**«Неделя ответственного отношения к здоровью полости рта**

**(в честь Всемирного дня здоровья ротовой полости 20 марта)»**

 Ежедневная гигиена полости рта крайне важна для всего организма в целом. Исследования показали, что плохое стоматологическое здоровье связано с повышенным риском развития сердечно-сосудистых заболеваний, осложнений при беременности и повышенным риском развития сахарного диабета.

 Респираторные инфекции могут возникать, когда переросшие бактерии из полости рта спускаются по дыхательной системе и оседают в легких. Подобно бактериям, которые вдыхаются в легкие изо рта, бактерии также могут попадать в ткани центральной нервной системы по нижнечелюстному нерву.

 Люди, страдающие сахарным диабетом, должны посещать стоматолога не реже двух раз в год, так как они больше склонны к инфекциям ротовой полости. Диабетикам с зубными протезами следует уделять максимум внимания состоянию зубов.

 Протезы могут вызвать язвы, раздражение десен и могут способствовать появлению грибковых инфекций.

 Здоровье полости рта начинается с чистых зубов. Исследования подтверждают преимущество использования зубных паст со фтором, как для взрослых, так и для детей с двух лет (со специально рассчитанной концентрацией фтора в соответствии с возрастом).

 А умеете ли вы чистить зубы? Большинство людей ответит утвердительно и… ошибется.

 По статистике ВОЗ, свыше 98% взрослого населения мира страдает от заболеваний пародонта. По этой причине стоматологи удаляют 80% зубов у пациентов в возрасте 40+.

 Неправильная гигиена полости рта является одной из основных причин пародонтита- воспалительно-деструктивного заболевания зубов и десен. Хотя есть и другие (местное нарушение трофики тканей, нарушение нормальной рН-среды полости рта, изменение свойств слюны, травмы и др.).

 Чем бы ни был вызван пародонтит, его лечение требует грамотного ухода за деснами и зубами. А вот незнание правил гигиены полости рта чревато негативными последствиями.

 Среди них:

* кровоточивость десен;
* неприятный запах изо рта;
* налет на зубах, языке, деснах;
* повышенная чувствительность зубов;
* развитие других серьезных заболеваний (сердечно-сосудистых, болезней органов дыхания, желудочно-кишечных заболеваний и даже… сахарного диабета).

 Здоровье полости рта начинается с чистых зубов. В дополнение к ежедневной чистке зубов в домашних условиях необходимо посещать стоматолога не реже одного раза в год.