

Naj vam okrepljena ustna higiena pomaga nadzorovati sladkorno bolezen

► Katarina Petrović

Sladkorna bolezen je kronična presnovna bolezen. Osnovna motnja je nesposobnost prehajanja krvnega sladkorja (glukoze) iz krvi v celice. To prehajanje omogoča inzulin. Če ga je v krvi premalo ali če se celice nanj ne odzovejo, se koncentracija krvnega sladkorja poveča. Pojavnost sladkorne bolezni v svetu zadnja leta strmo narašča, z njo se spoprijema približno šest odstotkov prebivalstva, v Sloveniji pa približno osem odstotkov populacije. Glavna posledica sladkorne bolezni je stalno povišana raven glukoze v krvi (hiperglikemija), kar negativno vpliva na zdravje celotnega telesa, s tem pa tudi na ustno zdravje.

Da bi se izognili zapletom, je treba vrednosti krvnega sladkorja skrbno nadzorovati. Pomembno je tudi vzdrževanje dobre ustne higiene. Ljudje s sladkorno boleznijo so namreč nagnjeni k slabšemu zdravju zob in obzobnih tkiv, boleznimi obzobnih tkiv pa predstavljajo pri bolnikih s sladkorno boleznijo enega izmed glavnih zapletov.

Sladkorna bolezen vpliva na stanje obzobnih tkiv, parodontitis pa na presnovno urejenost sladkorne bolezni. Ta dvostranost se kaže tudi pri zdravljenju: za uspeh parodontalnega zdravljenja je pomembno čim zgodnejše odkrivanje in zdravljenje sladkorne bolezni, parodontalno zdravljenje pa je nujno tudi za zmanjšanje vpliva vnetij obzobnih tkiv

okus, nastanek špranj med zobmi, spremenjen ugriz.

- S preprečevanjem parodontalnih vnetij se izboljša stanje obzobnih tkiv, s tem pa tudi urejenost glikemije. Tako se zmanjša potreba po zdravlilih in insulinu, izboljšata pa se odpornost proti vnetjem in celjenje ran.
- Sladkorni bolnik s parodontalno boleznijo zelo težko uravnava raven krvnega sladkorja. Brez obvladovane ravni krvnega sladkorja, kar lahko bolnik doseže z zdravlili in pravilno prehrano, pa ne moremo pričakovati učinkovitega zdravljenja parodontalne bolezni.



Sladkorna bolezen in ustno zdravje

Pacienti s sladkorno boleznijo so bolj dovzetni za nastanek vnetja v telesu, tudi za vnetje obzobnih tkiv ali gingivitis. V ustni votlini diabetikov se namreč v velikih količinah tvorijo vnetne snovi. Znanstvene raziskave kažejo, da je pri bolnikih s sladkorno boleznijo od tri do štirikrat večje tveganje za razvoj parodontalne bolezni in kar 15-krat večja verjetnost, da bodo izgubili vse svoje zobe, v primerjavi z ljudmi, ki nimajo sladkorne bolezni.

Povezanost med sladkorno in parodontalno boleznijo je dvosmerna – slad-

kovitega zdravljenja parodontalne bolezni.

Nasveti za vzdrževanje dobre ustne higiene pri bolnikih s sladkorno boleznijo

- Parodontalna bolezen je trdovratna in večplastna bolezen, ki pri ljudeh s sladkorno boleznijo zahteva pravi protokol. Za učinkovito zdravljenje je namreč potrebno sodelovanje pacienta, zobozdravnika, parodontologa, osebne zdravnika in diabetologa.
- Znaki parodontalne bolezni: krvaveče in zatečene dlesni, občutljivi zobje, dlesni se umikajo od zob – zobje so videti daljši, slab zadah in slab

kovitega zdravljenja parodontalne bolezni.

- Vnetju ali gingivitisu se lahko izognemo z rednim in temeljitim odstranjevanjem plaka. Če vnetju ne namenimo pozornosti, bo napredovalo v parodontalno bolezen. Napredovala parodontalna bolezen poleg dlesni prizadene še druga obzobna tkiva – zobnico, cement in alveolarno kost, ki sicer omogočajo, da je zob trdno zasidran v kosti.
- Za sladkorne bolnike z zdravimi obzobnimi tkivi se priporočata na leto po dva obiska pri zobozdravniku, za tiste z ozdravljeno napredovalo obliko parodontalne bolezni pa po štirje.