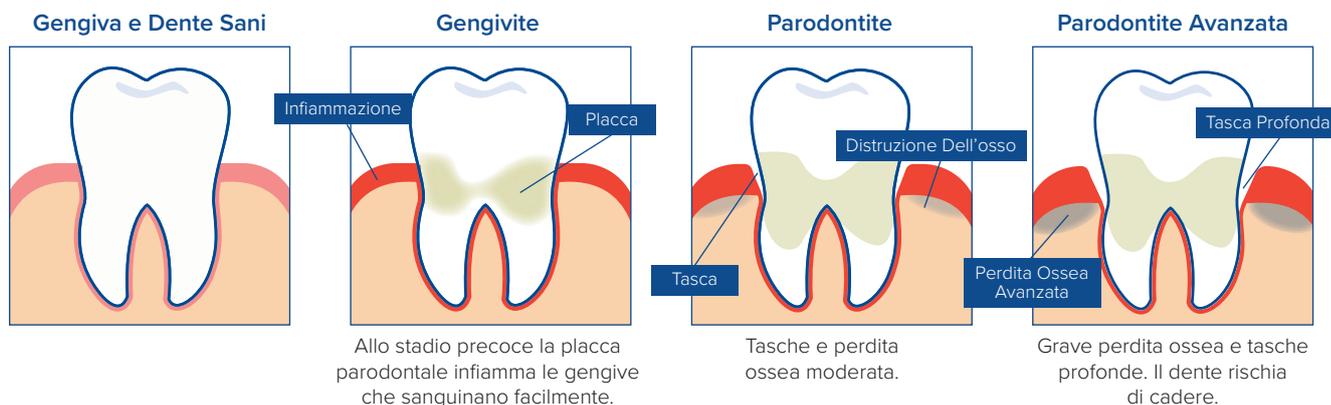


FDI's project to reduce the burden of periodontal diseases

Nel corso della visita odierna il tuo professionista della salute orale ha rilevato una lieve malattia parodontale (gengive) nota come gengivite.

Che cosa significa?

Significa che nella tua bocca è presente un'infezione e un'infiammazione indolori, causate dalla presenza generalizzata di placca dentale e che provocano il sanguinamento delle gengive quando ad esempio usi lo spazzolino da denti. Il sanguinamento non è una cosa normale. Questa infezione è causata dallo squilibrio dei batteri presenti nella bocca e nelle gengive chiamato placca dentale.



Cos'è la placca dentale e perché le gengive sanguinano?

La placca dentale è un complesso insieme di batteri che si formano costantemente e aderiscono ai denti e sotto le gengive. Questi batteri rilasciano continuamente tossine dannose che causano l'infiammazione delle gengive (sanguinamento), alitosi (alito cattivo) e possono anche provocare la carie. Se la placca dentale non viene rimossa efficacemente con lo spazzolino e il filo interdentale, diventa tartaro duro che può essere rimosso solo da un professionista della salute orale.

Se la malattia gengivale non è controllata, può passare da un'infiammazione reversibile delle gengive (gengivite) a un'infiammazione distruttiva dei tessuti parodontali detta parodontite. La parodontite provoca la distruzione permanente dell'osso che sostiene il dente. Se la parodontite non è controllata, può portare alla perdita dei denti che può influire sulla masticazione, sul modo di parlare, sull'aspetto, sull'autostima e sulla qualità della vita.

Le malattie gengivali sono importanti?

Oltre a causare la perdita dei denti, le malattie gengivali possono influire anche sulla salute generale. La bocca è la porta d'accesso al corpo che permette ai batteri e alle loro tossine derivanti da malattie gengivali non trattate e non controllate di entrare nel flusso sanguigno, contribuendo a gravi patologie, come il diabete, le malattie cardiache, gli ictus, il morbo di Alzheimer, la polmonite, le malattie renali, alcune forme di cancro ed esiti negativi della gravidanza.

Cosa aumenta il rischio di contrarre malattie gengivali?

Le gengiviti leggere possono colpire la maggior parte delle persone, ma alcuni fattori di rischio possono causare una parodontite più distruttiva, come una cattiva igiene orale, il fumo e il diabete. Altri fattori di rischio includono la genetica, lo stress, l'obesità e alcuni farmaci. Si consiglia di chiedere al proprio dentista e/o igienista dentale come ridurre il rischio di malattie gengivali.



Global Periodontal Health Project



FDI's project to reduce the burden of periodontal diseases

Cosa si può fare per la gengivite?

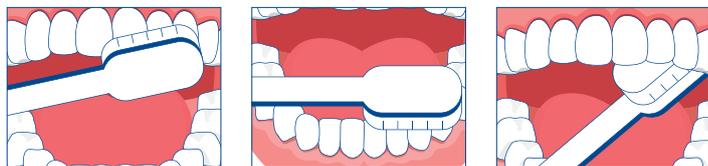
Il problema può essere risolto ma richiede un'attenzione quotidiana ed è opportuno chiedere l'aiuto del proprio dentista il prima possibile per effettuare il trattamento parodontale più appropriato ed efficace e le cure di mantenimento.

Spazzolare bene i denti per almeno due minuti, due volte al giorno, usando uno spazzolino manuale o elettrico che abbia una testina morbida e piccola con setole arrotondate, tenendo lo spazzolino ad un angolo di 45 gradi rispetto alla superficie del dente. Uno spazzolino elettrico aiuta a rimuovere meglio la placca.

Spazzolatura Elettrica



Spazzolatura Manuale



- Usare un dentifricio che contenga 1500 ppm di fluoro (max).
- È inoltre consigliato pulire ogni giorno tra i denti utilizzando il filo interdentale e/o scovolini interdentali della misura corretta.
- È consigliato l'uso di dentifrici e/o colluttori specifici, con effetti anti-infiammatori e anti-placca.
- Pulire anche la lingua usando una raspa per lingua o lo spazzolino da denti.
- Il professionista della salute orale può aiutare ad intraprendere le buone abitudini di igiene orale per ottenere i risultati migliori.

Come viene trattata una gengivite lieve?

La cosa più importante è perfezionare le abitudini di igiene quotidiana per prevenire l'accumulo di placca. Può essere necessario far effettuare la detartrasi (spesso chiamata pulizia dei denti) per rimuovere gli accumuli di tartaro duro sopra e sotto le gengive.

Il sanguinamento delle gengive è una cosa seria. Chiedere aiuto al proprio professionista della salute orale il più presto possibile se si notano problemi e non dimenticare di fare visita al dentista due volte all'anno.

Come ridurre il rischio di contrarre malattie gengivali?

Il rischio può essere ridotto mantenendo le buone abitudini di igiene orale, evitando l'uso del tabacco, smettendo di fumare, seguendo una dieta sana ed equilibrata e consumando meno zucchero, meno spesso. Il rischio può essere limitato anche riducendo lo stress, facendo regolare esercizio fisico, dormendo bene e andando regolarmente dal dentista e dall'igienista.

