



ADHS magazín

Odborný elektronický magazín pre dentálne hygieničky

Číslo 4/ december 2023



ADHS

Asociácia dentálnych hygieničiek
v Slovenskej republike

www.adhs.sk

ADHS magazín je interný magazín. Upozorňujeme, že obsah tohto magazínu podlieha autorským právam a akékoľvek kopírovanie bez súhlasu ADHS je zakázané.

Zodpovedný šéfredaktor: Mgr., Bc. Koňošová Denisa



Asociácia dentálnych hygieničiek
v Slovenskej republike

Instagram



adhs_dentalne_hygienicky

Vážené kolegyně, vážení kolegovia, partneri a návštevníci webu ADHS,

9. september 2023 v Jasnej, volebný Snem Asociácie dentálnych hygieničiek v Slovenskej republike (ADHS), NÁM (*novému výkonnému výboru ADHS*) priniesol nové životné obdobie. Na tomto sneme som sa s viacerými z Vás mohla osobne stretnúť, s niektorými som však tú česť nemala a preto dovoľte mi sa na úvod v krátkosti predstaviť.

V rokoch 2013 až 2018 som študovala **bezpečnostný manažment** na Žilinskej univerzite v Žiline. Počas štúdia som pracovala na kiosku, ktorý sa zaoberal predajom pomôcok ústnej hygieny a tak som sa dostala k témam ako sú: zuby, dentálna hygiena, orálne zdravie a pod. Tieto a im podobné témy ma začali zaujímať čoraz viac, a tak moje kroky po úspešnom skončení inžinierskeho štúdia viedli znova do školských lavíc a to konkrétne na Prešovskú univerzitu v Prešove, kde som študovala externou formou dentálnu hygienu v rokoch 2018 – 2022.



Obrázok 1: Ing., Bc. Hortalová Janka

Keďže mesto Žilina mi bolo stále blízke, po skončení štúdia na Prešovskej univerzite v Prešove som začala pracovať ako **dentálna hygienička** na klinike Sk Dental Clinic v Žiline, kde pracujem aj dnes.

Krátko po septembrovom Sneme v Jasnej som sa ako prezident ADHS spolu s viceprezidentkou Bc. Kamila Genšor zúčastnila v dňoch 28. 09. 2023 – 01. 10. 2023 meeting-u EDHF v Malage (Španielsko), kde sme sa stretli s delegátmi ostatných štátov EDHF. Meeting sa v krátkosti zaoberal témami ako: kompetencie dentálnych hygienikov v rôznych európskych štátoch, komunikácia jednotlivých štátov s EDHF, štúdium dentálnej hygieny v jednotlivých štátoch Európskej únie. EDHF má záujem aby dentálne hygieničky v celej Európe mali rovnaké kompetencie a vzdelanie.

Spolu s predsedníčkou odbornej komisie Anny Sloviakovej, dipl.d.h. sme sa v mesiaci október stretli s prezidentkou SK MTP pani Ivetou Šlučovou a viceprezidentkou sekcie laborantov pani Mgr. Adrianou Moravčíkovou.

Našou snahou je však naďalej pokračovať v rokovaníach s MZ SR, o čom vás budeme priebežne informovať. V aktuálnom období pracujeme na stretnutiach: s VÚC, aby sme mohli lepšie riešiť rôzne problémy z praxe, organizácii Dentálnych dní pre rok 2024.

Osobne ma môžete opäť stretnúť na tradičnom Trnavskom Mikulášskom seminári, ktorý organizuje dňa 01. decembra 2023 regionálna komora Trnava v spolupráci s SK MTP a SK SaPA.

Na záver chcem všetkým členkám, členom, partnerom a návštevníkom webu ADHS poďakovať za ďalší zvládnutý rok 2023 a zaželať Vám, aby ste prežili najkrajšie sviatky roka v pokoji, pohode a prajem Vám veľa optimizmu a síl do ďalšej práce v nasledujúcom roku 2024.

S úctou,

Ing., Bc. Janka Hurtalová
prezident ADHS

GBT VISIGATE

PRE LEPŠIU VIDITEĽNOSŤ A KOMFORT
PRI GBT OŠETRENÍ



VIAC O GBT
VISIGATE®



EMS⁺
MAKE ME SMILE.

Oral-B VZDELÁVAJTE SA S DENTÁLNOU HYGIENIČKOU JANOU NORKIN

Užitočný youtube video seriál
pre dentálne hynieničky
s novými videami každé
cca 3 týždne.



Akademie
Jany Norkin



Akademie Jany Norkin

@akademiejanynorkin • 376 odběratelů • 14 videí

Seriál edukativních videí určený pro všechny dentální hygienistky a hygienisty, kteří se chtějí... >

oralb.cz/cs-cz a 1 další odkaz

Odebírat

Domovská stránka

Videa

Playlisty

Komunita

Kanály

Informace



Nejnovější

Oblíbené

Nejstarší



Nástroje pro dentální hygienu 2. část
475 zhlédnutí • před 4 týdny



Nástroje pro dentální hygienu 3. část
288 zhlédnutí • před 4 týdny



Rozhovor s Bc. Adélou Gruberovou
667 zhlédnutí • před 1 měsícem



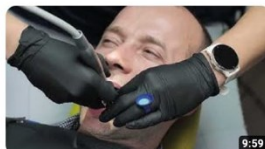
Rozhovor s Lenkou Velebilovou a Petrou Křížovou
230 zhlédnutí • před 1 měsícem



Rozhovor s Mgr. Petrou Křížovou, DiS.
587 zhlédnutí • před 2 měsíci



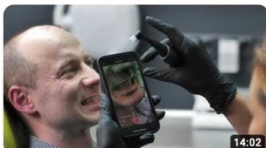
Nástroje pro dentální hygienu 1. část
495 zhlédnutí • před 2 měsíci



Pískování a depurace pacienta
3,1 tis. zhlédnutí • před 3 měsíci



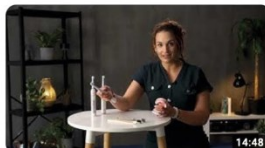
Rozhovor s Lenkou Velebilovou, DiS.
394 zhlédnutí • před 4 měsíci



Instrukce a motivace pacienta v ordinaci
1,3 tis. zhlédnutí • před 6 měsíci



Jak přistupovat k pacientovi v ordinaci
1,2 tis. zhlédnutí • před 7 měsíci



Čistící techniky 2. část
820 zhlédnutí • před 9 měsíci



Čistící techniky 1. část
1,5 tis. zhlédnutí • před 10 měsíci



Základy dentální hygieny
1,5 tis. zhlédnutí • před 10 měsíci



Vítejte v Akademii Jany Norkin
941 zhlédnutí • před 11 měsíci



4.11.2023

Global Oral Health Summit

IFDH 2023

Začiatkom novembra sa konal **online meeting Medzinárodnej Federácie Dentálnych Hygienikov (IFDH)**, ktorého sme boli aj my, ADHS, súčasťou. V prvej časti meetingu nás privítala prezidentka IFDH Vanda Fedora a uviedla najzaujímavejšie projekty pre udržateľnú prácu dentálneho hygienika. Dozvedeli sme sa, ako dentálne hygieničky z celého sveta vyvinuli a zaviedli svoje programy udržateľnosti. Vyučovali najlepšie postupy vo svojich projektoch v starostlivosti o ústnu hygienu pre matky, učiteľov, zdravotné sestry, opatrovateľov a ďalších odborníkov v dentálnom tíme.

Prvý z projektov bol z Kanady: Projekt Maasai Mama Baby - Rozvíjanie kapacít pre budúcnosť zdravých úsmevov. Riaditeľkou vzdelávacieho programu je *Mandy Magil*, RDHP (Svetová Zdravotná Stomatologická Organizácia). Sama riaditeľka tohoto projektu zviditeľňuje potrebu dentálnej hygieny a bezpečnosti jedla v Maasai komunite ľudí.

Ďalší projekt bol z Dánska: Bez zubných kazov vďaka udržateľnej zdravotnej starostlivosti na školách. Skúsenosti z Guatemaly, Rwandy a Palestíny. Autorkou projektu je *Louise Munch Thomsen*, senior manažérka medzinárodných projektov, Dental Health Without Borders.

Projekt z Holandska: Ústna hygiena pre ľudí v zdravotnej starostlivosti a starším, ktorého autorom je *Wil Pelkmans*, zubný terapeut.

A posledný projekt bol predstavený z Nórska: Spolupráca medzi zdravotníckymi centrami a verejnou dentálnou zdravotnou službou v Nórsku. Autorom tohoto projektu je *Cecilie Yttervik Robertsen*, dentálna hygienička a koordinátor verejného zdravia.

Viac o týchto projektoch sa viete dočítať na stránke ifdh.org

Po krátkej pauze pokračovala *Eleanor Newman* ako speaker firmy Haleon. Zamerala sa na prevenciu: „Ako spolupráca s priemyslom pomáha dosahovať lepšie výsledky v oblasti ústnej hygieny.“

Gareth Rudduck, vedúci oddelenia vedomej udržateľnosti v dentálnom tíme, ku nám prehovoril o udržateľnosti v dentálno-hygienickej ambulancii a otvoril túto tému.

Benoit Varenne, DDS, MPH, PhD, zubný lekár a speaker pre Program Ústneho Zdravia, nám predstavil aktualizáciu a novinky globálneho akčného plánu pre ústne zdravie od WHO (Svetovej Zdravotníckej Organizácie).

Prezidentka IFDH, Vanda Fedora, nám priniesla pohľad na vplyv udržateľnosti v dentálno-hygienických a zubných ambulanciách. Keďže náš vplyv na zem stále vzbudzuje obavy, všetky pracovné odvetvia našej spoločnosti musia prevziať zodpovednosť za znižovanie spotreby energie, spotreby vody a produkcie odpadu. Dentálny tím môže riešiť tieto environmentálne problémy pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti.

Brett Duane, docent na Trinity College v Dubline, sa zameral na uprednostňovanie udržateľných zmien v dentálno-hygienickej praxi. Environmentálna udržateľnosť je čoraz dôležitejšia na to, aby sme v každej jednej ambulancii rozmyšľali nad udržateľnosťou, a tak zmiernili vážne následky klimatickej zmeny. Uprednostňovanie prevencie, udržateľnej dopravy, zodpovedného nákupu a redukcie odpadu je nevyhnutné pre účinné riešenie environmentálnej udržateľnosti. Rozoberala sa udržateľnosť pri možnosti znovupoužiteľných produktov v ambulanciách. Taktiež bolo spomenuté, že sú lepšie online meetingy, kvôli udržateľnosti pri cestovaní, pri online meetingoch nie je žiadna uhlíková stopa.

Predošlá prezidentka IFDH, *Corrie Jongbloed-Zoet*, RDH, konzultantka stratégie starostlivosti o ústnu dutinu, nám vysvetlila problém ústnych ochorení v oblasti politiky. Celosvetovo sa odhaduje, že existuje viac ako 3,5 miliardy prípadov ústnych ochorení. Je to takmer polovica svetovej populácie. Na svete je nedostatok primárnej zdravotnej starostlivosti a aj prevencie ústnych ochorení. Dozvedeli sme sa, ako môžu dentálni hygienici podporovať zmenu politiky v oblasti ústnej zdravotnej starostlivosti tým, že prevezmú vedenie v oblasti prevencie individuálne aj kolektívne.

Dávala dôraz na to, že dentálna hygiena je potrebnou súčasťou dentálnej starostlivosti v každej krajine pre budúcu generáciu bez kazu, tzv. ***Cavity Free Future***. Hovorila o tom, že aj málo vie vykonať veľké zmeny. Nabádala nás tým ku podpore projektov v našich krajinách a ich realizácii. ***Bola spomenutá aj Slovenská republika s projektom: Generácia Bez Kazu, a jeho dobrým dosahom na prevenciu pred zubným kazom už u tehotných matiek. Tento projekt vyhral 3. miesto v Social Responsibility Campaign (IFDH) v roku 2022.***

Vaša viceprezidentka ADHS, Bc. Kamila Genšor



https://media.albayan.ae/images/Fayez3/2022060606.jpg?_ga=2.109898822.252871838.1700943764-1707609126.1700943764&_gl=1*1czkkol*_ga*MTcwNzYwOTEyNi4xNzAwOTQzNzY0*_ga_N5WYEEPF38*MTcwMDk0Mzc2NC4xLjEuMTcwMDk0Mzc2NC4wLjAuMA..

waterpik®



Waterpik & Profimed uvádza:

Waterpik ION

Najrešpektovanejší svetový výrobca s vyše šesťdesiatročnou tradíciou vývoja, americký Waterpik, uvádza revolučný model ústnej sprchy. Nový kompaktný model ION predstavuje prevedenie, ktoré sa zredukovalo na samotný účel. Vďaka pokročilému vývoju sa v novom modeli absolútne zachoval štúdiami potvrdený efekt výkonu (odstraňuje 99,9 % plaku z ošetrenej oblasti), tlak, pulzácia, objem nádržky a pracovná tryska. Všetko ostatné vrátane pohonnej jednotky a napájania sa podarilo vytvoriť tak, že majú len minimálny rozmer **a prístroj je bezdrôtový.**

Nový Waterpik ION je tichší ako jeho predchodcovia s desiatimi stupňami tlaku pulzujúceho prúdu vody. Odborníci odporúčajú na zvýšenie účinku pridať do vody v nádržke obľúbenú ústnu vodu alebo terapeutický výplach. Je tiež o 30 % menší a kompaktnější ako doterajšie ústne sprchy do zásuvky.

Je poháňaný lítium-iónovou batériou s výdržou 4 týždne na jedno dobitie.

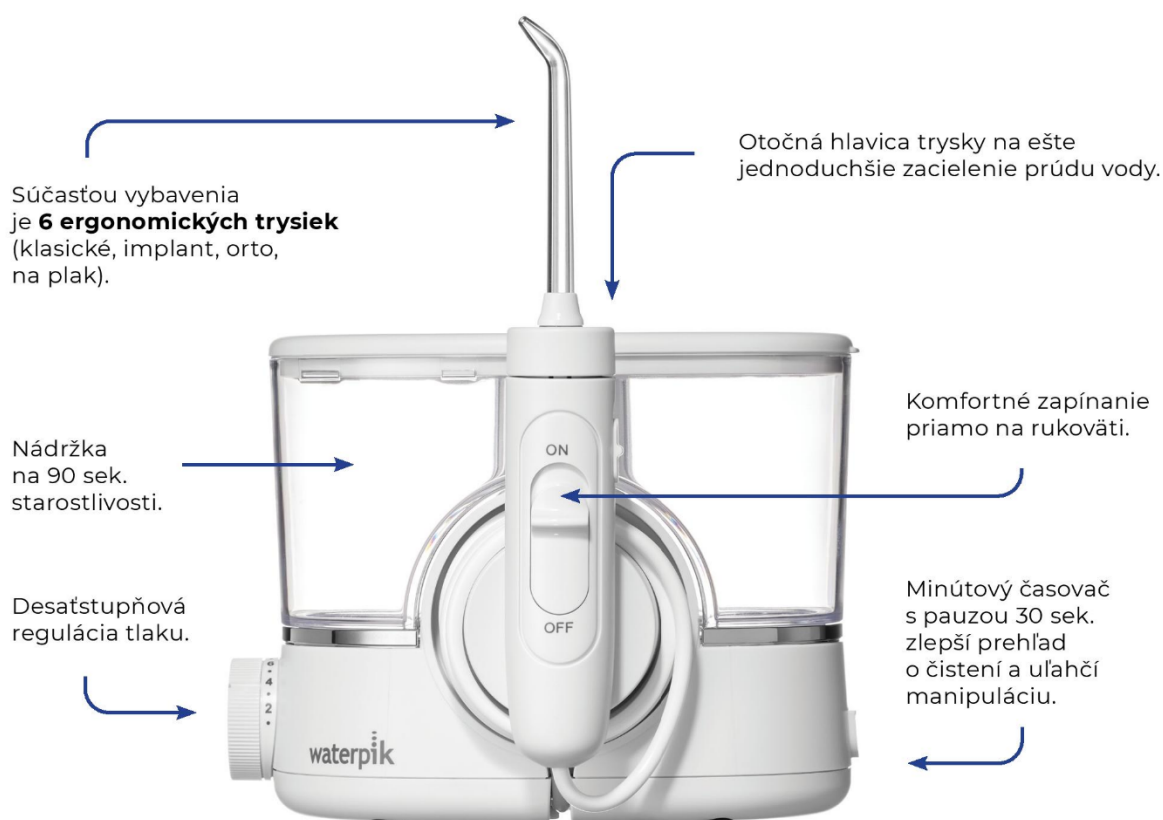
Dobíjanie prebieha pomocou komfortnej magnetickej nabíjačky s USB systémom. Vďaka tomu odpadajú problémy s rôznymi typmi zásuviek a dobíjanie prístroja je jednoduché, komfortné a pripravené na cestovanie. Spolu s týmto modelom sa predstavuje aj **úplne nová tryska na starostlivosť o implantáty**, ktorá je súčasťou balenia.

Zubní odborníci doporučují dočistovanie zle dostupných plôch zubov a masírovanie ďasien pomocou pulzujúceho prúdu vody. Klinické výsledky potvrdili zlepšenie orálneho zdravia.

Kolekcia vymeniteľných nastavcov umožňuje prispôsobenie starostlivosti presne na mieru:

- čistenie ďasňového žliabka a medzizubných priestorov,
- čistenie strojčeka (zásadne odporúčajú ortodontisti),
- čistenie okolia implantátu (zásadne odporúčajú implantológovia na predchádzanie zápalu v okolí implantátu),
- výplach paradontálnych vŕchov (jedna z mála možností efektívneho domáceho ošetrovania v prípade ochorenia na paradentózu),
- čistenie jazyka,
- odstránenie zubného plaku a masáž ďasien.

Efekt použitia vodného flossera je **o 50 % vyšší** ako len s použitím zubnej nite.



Waterpik ION Water Flosser
Veľkoobchodná cena 132 €.

Alena Artimová, OZ Východné Slovensko, +421 917 725 234
Mgr. Alena Bartková, OZ Západné Slovensko, +421 917 479 843

Pomôžte si v ambulancii aj s Perio Plus.

Dorazilo nové praktické balenie

Chlórhexidín ako najúčinnější antibakteriálna látka v stomatológii je posilnený patentovanou prírodnou látkou Citrox®. Účinnosť zvyšuje aj aminokyselina polylyzín, ktorá prispieva k tomu, že chlórhexidín aj Citrox® držia na zuboch a tkanivách. Xylitol potláča činnosť baktérií tým, že spomaľuje ich metabolizmus. Kyselina hyalurónová zvlhčovaním podporuje regeneráciu mäkkých tkanív a pomáha hojeniu po zákrokoch.



NOVINKA:
5-litrové balenie
pre ambulancie

Vybrať si môžete aj z ďalších balení pre ambulancie:



900 ml



100 ml

Ambulantné balenia sú k dispozícii pre ústne vody
Perio Plus Regenerate a Perio Plus Forte.

Štúdia dokázala, že chlórhexidín je v kombinácii s Citroxom účinnejší



Univerzita vo švajčiarskom Berne porovnávala účinnosť formuly Perio Plus a účinnosť chlórhexidínových roztokov bez prísad. Štúdia preukázala, že z hľadiska zamedzenia tvorby zubného povlaku je jedinečný vzorec Perio Plus **preukázateľne účinnejší ako samotný CHX**. Formulácie Perio Plus boli účinné proti vybraným orálnym baktériám, o ktorých je známe, že spôsobujú paradontálne ochorenie. Dokonca aj formulácie Perio Plus s nízkou koncentráciou CHX spomalili tvorbu kariogénneho biofilmu **vo väčšej miere ako roztoky bez prísad s rovnakou alebo dokonca vyššou koncentráciou CHX**. Vyššia účinnosť pre pacienta znamená, že liečba je rýchlejšia a kratšia.



EDHF meeting

Európske stretnutie dentálnych hygienikov v Malage 28.9.-31.9.2023

Konferenčná miestnosť, kde sme rokovali, za vrchostolom sedí výkonný výbor EDHF



Dovoľte sa nám predstaviť. Nová prezidentka ADHS, Ing. Bc. Janka Hurtalová, a nová viceprezidentka ADHS, Bc. Kamila Genšor. V septembri sme sa ako zahraničné delegátky pre ADHS zúčastnili stretnutia pre delegátov Európskej Federácie Dentálnych Hygienikov, ktoré sa konalo v Málage, Španielsku. Začnem prvým dňom meetingu, 28.9. Po dlhej ceste sme sa úspešne dopravili na hotel, kde sme si pred prvým spoločenským večerom poriadne oddýchli. Boli sme pozvané od EDHF na večeru, kde sme sa zoznámili so všetkými delegátmi. Zdieľali sme skúsenosti a znalosti z praxe a porovnávali sme rozdiely vo výkone dentálnej hygieny medzi krajinami. Po príjemne vyčerpávajúcom večeri sme si zaslúžili výdatný odpočinok.

V piatok 29.9. sme sa na raňajkách stretli s našou kolegyňou z Českej republiky, Lenkou Velebilovou, s ktorou sme dohodli prednášku na nastávajúce Dni Dentálnej Hygieny 2024. O 9:00 začal meeting.

Delegátky pre Slovensko pri konferenčnej sieni



Fiesta v Torremolinos, Málaga, Španielsko



Prezidentka Európskej Federácie Dentálnych Hygienikov, Gitana Réderiené, privítala všetkých delegátov a vyzvala nás, aby sme sa predstavili. Zo všetkých krajín sa predstavili jednotliví delegáti.

Tohoto meetingu sa zúčastnili krajiny: Rakúsko, Belgicko, Dánsko, Estónsko, Fínsko, Nemecko, Írsko, Izrael, Taliansko, Litva, Lotyšsko, Malta, Nórsko, Portugalsko, Slovinsko, Španielsko, Švajčiarsko, Švédsko, Holandsko, Veľká Británia, Česká Republika a Slovensko.

Prezident ADEE, Asociácie pre Edukáciu Dentálnej hygieny v Európe, Prof. Dr. Pal Barkvoll nám odprezentoval vývoj osnov pre orálne zdravie. Zdôrazňoval potrebu rozvíjať medzikolegiálne štúdijné programy. Vysvetľoval, že celý personál v starostlivosti o ústne zdravie, by sa mal podieľať nielen na prevencii ústnych ochorení, ale aj na prevencii celkových ochorení tela. Je veľmi dôležité komunikovať medzi jednotlivými zdravotníckymi oddeleniami spojenými nielen so stomatológiou, ale aj s inými zdravotníckymi oddeleniami, ktoré súvisia s orálnym zdravím. A to na predchádzanie ústnym ochoreniam a zachovaniu celkového zdravia klienta.

Elen Boll, viceprezidentka EDHF, informovala delegátov o procese uznávaní diplomov v posledných rokoch. Nasledovala diskusia o tom, že vzdelávanie dentálnych hygienikov v Európe je veľmi rozdielne a preto je dôležité postupne zjednotiť smernice vzdelávania vo všetkých štátoch, alebo aspoň ich pripodobniť. Chcú dosiahnuť chránený titul dentálneho hygienika pre celú Európu tak, aby v prípade, keď bude chcieť pracovať dentálny hygienik v inej krajine, nebude musieť dodatočne študovať z dôvodu splnenia kritérií na prácu v zahraničí. Ďalej sa diskutovalo o dôležitosti komunikovať so školami v jednotlivých štátoch a poznať ich

ALHAMBRA, Granada



smernice vzdelávacích programov, aby sa do budúcnosti mohlo toto vzdelávanie medzinárodne zjednotiť.

Počas prestávky na kávu sme sa bližšie spoznali s delegátkami z Malty, Lotyšska, Španielkami a Portugalčankami.

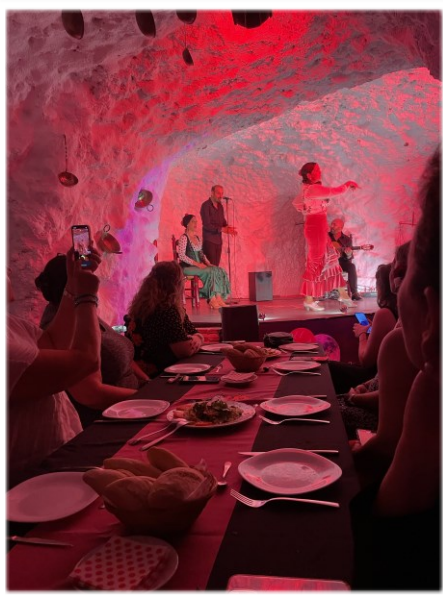
Po milej pauze sme pokračovali v rokovaní. Tentokrát vystúpila *prezidentka EDHF, Gitana Réderiené*. Rozprúdila diskusiu o budúcej generácii bez kazu. Dňa 14.10. je svetový deň generácie bez zubného kazu. Lotyšsko propaguje tento deň na sociálnych sieťach a prezidentka nabádala všetky krajiny, aby tiež boli aktívne na svojich sociálnych sieťach, a tak šíрили osvetu o orálnom zdraví. Priblížila spoluprácu medzi IFDH (Medzinárodná Federácia Dentálnych Hygienikov) a EDHF (Európska Federácia Dentálnych Hygienikov). Informovala o svojej činnosti v EDHF a vyzvala všetkých delegátov, aby oslovovali vyučujúcich zo škôl dentálnej hygieny v jednotlivých štátoch k zapojeniu do ADEE, Asociácie pre Edukáciu Dentálnych Hygienikov v Európe. Tak aby sa zjednocovali smernice vyučovania. EDHF sa stala pridruženým členom ADEE.



Pri výbornom obede sme sa rozprávali s Ellen Bol o našej asociácii ADHS. Zaujímali ju novinky, koľko máme škôl, aký titul pre dentálnych hygienikov a ako napreduje rozvoj dentálnej hygieny v Slovenskej republike. Spomínala na predchádzajúcich prezidentov ADHS, najmä na Martu Križanovú, zakladateľku našej asociácie.

Poobede sme prezentovali reporty za posledný rok práce z jednotlivých krajín, bol odprezentovaný finančný report EDHF, a boli predstavované zaujímavé projekty pre EDHF. Na záver sme mali prednášku od uznávaného španielskeho parodontológa, *Davidu Herrera*, ktorý nám zo svojej praxe ukázal ako sa dá implantátmi pomôcť pri a po liečbe parodontitídy.





Večera doprevádzaná Flamencom
v tradičnej podzemnej reštaurácii,
Granada

Pri večeri sme pozvali delegátky zo Španielska na naše Dni Dentálnej Hygieny, DDH, kde nám priblížia ako prebieha oštiepenie u dentálneho hygienika v ich krajine. Španielsko ako hostujúca krajina nás pozvala na Fiestu v Torremolinos, ktorá tam v piatok v noci prebiehala. Počas večerného programu sme sa rozprávali s Gitanou Réderiené o našej asociácii ADHS. Mala veľký záujem o to, aby naša krajina napredovala.

V sobotu 30.9. doobeda sme zahlasovali za nasledujúce miesto na meeting EDHF. Vyhral Edinburg. Poobede nám EDHF naplánovala výlet do Alhambry. Je to Mozárabské mesto pradávnych kráľov týčiace sa nad Granadou. Je zapísané do UNESCO pamiatok. Výlet bol veľmi obohacujúci a večer sme zakončili výbornou večerou s predstavením Flamenca.

No a v nedeľu 31.9. nás už pri raňajkách čakalo lúčenie sa so všetkými delegátmi a cesta domov. Vnímame toto stretnutie ako úspešné a prínosné pre našu asociáciu ADHS. Tešíme sa na ďalšie meetingy a na napredovanie osvety o dentálnej hygiene nielen na Slovensku, ale aj v celej Európe a vo svete.

Vaša viceprezidentka ADHS, Bc. Kamila Genšor

Spoločná fotka všetkých delegátov EDHF v ALHAMBRE



HERBADENT PROFESSIONAL

NOVINKA

SPREJ S CHLORHEXIDÍNOM



Nový sprej s vysokým obsahom bylinného extraktu a s chlórhexidínom. Na lokálnu starostlivosť o podráždené ďasná a sliznice so zápalom alebo po extrakcii či chirurgickom výkone.

Do ordinácií objednávajte na eshope s veľkoobchodnou zľavou.

HERBADENT.SK

S kódom „PROFI“ 35% zľava z MOC.

VYROBENO Z BYLIN

NOVÉ ŠTÚDIE

ODSTRAŇOVANIE ZUBNÉHO POVLAKU ZO VŠETKÝCH STRÁN

mechanické čistenie
+ **LISTERINE**[®]
= výrazne lepšie
odstraňovanie povlaku



Nové štúdie o ústnej vode LISTERINE[®] preukázali:



4,6-krát účinnejšiu prevenciu vzniku supragingiválneho medzizubného povlaku v porovnaní s dentálnou niťou¹



o 28 % vyššiu redukciu povlaku v medzizubnom priestore s pridaním preplachu ústnou vodou LISTERINE[®] v porovnaní s mechanickým čistením zubov a použitím dentálnej nite^{**2}



Účinkuje až na 99,9 % baktérií, redukuje biofilm v ústnej dutine, spomaľuje opätovné bakteriálne osídlenie³⁻⁶

* Trvalá prevencia zubného povlaku nad líniou ďasien pri nepretržitom používaní dvakrát denne počas 12 týždňov po profesionálnej dentálnej hygiene. Čistenie zubnou niťou vykonal dentálny hygienik.

** Trvalá prevencia zubného povlaku nad líniou ďasien pri nepretržitom používaní dvakrát denne počas 12 týždňov po profesionálnej dentálnej hygiene. Používanie zubnej nite sa sledovalo 1-krát denne počas pracovných dní.

1. Bosma ML et al.: Efficacy of Flossing and Mouthrinsing Regimens on Plaque and Gingivitis: A randomized clinical trial. JDH June 2022, Vol. 96, No. 3, 8-20.

2. Milleman J et al.: Comparative Effectiveness of Toothbrushing, Flossing and Mouthrinse Regimens on Plaque and Gingivitis: A 12-week virtually supervised clinical trial.

3. Johnson & Johnson internal in vitro study: 103-0391. Johnson & Johnson 2021.

4. Johnson & Johnson internal study: FCLGBP0048. Johnson & Johnson 2021.

5. Johnson & Johnson internal study: CCSORC001793 (Serenity). Johnson & Johnson 2020.

6. Stoeken JE et al.: The long-term effect of a mouthrinse containing essential oils on dental plaque and gingivitis: a systematic review. J Periodontol 2007; 78(7): 1218-1228.

Používajte LISTERINE[®] vždy ako doplnok k mechanickému čisteniu (3 kroky čistenia zubov).



Súvislosť mikrobiálneho ochorenia parodontu a zápalových črevných ochorení

Bc. Daniela Čerňanská

Zdravie ústnej dutiny zohráva dôležitú úlohu v celkovom zdraví organizmu a kvalite života. Podľa mnohých odborníkov naše zdravie začína práve v ústach, pretože ústna dutina predstavuje vstupnú bránu z vonkajšieho prostredia do organizmu. Mikroorganizmy nachádzajúce sa v ústnej dutine označujeme ako orálny mikrobióm. Ak je orálny mikrobióm v rovnováhe, tak spolu s našim organizmom predstavuje integrovaný superorganizmus, označujúci aj ako holobiont. Ak dôjde k narušeniu mikrobiálnej rovnováhy orálneho mikrobiómu, veľmi rýchlo môže nastať kolonizácia patogénnymi mikroorganizmami, ktoré môžu zapríčiniť vznik rôznych ochorení s prejavom v mieste svojej kolonizácie, ale aj vo vzdialenejších miestach.

Medzi najrozšírenejšie ochorenia prejavujúce sa v ústach patrí zubný kaz a parodontitída. Dysbióza orálneho mikrobiómu môže viesť aj k rozvoju systémových ochorení. Zlepšenie orálneho zdravia je teda prevenciou nielen pred ochoreniami v ústnej dutine, ale častokrát aj pred závažnými celkovými ochoreniami, vrátane ochorení tráviaceho traktu. Medzi závažné ochorenia tráviaceho traktu považujeme zápalové črevné ochorenia (IBD), ku ktorým zaraďujeme Crohnovu chorobu a ulceróznou kolitídu, a sú označované ako choroby 20. storočia. Ide o civilizačné ochorenia zápalového charakteru, ktoré v súčasnosti vykazujú neustále sa zvyšujúcu prevalenciu a incidenciu najmä vo vyspelých krajinách. Incidencia týchto ochorení sa za posledných 20 rokov výrazne zvýšila najmä v západnej spoločnosti.

Zápalové črevné ochorenia - IBD

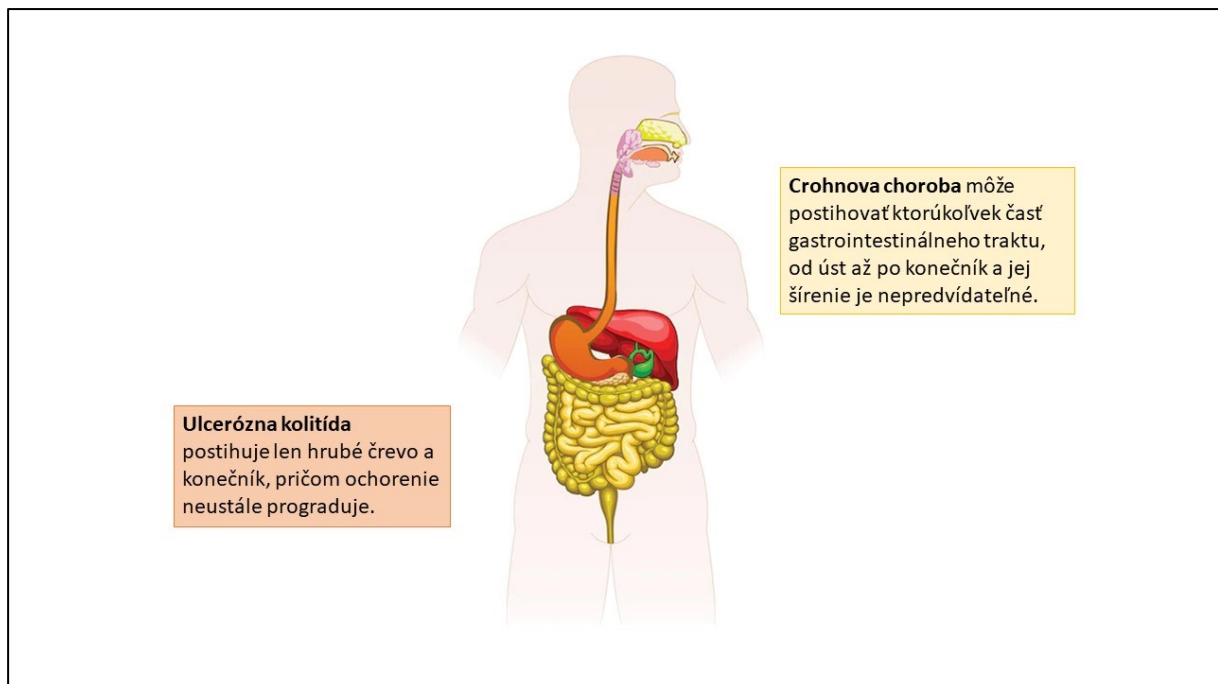
Pojem IBD predstavuje nešpecifické zápalové ochorenie sliznice tráviaceho traktu. Ide o imonologickú poruchu gastrointestinálneho traktu, ktorá môže mať dve formy - **ulcerózna kolitída** alebo **Crohnova choroba**.

Zatiaľ čo Crohnova choroba postihuje ktorúkoľvek časť čreva a môže postihnúť aj ústa, pažerák, žalúdok a konečník, ulcerózna kolitída primárne postihuje konečník a hrubé črevo. Z histologického hľadiska je hlavný rozdiel medzi týmito dvomi podtypmi IBD počet postihnutých vrstiev steny čreva. Kým u pacientov s ulceróznou kolitídou je postihnutá len jedna (vnútorná) vrstva črevnej steny, pacienti trpiaci Crohnovou chorobou majú postihnuté všetky vrstvy.

Crohnova choroba sa vyznačuje náhlym začiatkom a rýchlym vývojom komplikácií, ktoré si vyžadujú chirurgickú liečbu. Najčastejšími sú poruchy črevnej priechodnosti a vznik vonkajších a taktiež i vnútorných fistúl, a abscesov.

Ulcerózna kolitída je záchvatovité ochorenie, ktoré zvyčajne trvá celý život a striedajú sa tu fázy klľudu (remisie) s obdobiami ťažkostí (relaps).

Vrchol výskytu IBD sa pozoruje v druhej a tretej dekáde života. U mužského pohlavia je vyššia miera výskytu ulceróznej kolitídy, pričom mladší vek je spojený s vyššou mierou výskytu Crohnovej choroby.

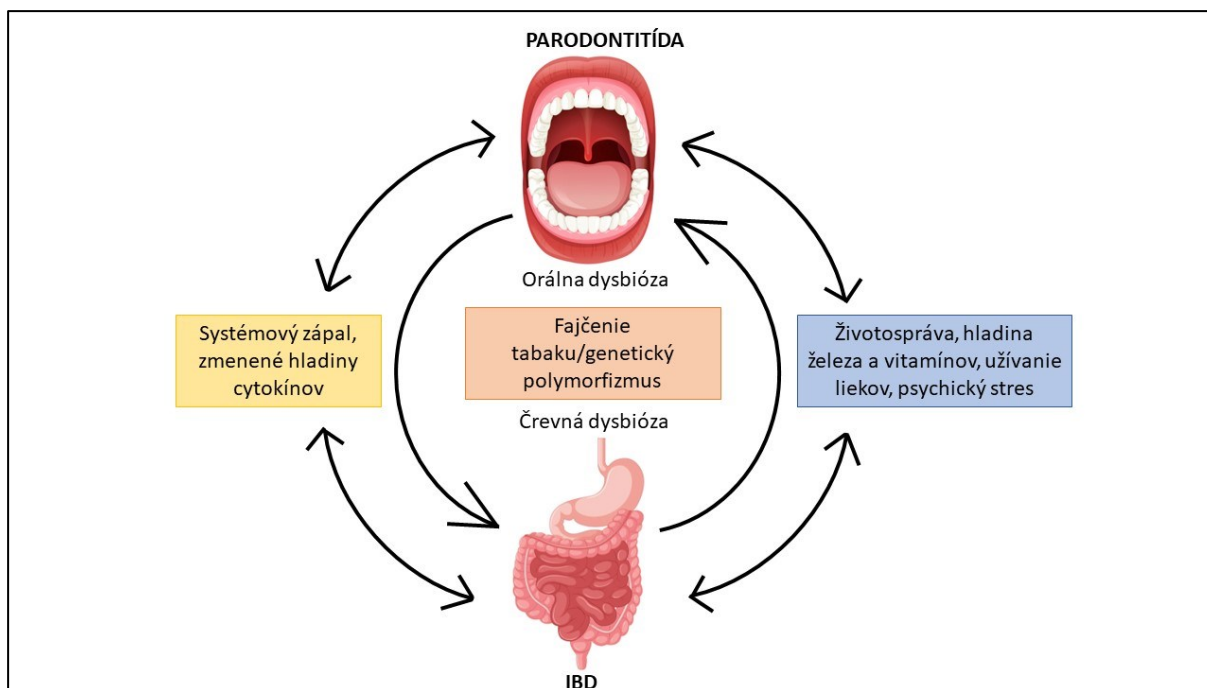


Obrázok 1: Rozdiel medzi dvomi hlavnými podtypmi IBD: Ulcerózna kolitída a Crohnova choroba (Zdroj: vlastná tvorba)

Príčiny vzniku IBD a parodontitída

Etiológia zápalových črevných ochorení nie je zatiaľ definitívne objasnená. Predpokladá sa, že na ich vzniku sa podieľa niekoľko faktorov. Ako jedna z hlavných príčin sa považuje abnormálna imunologická reakcia organizmu. Významnú úlohu taktiež zohrávajú bakteriálne alebo vírusové infekcie a vplyvy vonkajšieho prostredia, ako sú stravovacie návyky, životospráva a psychický stres.

Do skupiny bakteriálnych infekcií zaraďujeme aj parodontitídu. Parodontitída je definovaná ako chronické multifaktoriálne zápalové ochorenie, ktoré je spôsobené reakciou organizmu na mikrobiálne dráždenie tkanív parodontu.



Obrázok 2: Vzťah parodontitídy a IBD: obojsmerná hypotéza. Parodontitída a IBD majú spoločné rizikové faktory (oranžový rámik) orálna dysbióza môže priamo ovplyvňovať črevnú dysbiózu prostredníctvom bakteriálnej kolonizácie a nepriamo prostredníctvom zápalových markerov (žltý rámik). Asociácia medzi orálnou a črevnou mikrobiotou môže byť modulovaná enviromentálnymi faktormi (modrý rámik), ktoré je potrebné naďalej skúmať. (Zdroj: vlastná tvorba)

Klinické dôkazy

Je zdravie ústnej dutiny skutočne ovplyvnené zdravotným stavom tráviaceho traktu? A aký vplyv má zdravie ústnej dutiny na naše črevá? Skutočnosť, že parodontitída a zápalové črevné ochorenia sú navzájom ovplyvňované je dnes už dokázaná početnými štúdiami, ktoré preukazujú ich vzájomnú súvislosť.

IBD a parodontitída majú podobné patogenézy, vyznačujúce sa hyperaktivitou imunitnej odpovede na komezálnu mikrobiotu (črevný/orálny mikrobióm) u skúmaných jedincov [5, 11].

Z klinického hľadiska bola hodnotená jedna metaanalýza deviatich pozorovacích štúdií z rôznych populácií, ktorá preukázala 4,5-krát vyššie riziko parodontitídy u dospelých pacientov s IBD v porovnaní so zdravými jedincami [16].

Metagenomická štúdia, ktorá bola vykonaná na myšacích modeloch odhalila, že črevné baktérie patriace do rodu *Bacteroidales* boli významne zvýšené u myší, ktorým sa podával *Porphyromonas gingivalis*. Zaujímavé je, že zastúpenie *Porphyromonadaceae* bolo u týchto hlodavcov stále veľmi nízke, čo naznačuje, že patogén *P. gingivalis* môže zmeniť črevný

mikrobióm nie prerastaním v čreve, ale nepriamo vyvolaním endotoxémie. Táto zmena črevnej mikroflóry vyvolaná *P. gingivalis* sa zhodovala so zvýšením inzulínovej rezistencie, endotoxémie a znížením expresie génu tesných spojení v čreve, čo viedlo k permeabilite slizničnej črevnej bariéry. Ďalšie štúdie na zvieracích modeloch preukázali, že *P. gingivalis* [2] a orálne druhy *Klebsiella* [3] riadia ďalšie reakcie imunitného systému v čreve, čo vedie k zvýšenému systémovému zápalu.

Vzájomná súvislosť parodontitídy a IBD bola pozorovaná aj u detí, konkrétne štúdia so 110 deťmi a dospelými s IBD a aj bez IBD vo veku 4 až 18 rokov naznačila, že žiadny z pacientov trpiaci zápalovým črevným ochorením nemal zdravý parodont, zatiaľ čo 40 % zdravých jedincov malo zdravý parodont. Medzi týmito dvomi skupinami sa nepreukázal žiadny rozdiel v množstve plaku, takže pacienti s IBD boli náchylnejší na zápal parodontu v porovnaní so zdravými jedincami [7].

Častými komplikáciami u pacientov s IBD sú najmä vysoký príjem cukrov, anémia a nedostatok vitamínov A, C, D a zinku [8, 14]. Suplementácia železa, zinku, horčíka ako aj vitamínov je často nevyhnutná, či už perorálne alebo intravenózne. V tejto súvislosti veľká retrospektívna štúdia v USA zistila, že 79.2% jedincov s Crohnovou chorobou a 85.1% jedincov s ulceróznou kolitídou malo anémiu z nedostatku železa meranú na základe plazmatických hladín feritínu [1]. Nedávna klinická štúdia zistila väčší podiel zápalu ďasien, hĺbku vačkov a stratu pripojenia ≥ 6 mm u parodontologických pacientov s anémiou z nedostatku železa ako u zdravých jedincov [9].

Záver

Na základe skúmania a porovnávania jednotlivých štúdií je preukázané, že podtypy zápalových črevných ochorení (Crohnova choroba alebo ulcerózna kolitída) majú výrazný vplyv na zdravie parodontu, pričom pacienti s ulceróznou kolitídou majú vážnejšie postihnutie v porovnaní s pacientmi, ktorí trpia Crohnovou chorobou [6].

Parodontitída a IBD ochorenia?



Parodontitída je zápalové ochorenie, ktoré má za následok poškodzovanie tkanív udržiavajúcich zub v zubnom lôžku. Tieto tkanivá sú vo všeobecnosti známe ako parodont. Na vzniku parodontitídy sa podieľa rad faktorov, avšak vo veľkej miere je za jej vznik a priebeh zodpovedný orálny mikrobióm.

Ochorenie parodontu sa považuje za rizikový faktor pre vznik IBD ochorení.

IBD - zápalové črevné ochorenia



Ulcerózna kolitída a Crohnova choroba patria medzi chronické zápalové ochorenia tráviaceho traktu. Obe ochorenia majú chronický priebeh, počas ktorého sa striedajú fázy kľudu a relapsu.

Prejavy IBD

V dôsledku zápalu sliznice tráviaceho traktu dochádza k typickým prejavom ochorenia - hnačkám, bolestiam brucha, chudnutiu, pocitu na zvracanie až zvracaniu, vzniku chudokrvnosti, nedostatku vitamínov, pri postihnutí hrubého čreva sa môže objaviť krv a hlien v stolici.

Môže parodontitída a IBD spolu súvisieť?

- Predklinické štúdie naznačujú, že parodontitída a zápalové ochorenia čriev majú spoločné imunologické, mikrobiologické a (epi)genetické mechanizmy.
- Ústna dutina a najmä parodontálne vaky môžu slúžiť ako rezervoár pre črevné patologické baktérie.
- IBD a parodontitída majú spoločné genetické a environmentálne rizikové faktory, ako je fajčenie tabaku, strava a psychosociálny stres.

Máte podozrenie, že trpíte ochorením parodontu? Vyplňte si krátky dotazník. Ak po zodpovedaní všetkých otázok získate viac ako 1 bod, mali by ste čo najskôr navštíviť ambulanciu Vášho zubného lekára alebo ambulanciu dentálnej hygieny.

- Navštevujete pravidelne ambulanciu dentálnej hygieny?
Áno - 0 bodov Nie - 1 bod
- Bolo Vám v minulosti/súčasnosti diagnostikované ochorenie ďasien alebo parodontitída?
Áno - 1 bod Nie - 0 bodov
- Je u niekoho z členov Vašej rodiny zaznamenaná prítomnosť ochorenia parodontu?
Áno - 1 bod Nie - 0 bodov
- Trpíte niektorým z nasledujúcich príznakov?
- krvácanie, opuch alebo začervenanie ďasien
Áno - 1 bod Nie - 0 bodov
- Trpíte niektorým z nasledujúcich príznakov?
- vypadávanie, kývavosť, rozostup zubov
Áno - 1 bod Nie - 0 bodov
- Čistíte si zuby pravidelne ráno a večer?
Áno - 0 bodov Nie - 1 bod
- Používate pravidelne aspoň jedenkrát do dňa pomôcky medzizubnej starostlivosti? - zubná niť, medzizubná kefka
Áno - 0 bodov Nie - 1 bod

Zdroje:

KOVALOVÁ, E. a kol. Orálna hygiena VII: Parodontológia III. Michal Váňa vydavateľstvo. Prešov 2017. ISSN 1586-606-980-077

DAVIS, William. Zdraví slovo: Cytologom plán, jak obnovit zdravý stav mikrobiomu v ústí (slipit se zdraví). Jota, 2020. ISBN 978-80-689-084-5

KHESLER, Patricia, Ivan J. FUSO a Warren STORBER. Experimental Models of Inflammatory Bowel Disease. Cellular and Molecular Gastroenterology and Hepatology. Jeddah. 2015. 114-120. doi: 10.1016/j.cgh.2015.03.011. ISSN 2155-3999. Dostupné z: doi:10.1016/j.cgh.2015.03.011

Výpravosla: Ceranková Daniela, IBD4. Fakulta zdravotníckych odborov Pavolovej univerzity v Prešove

Obrázok 3: Informačný leták pre pacientov, ktorí trpia zápalovými črevnými ochoreniami. (Zdroj: vlastná tvorba)

Literatúra:

- [1.] AKHUEMONKHAN, Eboseleme, Alyssa PARIAN, Kay MILLER, Stephen HANAUER a Susan HUTFLESS. Prevalence and screening for anaemia in mild to moderate Crohn's disease and ulcerative colitis in the United States, 2010–2014. *BMJ Open Gastroenterology* [online]. 2017, 4(1) [cit. 2023-01-25]. ISSN 2054-4774. Dostupné z: doi:10.1136/bmjgast-2017-000155
- [2.] ARIMATSU, Kei, Hitomi YAMADA, Haruna MIYAZAWA, et al. Oral pathobiont induces systemic inflammation and metabolic changes associated with alteration of gut microbiota. *Scientific Reports* [online]. 2014, 4(1) [cit. 2023-01-25]. ISSN 2045-2322. Dostupné z: doi:10.1038/srep04828
- [3.] ATARASHI, Koji, Wataru SUDA, Chengwei LUO, et al. Ectopic colonization of oral bacteria in the intestine drives T H 1 cell induction and inflammation. *Science* [online]. 2017, 358(6361), 359-365 [cit. 2023-01-25]. ISSN 0036-8075. Dostupné z: doi:10.1126/science.aa4526

- [4.] BAUMGART, D. C., CARDING S.R.: Inflammatory bowel disease: cause and immunobiology. *The Lancet* [online]. 2007, 369(9573), 1627-1640 [cit. 2023-01-24]. ISSN 01406736. Dostupné z: doi:10.1016/S0140-6736(07)60750-8
- [5.] Brandtzaeg P. (2001). Inflammatory bowel disease: clinics and pathology. Do inflammatory bowel disease and periodontal disease have similar immunopathogeneses?. *Acta odontologica Scandinavica*, 59(4), 235–243. <https://doi.org/10.1080/00016350152509265>
- [6.] BRITO, Fernanda, Fabiana Cervo de BARROS, Cyrla ZALTMAN, Ana Teresa PUGAS CARVALHO, Antonio Jose DE VASCONCELLOS CARNEIRO, Ricardo Guimarães FISCHER, Anders GUSTAFSSON a Carlos Marcelo DE SILVA FIGUEREDO. Prevalence of periodontitis and DMFT index in patients with Crohn's disease and ulcerative colitis. *Journal of Clinical Periodontology* [online]. 2008, 35(6), 555-560 [cit. 2023-01-24]. ISSN 0303-6979. Dostupné z: doi:10.1111/j.1600-051X.2008.01231.x
- [7.] GOODSON, J.M., D. GROppo, S. HALEM a E. CARPINO. Is Obesity an Oral Bacterial Disease?. *Journal of Dental Research* [online]. 2009, 88(6), 519-523 [cit. 2023-01-25]. ISSN 0022-0345. Dostupné z: doi:10.1177/0022034509338353
- [8.] GROSSNER-SCHREIBER, Birte, Thomas FETTER, Jurgen HEDDERICH, Thomas KOCHER, Stefan SCHREIBER a Soren JEPSEN. Prevalence of dental caries and periodontal disease in patients with inflammatory bowel disease: a case-control study. *Journal of Clinical Periodontology* [online]. 2006, 33(7), 478-484 [cit. 2023-01-25]. ISSN 0303-6979. Dostupné z: doi:10.1111/j.1600-051X.2006.00942.x
- [9.] CHAKRABORTY, Souvik, Shikha TEWARI, Rajinder Kumar SHARMA, Satish Chander NARULA, Pratap Singh GHALAUT a Veena GHALAUT. Impact of iron deficiency anemia on chronic periodontitis and superoxide dismutase activity: a cross-sectional study. *Journal of Periodontal & Implant Science* [online]. 2014, 44(2) [cit. 2023-01-25]. ISSN 2093-2278. Dostupné z: doi:10.5051/jpis.2014.44.2.57
- [10.] CHANDAN, J. S. a T. THOMAS. The impact of inflammatory bowel disease on oral health. *British Dental Journal* [online]. 2017, 222(7), 549-553 [cit. 2023-01-24]. ISSN 0007-0610. Dostupné z: doi:10.1038/sj.bdj.2017.318
- [11.] INDRIOLO, Amedeo, Salvatore GRECO, Paolo RAVELLI a Stefano FAGIUOLI. What can we learn about biofilm/host interactions from the study of inflammatory bowel disease. *Journal of Clinical Periodontology* [online]. 2011, 38, 36-43 [cit. 2023-01-24]. ISSN 03036979. Dostupné z: doi:10.1111/j.1600-051X.2010.01680.
- [12.] KOVAĽOVÁ, E., KLAMÁROVÁ, T., MÜLLER, A., 2012. *Orálna hygiena IV. 1. vyd. Základy orálnej medicíny: biológia – imunológia – parodont. 1. vyd. Prešov: 49 Vydavateľstvo Prešovskej univerzity v Prešove, 2012. s. 334. ISBN: 978-80-555-0567-1.*
- [13.] KOVAĽOVÁ, E., LENZOvÁ, L., JORDÁN, D., MÜLLER, A., 2010. *Fokálna infekcia ako príčina vzniku celkových rizikových ochorení. FZO PU. Dostupné z: <https://www.unipo.sk/public/media/16593/Kova%C4%BEov%C3%A1%20e.,%20Lenzov%C3%A1%20L.,%20%20Jordan%20D.,%20Alice%20M%C3%BCller.pdf>*
- [14.] MUHVIĆ-UREK, Miranda, Marija TOMAC-STOJMENOVIĆ a Brankica MIJANDRUŠIĆ-SINČIĆ. Oral pathology in inflammatory bowel disease. *World Journal of Gastroenterology* [online]. 2016, 22(25) [cit. 2023-01-25]. ISSN 1007-9327. Dostupné z: doi:10.3748/wjg.v22.i25.5655
- [15.] OZ, Helieh S., Theresa CHEN a Jeffrey L. EBERSOLE. A Model for Chronic Mucosal Inflammation in IBD and Periodontitis. *Digestive Diseases and Sciences* [online]. 2010, 55(8), 2194-2202 [cit. 2023-01-24]. ISSN 0163-2116. Dostupné z: doi:10.1007/s10620-009-1031-x
- [16.] PAPAGEORGIOU, Spyridon N., Martin HAGNER, Andressa Vilas Boas NOGUEIRA, Andre FRANKE, Andreas JÄGER a James DESCHNER. Inflammatory bowel disease and oral health: systematic review and a meta-analysis. *Journal of Clinical Periodontology* [online]. 2017, 44(4), 382-393 [cit. 2023-01-24]. ISSN 03036979. Dostupné z: doi:10.1111/jcpe.12698

PHILIPS

sonicare

Podcast

Mezi zuby:

podcast pre všetkých, ktorí sa
zaujímajú o **stomatológiu**



Chcete vedieť, čo sa práve deje v odbore stomatológie? Aké sú nové technológie a postupy, čo sa odohráva v zákulisi odborových asociácií alebo ake sú najlepšie príklady z praxe? Pustite si nový podcast Mezi zuby.

Zubná lekárka Markéta Vaňková a dentálne hygieničky Jana Křepelková a Kateřina Hořejší v ňom predstavujú zaujímavých hostí, ktorí majú stomatológom, dentálnym hygieničkám a študentom týchto odborov čo povedať.

Témy najnovších epizód nájdete na webe podcastu alebo na Instagrame @mezi_zuby.



Viac na mezizuby.cz





**VESELÉ
VIANOCE A ŠŤASTNÝ NOVÝ ROK**



*Vám prajú členovia Výboru ADHS,
zároveň redaktori Magazínu*