

Zawsze blisko naszych pacjentów!

Poziom edukacji dzieci w aspekcie higieny i profilaktyki jamy ustnej

Jednym z najczęściej występujących schorzeń i jednocześnie najbardziej kosztownymi są choroby jamy ustnej. Próchnica dotyka szczególnie dzieci, a Polska jest jednym z krajów o najwyższym odsetku dzieci z próchnicą w Europie. Jak wynika z badań, próchnicę ma 40% dzieci w wieku do 6 lat i aż 80% dzieci w wieku do 12 lat¹.

Profilaktyka jamy ustnej

Właściwa higiena i profilaktyka jamy ustnej, to najtańsza i najskuteczniejsza metoda zapobiegania chorobom zębów i dziąseł. Według oceny stomatologów, około 90% dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym ma już próchnicę. Wynika to z niewłaściwej higieny i braku edukacji, zarówno samych dzieci, jak i rodziców, opiekunów czy wychowawców. Dlatego tak ważne jest, by już od najmłodszych lat, uczyć nawyku szczotkowania zębów co najmniej dwa razy dziennie. Dziecko powinno wiedzieć, że mycie zębów związane jest z jego zdrowiem i że dzięki temu będzie się lepiej czuło i rozwijało. Zabiegi oczyszczania jamy ustnej najlepiej rozpocząć już u niemowlaków, oczyszczając wnętrze buzi namoczonymi w przegotowanej wodzie, czy rumianku, gazikami.

Program edukacyjny „Chroń Dziecięce Uśmiechy”

1 września 2013 r. w polskich szkołach rusza program edukacyjny „Chroń Dziecięce Uśmiechy”. Ma na celu przeprowadzić bezpłatne przeglądy dentystyczne dzieci w wieku 6-12 lat w regionach, w których odnotowuje się najwyższy odsetek dzieci z próchnicą. Na początku stomatolodzy odwiedzą uczniów z województw: lubelskiego, warmińsko-mazurskiego, podkarpackiego, świętokrzyskiego i opolskiego. Ponadto, przy współpracy z Polskim Czerwonym Krzyżem, w wybranych szkołach podstawowych, przeprowadzone zostaną specjalne lekcje edukacyjne, podczas których najmłodszy dowiedzą się, jak prawidłowo dbać o zęby.

Zatrważające wyniki badań

Według Ministerstwa Zdrowia², 50% dzieci w wieku 3 lat, ma zęby z ubytkami próchnicowymi. Wynika to z braku badań kontrolnych zębów mlecznych, co potwierdzają wyniki ankiety, według której, 60% matek dzieci w wieku 3 lat nie było z dzieckiem u

¹ Wyniki badań epidemiologicznych prowadzonych w ramach programu Monitoring Zdrowia Jamy Ustnej w 2010 ., Ministerstwo Zdrowia, Warszawa, 30 czerwca 2010 r.

² Program „Monitorowanie stanu zdrowia jamy ustnej populacji polskiej w latach 2013-2015” .

stomatologa. Odsetek 5-latków z próchnicą sięga już blisko 80%. Nielezione choroby zębów w tak wczesnym wieku potęgują tylko wzrost chorób jamy ustnej w wieku późniejszym.

Badanie poziomu wiedzy u ośmiolatek

Jak wynika z badania³ przeprowadzonego na 50 uczniach szkoły podstawowej w gminie Żywiec, w której realizowany jest samorządowy program profilaktyczny „Zapobieganie próchnicy zębów u dzieci i młodzieży” oraz 51 uczniach klas drugich szkół wiejskich powiatu żywieckiego, w których nie prowadzono tego programu – dzieci, które brały udział w badaniu profilaktycznym, wykazały się większą wiedzą z zakresu profilaktyki jamy ustnej, niż dzieci, które nie były objęte tym programem. Miały również pozytywne odczucia związane z wizytą u stomatologa. 96% dzieci z grupy objętej programem profilaktycznym wiedziało, że zęby należy myć przynajmniej 2 razy dziennie. Poprawnej odpowiedzi z grupy drugiej udzieliło 68,6% dzieci. Natomiast co drugie dziecko z każdej z grup, nie wiedziało, że na kontrolne wizyty do dentysty należy chodzić co pół roku. Na pytanie: „Jak często powinno wymieniać się szczoteczkę do zębów?”, dzieci obu grup najczęściej odpowiadały „jak będzie zniszczona”. Uczniowie lepiej poradzili sobie z odpowiedziami na pytania dotyczące żywienia. 88% dzieci grupy pierwszej i 96,1 % dzieci grupy drugiej, uznały mleko jako najzdrowszy napój. Podobnie nie mieli problemów z odpowiedzią na pytanie, co jest zdrowsze dla zębów – guma do żucia z cukrem, bez cukru czy jedzenie cukierków. Większość wiedziała czym jest próchnica oraz jak nazywa się lekarz, który leczy zęby.

Wnioski

Na podstawie przeprowadzonych badań, można stwierdzić, że grupa badanych ośmiolatek ma pewien zasób wiedzy z zakresu profilaktyki jamy ustnej, często jednak ta wiedza nie jest wykorzystywana w praktyce. Wiązać się to może z brakiem nadzoru ze strony osób dorosłych. Ponadto, lepszą wiedzą wykazały się dzieci biorące udział w programie profilaktycznym, co sugeruje, że prowadzone działania edukacyjne z zakresu zdrowia i higieny jamy ustnej okazały się skuteczne.

Mimo prowadzonych programów edukacyjnych, zarówno w szkołach jak i gabinetach stomatologicznych, to na rodzicach i opiekunach spoczywa obowiązek dbania o zdrowie dzieci. One same, mimo chęci, nie muszą wiedzieć, jak postępować poprawnie, zwłaszcza kiedy chodzi o profilaktykę. Dlatego tak ważny jest ich udział w stomatologicznych programach profilaktycznych, a także systematyczne, kontrolne wizyty w gabinecie dentystycznym. Lek. stom. Kazimierz Szulist

³ Urszula Kalińska, Magdalena Hartman, Barbara Błońska-Fajfrowska, *Profilaktyka a stan uzębienia ośmiolatek. I. Zasób wiedzy dzieci z zakresu higieny jamy ustnej i zachowań prozdrowotnych*, Wiadomości lekarskie, 2009, LXII, 4; 226-234.