

*Обрыскина Анастасия Евгеньевна*

стоматолог

БУ «Чебоксарская районная больница»

Минздрава Чувашии

п. Кугеси, Чувашская Республика

## **ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА –**

**НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ПРОЦЕДУРА ДЛЯ ТОГО,**

**ЧТОБЫ ЗУБЫ ВСЕГДА БЫЛИ ЗДОРОВЫМИ**

*Аннотация: статья посвящена профессиональной гигиене полости рта, которая занимает важное место в оздоровлении и профилактике стоматологических заболеваний. Она направлена на контроль состояния зубов, своевременное удаление зубного налёта, предотвращение возникновения кариеса зубов и зубного камня, а также развития гингивита и пародонтита.*

*Ключевые слова:* профессиональная гигиена полости рта, чистка зубов, профилактика заболеваний, пародонтоз, здоровые зубы.

Во все времена здоровье зубов неоспоримо связывалось с гигиеной полости рта. Учитывая, как в наше время распространяется кариес, стоматологи стремятся использовать все возможные современные методы профилактики заболеваний, а также направлять пациента на правильные и эффективный домашний уход за зубами.

Первичная профилактика стоматологических заболеваний состоит из комплекса мероприятий, характер которых зависит от возраста человека, климатогеографических особенностей местности, где он проживает, социально-бытовых условий и т. д. Ведущим мероприятием в этом комплексе является гигиена полости рта.

В настоящее время принято различать индивидуальную и профессиональную гигиену. Индивидуальная гигиена подразумевает тщательное и регулярное удаление каждым человеком отложений с поверхности зубов и десен с помощью

средств специального назначения. Профессиональная гигиена полости рта проводится специалистами с помощью инструментов, аппаратов, приспособленки и медикаментов, предназначенных для этих целей. В этом случае не только обеспечивается удаление отложений со всех поверхностей зубов, но и проводится контроль качества индивидуальной гигиены, диагностика ранних стадий кариеса зубов и заболеваний пародонта.

К предметам индивидуальной гигиены можно отнести как основные предметы: зубные щетки и зубные нити, так и вспомогательные: зубочистки, ёршики, скребки, ирригаторы.

В профессиональной гигиене ПР выделяют четыре основных этапа:

Первым проводят контролируемую чистку зубов самим пациентом. Начинают с тщательного обследования с расчетом индексов интенсивности кариеса, гигиенического индекса, оценкой состояния слизистой оболочки полости рта и тканей пародонта. Определяют прикус. Важно информировать пациента о том, что от качества ухода зависит успех лечения заболеваний и дальнейшее состояние зубов.

Контролируемая чистка зубов. Пациент чистит зубы индивидуальной зубной щеткой, а затем проводится окрашивание оставшегося налета с помощью индикатора.

Одновременно производится последовательность движений средств индивидуального ухода и порядка проведения массажа десен на манекене или с помощью видео, производится подбор средств индивидуальной гигиены, даются рекомендации по подбору зубной щетки, зубной пасты, средств для межзубных промежутков и ополаскивателей, даются рекомендации по правильному питанию и использованию жевательной резинки.

Второй этап заключается в удалении зубных отложений.

Для начала нужно провести ирригацию полости рта антисептическими растворами. При высокой чувствительности сделать аппликационную или инъекционное анестезию. Затем проводят непосредственное удаление отложений с помощью инструментов. Теперь поподробнее о них.

– ультразвуковое воздействие скайлером. Вибрация кончика – эллиптическая, с частотой 25000–30000 Гц, за счет колебания пластинок при подаче низковольтного электрического сигнала. Кавитация – эффективная, особенно в комплексе с растворами хлоргексидина, йода, фтора, соды;

– низкочастотное воздействие. Кончик инструмента осуществляет круговые колебательные движения до 1 мм с частотой 1500–1700 Гц. Инструмент укрепляется к разъему взамен обычного наконечника. Эффективность применения данного метода очень низкая: кавитация не достигается, и при этом травмируются ткани пародонта;

– пьезоэлектрический скайлер. Кончик инструмента движется только в линейном направлении с частотой 45000 Гц. Он обладает широким спектром выбора насадок, большей мобильностью и равномерным ярким освещением рабочего поля;

– ультрадисперсное воздействие (Air-Flow) Этот метод состоит в направленной подаче реактивной струи аэрозоля, содержащего воду и абразивное средство (профилактический порошок с бикарбонатом натрия и альфа-оксид алюминия). Благодаря функциям регулирования подачи воды в наконечник расширяются возможности применения данного метода: удаление зубных отложений, обработка фиссур перед запечатыванием, устранение глубоких пигментаций, препарирование небольших кариозных повреждений, подготовка адгезионных поверхностей для композитных реставраций и ортопедических конструкций.

Третий этап профессиональной гигиены – проводим полирование зубов резиновыми чашечками, щеточками и полировочными пастами для предотвращения образования нового налёта.

Начинать полирование следует с грубой полировочной пастой резиновой чашечкой неабразивного свойства. Далее производится обработка среднезернистой пастой, благодаря которой сглаживаются неровности, образованные предыдущей пастой. И в заключении окончательная полировка мелкозернистой, флюоридсодержащей пастой.

Важно соблюдать последовательность использования полировочных паст, чтобы получить чисто отполированную поверхность.

Межзубные пространства очищают с помощью специальных зубных нитей и мелкозернистой пасты. Заключительным моментом в этом этапе проводят ирригацию ПР антисептическим раствором и контроль определения гигиенических индексов.

Ну и четвёртый, заключительный этап в профессиональной гигиене полости рта относится обязательное флюоризация зубов с использованием фторсодержащих лаков и гелей.

В заключение хочется сказать, что стоматологи рекомендуют производить чистку минимум два раза в год. При наличии несъемной ортодонтической аппаратуры или ортопедических конструкций также рекомендуется проводить чистку чаще.

Противопоказаний к профессиональной гигиенической чистке практически нет. Стоит обратить внимание на некоторые нюансы, такие как наличие бронхиальной астмы или заболеваний сердечно-сосудистой системы.

Профессиональная чистка особенно необходима курильщикам, а также любителям чая или кофе. Но также не стоит забывать про детей, которые любят сладкое.

### ***Список литературы***

1. Богданова Н.А. Комплекс профессиональной гигиены с использованием современных технологий профилактической стоматологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://vitastom.com/kompleks\\_professionalnoy\\_gigienny\\_](http://vitastom.com/kompleks_professionalnoy_gigienny_) (дата обращения: 15.01.2020).