

Министерство здравоохранения РФ
ООАУ СПО «Старооскольский медицинский колледж»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА **мастер-класса**

Профессиональная гигиена полости рта



Подготовила: преподаватель
стоматологических дисциплин
Шебашева Е.Г.

2014 г.

Методическая разработка мастер-класса «Профессиональная гигиена полости рта» рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии стоматологии 25 апреля 2014 г. протокол № 8 и утверждена, рекомендована к применению

Председатель ПЦК стоматологии

Е.Г. Шебашева



ТЕМА: ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА:

Цель: стоматологическое просвещение населения, обучение индивидуальной гигиене полости рта, демонстрация этапов профессиональной гигиены полости рта

Категория: руководители СПО, выпускники общеобразовательных учреждений, жители города

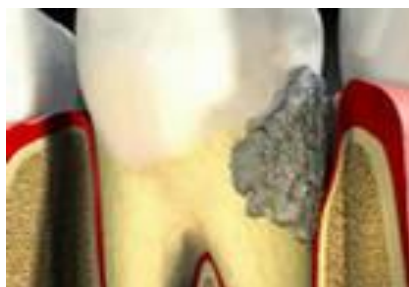
Место проведения: г. Белгород, Соборная площадь

Дата и время проведения: 17 мая 2014 г., 13-00 час.

Оснащение: фантомы, зубные щетки, зубные пасты, ультразвуковой скейлер, воздушно-абразивная система, ноутбук, стоматологическая установка, индикаторы зубного налета, стоматологические инструменты, памятки, презентация, учебные видеофильмы, мультимедийная презентация

ПЛАН:

1. Сообщение темы
2. Демонстрация определения зубного налета с помощью индикаторов
3. Определение зубных отложений
4. Этапы профессиональной гигиены полости рта
5. Демонстрация стандартного метода чистки зубов на фантомах
6. Демонстрация методики применения зубных нитей
7. Отработка на фантомах стандартного метода чистки зубов и применения зубной нити.
8. Демонстрация средств и предметов индивидуальной гигиены полости рта
9. Демонстрация учебных видеофильмов
10. Раздача памяток
11. Ответы на вопросы



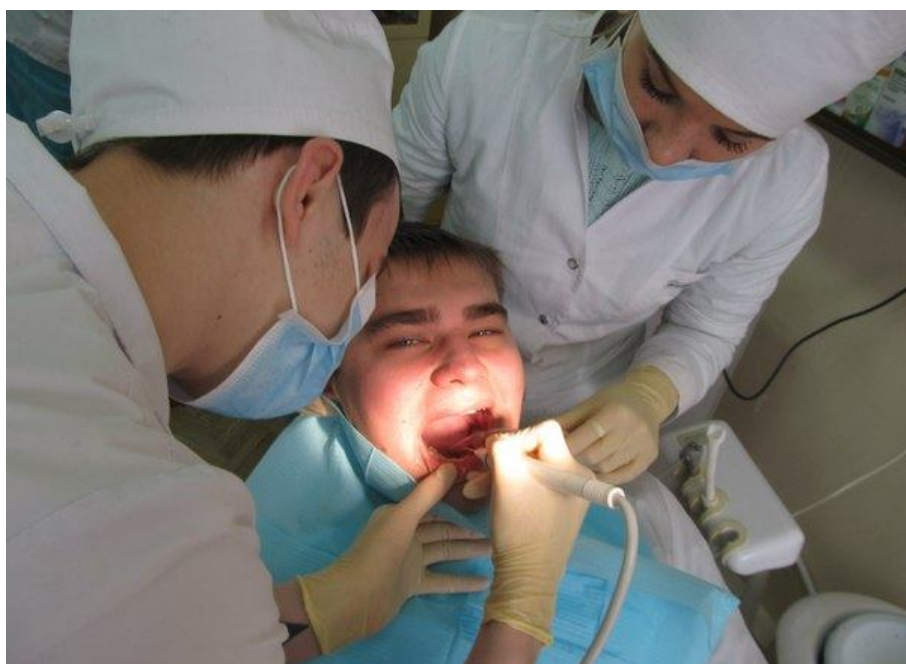
Красивые белые зубы – это не только мечта каждого человека и показатель его общей культуры, но и часть его имиджа, это, прежде всего, отношение человека к собственному здоровью. Некачественная гигиена полости рта может привести к скоплению огромного количества бактерий и токсинов, из-за этого, может появиться кариес и воспалительные процессы в пародонте, сопровождаемые зубной болью, неприятным запахом изо рта и потерей зубов..

Профессиональная гигиена- это комплекс мер, устраняющих и предотвращающих развитие кариеса зубов и воспалительных заболеваний пародонта путем механического удаления с поверхности зуба над- и поддесневых зубных отложений.

Профессиональная гигиена включает:

- осмотр полости рта
- регистрацию состояния зубов
- демонстрацию зубных отложений и связь между ними и стоматологическими заболеваниями
- стоматологическое просвещение (каждый пациент должен быть убежден в том, что тщательный и правильный уход за полостью рта является профилактической и вспомогательной терапевтической процедурой)
- индивидуальный подбор предметов и средств гигиены
- обучение правилам чистки зубов
- коррекция качества гигиены,
- удаление зубных отложений (над- и поддесневых)
- полирование зубов и пломб
- покрытие зубов фторгелем.

Профессиональную гигиену рекомендуется всем минимум 2 раза в год.



Факторы, влияющие на образование зубного налета:

- анатомическое строение зуба и взаимоотношение его с окружающими тканями,
- структура поверхности зуба, пищевой рацион и интенсивность жевания, слюна,
- десневая жидкость,
- гигиена полости рта, наличие пломб и протезов.
-

Методы выявления зубных отложений:

- Осмотр
- Высушивание
- Зондирование
- Окрашивание



Индикаторы зубного налета:

- красные (эритрозин, фуксин) красители
- синие (метиленовый синий, генцианвиолет),
- коричневые (Бисмарк коричневый, раствор Шиллера—Писарева) красители
- смеси красителей
- стойкие и нестойкие красители

К нестойким относятся растворы Люголя и Шиллера—Писарева, содержащие соединения йода.

Минерализованные зубные отложения (зубной камень) удаляется ручными инструментами или ультразвуковыми скейлерами.

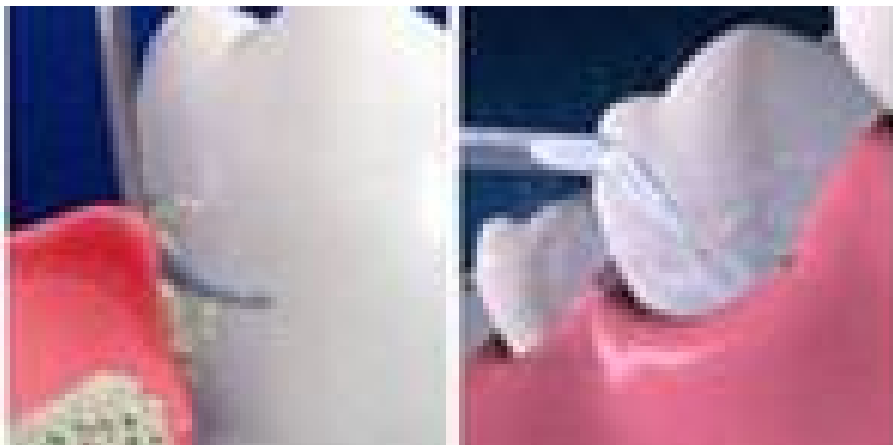
Полирование проводится с помощью воздушно-абразивной системы или специальной щетки, которая фиксируется в прямом или в угловом наконечнике, на скорости 5000—10 000 оборотов в минуту с использованием любой абразивной пасты.

Инструменты для профессиональной гигиены полости рта:

1. Диагностические инструменты
 - пародонтальные зонды
 - эксплореры
2. Инструменты для снятия зубных отложений
 - серповидные скейлеры
 - кюреты
 - мотыжки, долота, рашпили
3. Имплакеры
4. Ультразвуковые и звуковые инструменты
5. Вращающиеся инструменты (боры, щетки)

Недостатки ручных инструментов:

- сложность применения инструментов, зависимость качества обработки от мануальных навыков врача
- низкая эффективность в областях со сложным анатомическим рельефом
- агрессивность обработки
- повреждение ортопедических конструкций и реставраций
- необходимость постоянного затачивания и быстрый износ инструментов
- длительное время обработки
- обработка одного квадранта зубного ряда ручными инструментами может занимать до 90 минут.



Преимущества ручных инструментов:

- отсутствие специальных противопоказаний. Общие противопоказания соответствуют таковыми для всех хирургических манипуляций.
- широкий ассортимент
- формирование гладкой поверхности

Преимущества ультразвуковых инструментов:

- атравматичность воздействия
- эффективность в анатомически сложных зонах
- возможность использования в качестве промывающего раствора антисептиков
- возможное удаление микробных масс из пародонтальных карманов, не имеющих прямого контакта с насадкой
- легкость и простота использования
- минимальные временные затраты
- наиболее щадящий метод по отношению к здоровым тканям.

Противопоказания к применению ультразвуковых инструментов:

- имплантированный кардиостимулятор;
- локализованный остеомиелит;
- злокачественные новообразования;
- при проведении у пациентов иммунодепрессивной и кортикостероидной терапии;
- у пациентов, перенесших хирургическое лечение сетчатки глаз (только после консультации с офтальмологом);
- нарушение носового дыхания (острое и хроническое);
- острые инфекционные заболевания;
- тяжелая форма сахарного диабета;
- эпилепсия;
- дефекты мягких тканей полости рта (эрозии, язвы, трещины и т.д.).

Недостатки ультразвуковых инструментов:

- наличие противопоказаний
- образование бактериального аэрозоля
- повреждение поверхности ортопедических конструкций и реставраций
- формирование относительно шероховатой поверхности корня



Воздушно-абразивная система применяется для:

- полировки поверхности зуба после скейлинга;
- очистки поверхности зуба перед фиксацией брекетов;
- качественной очистки фиссур жевательной поверхности;
- обработки кариозных полостей для лучшей адгезии эмали к реставрационным материалам;
- удаления окрашенных отложений с поверхности зуба;
- очистки поверхности эмали перед герметизацией фиссур.
- для удаления зубной бляшки и налета из труднодоступных областей зуба.

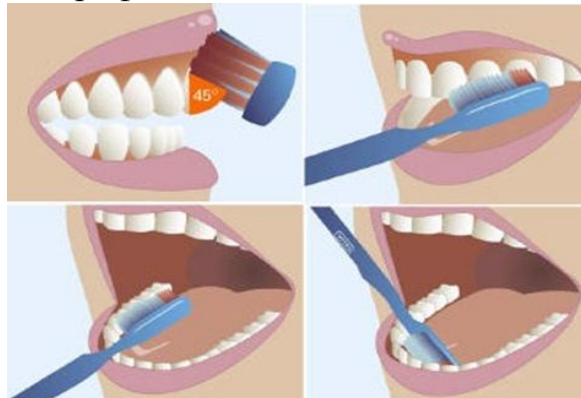
Противопоказания к применению воздушно-абразивной системы

- пациенты с заболеваниями дыхательных путей
- беременные женщины
- больные инфекционными заболеваниями (гепатит, ВИЧ)
- пациенты, применяющие воздействующие на солевой баланс медикаменты.



Правила чистки зубов:

1. Чистыми руками берется зубная щетка, моется теплой проточной водой
2. На щетину зубной щетки наносится зубная паста.
3. Полость рта прополаскивается теплой кипяченой водой.
4. Чистка зубов стандартным методом, 3-4 минут 350-450 парных движений после завтрака и перед сном.
5. Чистка языка
6. Полоскание рта водой или эликсиром.
7. Мытье зубной щетки, намыливание ее и хранение в стакане головкой вверх.
8. Один раз в день использовать зубную нить.
9. Срок службы зубной щетки 1 месяц, щетка должна быть редкая, с изогнутой ручкой, маленькой головкой и искусственной щетиной, зубная паста только лечебно-профилактическая.



Стандартный метод чистки зубов:

1. Зубной ряд условно делится на 6 сегментов: правые моляры, правые премоляры, правые клык и резцы, левые резцы и клык, левые премоляры, левые моляры.
2. Чистка начинается с вестибулярной стороны правых верхних моляров.
3. Щетка ставится под углом 45 градусов к поверхности зубов, производится 10 парных подметающих движений от десны к жевательной поверхности.
4. Щетка переставляется на премоляры, движения повторяются, так очищаются все сегменты с вестибулярной стороны на верхней челюсти.
5. Очищают жевательную поверхность верхних зубов по сегментам 10 парными возвратно-поступательными движениями.
6. Очищают небную поверхность по сегментам 10 парными подметающими движениями, во фронтальном отделе ручку щетку ставят параллельно, а затем перпендикулярно окклюзионной поверхности.
7. В такой же последовательности и по тем же правилам очищают зубы нижней челюсти.
8. Заканчивают чистку круговыми движениями при сомкнутых зубах.
9. Всего 400-500 парных движений, 3,5-4 минуты два раза в день после завтрака и вечером перед сном.
10. Заканчивать вечернюю чистку следует чисткой межзубных промежутков с помощью зубной нити – флосса.

Контролируемая чистка зубов:

- это чистка зубов, которую самостоятельно осуществляет пациент в присутствии специалиста (врача стоматолога, гигиениста и т.д.).
- Для этого зубы пациента обрабатывают индикатором и определяют гигиенический индекс.
- Затем пациент чистит зубы в своей обычной манере и у него вновь определяют величину индекса гигиены.
- Специалист с помощью зеркала показывает пациенту, какие поверхности тот очищает недостаточно. При последующих посещениях контролируемую чистку зубов повторяют, оценивая навыки пациента.



Ошибки при чистке зубов:

- Формальный подход (это простая процедура, здесь нечему учиться)
- Отсутствие знаний (родители не научили в детстве)
- Отсутствие навыков (кратковременность процедуры, неправильное время чистки, преобладание горизонтальных движений, недостаточное очищение оральных поверхностей, недостаточное количество движений щеткой, плохое очищение пришеечной области, отсутствие очищения языка).
- Отсутствие надлежащих средств гигиены полости рта (использование высокоабразивных паст, гигиенических вместо лечебно-профилактических).
- Отсутствие ухода за полостью рта после каждого приема пищи.
- Слишком длительное использование средств гигиены.
- Неправильное использование предметов гигиены (обработка искусственной щетины кипятком).
- Неправильный выбор предметов гигиены (зубная щетка с большой головкой, жесткой щетиной, неумение пользоваться ершиками и флоссами).

Зубная паста — это сложносоставная система, в формировании которой участвуют абразивные, увлажняющие, связующие, пенообразующие, поверхностно-активные компоненты, консерванты, вкусовые наполнители, вода и лечебно-профилактические элементы.

Правила применения зубных паст:

1. Пасты с сильными антисептиками типа хлоргексидина, триклозана, применяются кратковременно, только в период обострения заболеваний слизистой оболочки полости рта (но не кандидоза!) и пародонта, а также при наличии воспалительных заболеваний в носоглотке.
2. Людям со здоровым пародонтом или в период ремиссии использовать такие зубные пасты можно не дольше 1 недели, затем — перерыв 1—1,5 месяца. В промежутках пользоваться любой фторсодержащей пастой. Или по другой схеме: 1 день в неделю чистить пастой с сильными антиплаковыми компонентами, а остальные 6 дней — пастой с фторидом. Это направлено на предотвращение бактериального дисбаланса в полости рта.
2. Одной и той же пастой не следует пользоваться длительное время (желательно менять каждый месяц).
3. Людям с заболеваниями пародонта рекомендуется использовать пасты только с экстрактами и маслами растений и трав и со слабым кремниевым абразивом
4. Людям с повышенной чувствительностью зубов применять пасты типа Sensitive.
5. Пациентам с кариесом – противокариозные пасты с фтором или кальцием.



Дополнительные средства индивидуальной гигиены полости рта:

1. Зубные гели.
2. Жидкие средства гигиены полости рта.
3. Спреи и дезодоранты.
4. Зубные таблетки.
5. Зубные порошки.
6. Жевательные резинки.

Предметы гигиены полости рта:

1. Зубные щетки.
2. Зубные нити (флоссы).
3. Щетки для чистки межзубных пространств.
4. Зубочистки.
5. Межзубные стимуляторы.
6. Ирригаторы.
7. Ершики.

Классификация зубных щеток:

- по виду — детские, подростковые, взрослые;
- по группе — гигиенические, профилактические (пародонтологические), дополнительные
- по классу — мануальные, механические, электрические;
- по подклассу — прямые, угловые (ангулярные);
- по подподклассу — без и с индикацией;
- по виду щетины — натуральные и искусственные;
- по характеру размещения пучков — одноуровневая, двухуровневая, трехуровневая, многоуровневая;
- по степени обработки щетины — нарезная, полированная, закругленная, шлифованная, комбинированная;
- по материалу щетины — нейлон, сетрон, перлон, деролон, полиуретан, комбинированная
- по степени жесткости щетины — очень мягкая (тип «сенситив»), мягкая («софт»), средняя степень жесткости («медиум»), жесткая («хард»), очень жесткая («экстрахард»), смешанная (сочетание щетины разных степеней жесткости), комбинированная (комбинация нескольких материалов, меняющих жесткость щетины);

Зубную щетку следует выбирать по следующим свойствам:

- Маленькая головка
- Многоуровневая подстрижка
- Индикатор
- Средняя жесткость для здоровых людей
- Мягкие для детей и чувствительных людей
- Жесткие для курильщиков



ГЛОССАРИЙ

Гигиена (от греч. *hygienas* — здоровый) — наука, которая изучает и объясняет факты, связанные с обеспечением здоровья.

Гигиена полости рта — наука и практика, обеспечивающие снижение количества зубных отложений до уровня, безопасного для тканей зубов и периодонта.

Гигиенические зубные пасты – зубные пасты, оказывающие только очищающее действие и не содержат специальных лечебных и профилактических добавок.

Гингивит — воспаление десны, обусловленное неблагоприятным воздействием местных и общих факторов и протекающее без нарушения целостности зубодесневого соединения.

Жевательная резинка – средство, позволяющее улучшить гигиеническое состояние полости рта за счет увеличения количества слюны (в три раза по сравнению с состоянием покоя) и скорости слюноотделения, что способствует очищению поверхностей зуба и нейтрализации органических кислот, выделяемых бактериями зубного налета.

Зубная щетка – основной предмет индивидуальной гигиены полости рта, состоит из ручки и рабочей части (головки) с расположенными на ней пучками щетинок.

Зубные нити (флоссы) – наиболее распространенная форма используемых средств интердентальной гигиены

Зубная паста — это сложносоставная система, в формировании которой участвуют абразивные, увлажняющие, связующие, пенообразующие, поверхностно-активные компоненты, консерванты, вкусовые наполнители, вода и лечебно-профилактические элементы.

Зубной налет – скопление бактерий и продуктов их жизнедеятельности, плотно фиксированное на поверхности зуба

Зубной камень- твердое отложение на поверхности зубов. Возникает из зубного налета при плохой гигиене полости рта, когда в структуру зубного налета откладываются макро- и микроэлементы из слюны.

Индивидуальная гигиена - это тщательное и регулярное удаление зубных отложений с поверхностей зубов и десен самим пациентом с помощью различных средств гигиены.

Кариес – патологический процесс, возникающий после прорезывания зуба и заключающийся в деминерализации эмали с последующим образованием полости.

Лечебно-профилактические зубные пасты содержат, помимо известных компонентов, биологически активные добавки. Эти пасты предназначены как для повседневного ухода за полостью рта с профилактической и гигиенической целью, так и для целенаправленной профилактики кариеса зубов, заболеваний пародонта, некариозных поражений, заболеваний слизистой оболочки полости рта.

Оральный центр – комбинация электрической зубной щетки и ирригатора, рассчитан на всю семью.

Проба Шиллера — Писарева относится к методу прижизненной окраски гликогена десны, содержание которого увеличивается при хроническом воспалении ее.

Пародонтит – воспаление тканей пародонта, характеризующееся прогрессирующей деструкцией пародонта и кости альвеолярного отростка челюстей.

Пародонтоз — дистрофическое поражение пародонта.

Триклозан – антибактериальный компонент зубных паст.



ЛИТЕРАТУРА:

1. Муравянникова Ж.Г. Профилактика стоматологических заболеваний /Ж.Д. Муравянникова - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2012г.,380 с.
2. Кузьмина Э.М. Основы индивидуальной гигиены полости рта/Э.М.Кузьмина - Москва, 2011 г., 116 с.
3. Орехова Л.Ю. Стоматология профилактическая / Л.Ю.Орехова с соавт. – Москва, 2011 г., 271 с.
4. Улитовский С.Б. Индивидуальная гигиеническая программа профилактики стоматологических заболеваний / С.Б. Улитовский – Москва, 2013 г., 291 с.
5. Улитовский С.Б. Индивидуальная гигиена полости рта /С.Б.Улитовский – Москва, 2011 г., 192 с.
6. Профессиональное образование гигиениста стоматологического и его медико-социальная роль [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.gigienist.ru>, свободный.
7. Здоровье детей [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.gosmednet.ru>, свободный.
8. Стоматология детского возраста и профилактика [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.e-stomatology.ru>, свободный.

