Warszawa, wrzesień 2018

**Prawidłowa higiena „mleczaków” a zdrowie zębów stałych**

**Czy o zęby mleczne warto dbać szczególnie uważnie, skoro po kilku latach zastąpią je zęby stałe? Tak!
Jak bowiem podkreśla ekspert, właściwa higiena „mleczaków” ma duży wpływ na stan zdrowia zębów stałych. Jednak nie wszystkie mamy są tego świadome, a w wyniku popełnianych błędów aż 46% dzieci w wieku od
3 do 7 lat miało już leczone ubytki[[1]](#footnote-1). Dlatego ekspert wyjaśnia, jak można w prosty sposób znacznie ograniczyć prawdopodobieństwo ich powstawania.**

**Zęby mleczne mogą „zarazić” stałe ubytkami**

*Czynnikami, które powodują powstawanie ubytków w zębach jest zła higiena jamy ustnej oraz bakterie* *z gatunku Streptococcus mutans. Są to patogeny, gromadzące się w płytce nazębnej i rozkładające węglowodany zawarte w pożywieniu. W ten sposób bakterie te powodują, że pH w jamie ustnej zmienia się na kwaśne, co osłabia szkliwo zębów, które stają się bardziej podatne na powstawanie nowych ubytków. Im dłużej pokarm zalega w jamie ustnej, tym większe pole do działania mają szkodliwe bakterie.* – wyjaśnia **Anita Walczak**, ekspert marki Dentisal, **dyplomowana higienistka stomatologiczna** z bogatym doświadczeniem w pracy z małymi pacjentami, Prezydent Polskiej Akademii Profilaktyki Stomatologicznej. I dodaje – *Streptococcus mutans mają zdolność przenoszenia się pomiędzy zębami dlatego „mleczak” z ubytkiem może zarazić nowy ząb stały. Zatem niewłaściwa higiena jamy ustnej, w okresie gdy dziecko ma jeszcze zęby mleczne, może prowadzić do późniejszych problemów ze zdrowiem zębów stałych.*

**Do 8. roku życia dziecko powinno myć zęby pod kontrolą rodziców**

Rodzice starają się uczyć swoje pociechy samodzielności. Jednak w przypadku higieny jamy ustnej nie można na nią dziecku pozwolić. **68% mam przyznaje, że najmłodszym w wieku 3-7 lat często zdarza się popełniać w tym zakresie błędy – polegają one głównie na zbyt krótkim lub niedokładnym myciu zębów[[2]](#footnote-2).** Dlatego, jak podkreśla ekspert – ***Przynajmniej do 8. r. ż. to dorośli powinni myć zęby dziecka. Dobrze to robić przed lustrem, aby uczyło się jak wykonywać tę czynność prawidłowo.***Zęby mleczne najlepiej myć metodą Fonesa, czyli tzw. kółeczkową. Anita Walczakwyjaśnia na czym ona polega – *Włosie szczoteczki ustawiamy prostopadle do zębów dziecka i ruchami kolistymi czyścimy zęby oraz wewnętrzne strony policzków. Z kolei powierzchnię żującą zębów myjemy ruchami poziomymi. Należy to robić 2 razy dziennie, przez ok. 2-3 minuty.*

**Wieczorna higiena jamy ustnej – obowiązkowa!**

Krótkie i niedokładne szczotkowanie, to nie jedyny błąd popełniany przez dzieci. **Aż 47% najmłodszym ze wspomnianej grupy wiekowej zdarza się spożywać dodatkowy posiłek, już po wieczornym myciu zębów[[3]](#footnote-3). *To poważny błąd, ponieważ higiena jamy ustnej o tej porze dnia jest szczególnie ważna.*** *Jak wspomniałam, czynnikiem sprzyjającym działaniu Streptococcus mutans jest zbyt długi czas zalegania pokarmu w jamie ustnej, a dodatkowo w nocy organizm produkuje mniej śliny, która w naturalny sposób oczyszcza zęby. Dlatego wieczorem trzeba poświęcić więcej uwagi temu, by wspólnie z dzieckiem, właściwie o nie zadbać. Powtarzany każdego dnia rytuał pomoże wyrobić u najmłodszych prawidłowe nawyki związane z higieną jamy ustnej, które towarzyszyć im będą zapewne także w przyszłości.* – mówi higienistka stomatologiczna. Poleca też wartościowe wsparcie – ***Do wieczornego rytuału dbania o zęby warto wprowadzić – jako uzupełnienie higieny jamy ustnej, preparat zawierający dobroczynny szczep******Streptococcus salivarius M18, który stosuje się po umyciu zębów.*** *Skuteczność tego szczepu* ***wykazały badania naukowe***[[4]](#footnote-4)***.*** *Wspiera on produkcję substancji (tzw. lantybiotyków), które działają przeciwko wspomnianym bakteriom Streptococcus mutans oraz produkuje enzymy zapewniające* ***odpowiednie pH w jamie ustnej i redukujące akumulację płytki nazębnej nawet o 50%. Dzięki temu w badanej grupie dzieci, które przyjmowały szczep Streptococcus salivarius M18 stwierdzono nawet ponad 3-krotnie większą szansę na uniknięcie ubytków – wzrosła ona z 20% do aż 70%****[[5]](#footnote-5)****.*** *Dzieje się tak, ponieważ dobroczynny szczep ma zdolność kolonizowania jamy ustnej, czyli mówiąc prościej zasiedlenia jej. A im więcej w jamie ustnej bakterii ze szczepu Streptococcus salivarius M18, tym mniej miejsca i pola do działania mają szkodliwe bakterie.*

**Dodatkowe wsparcie dla zdrowia zębów**

Jedynym preparatem na polskim rynku, który zawiera wspomniany przez eksperta szczep *Streptococcus salivarius* M18 jest Dentisal – przeznaczony dla wszystkich dzieci powyżej 3. roku życia i dorosłych. Jest on polecany – jako uzupełnienie dbania o higienę jamy ustnej, zwłaszcza dzieciom w trakcie wymiany zębów mlecznych na stałe, osobom z predyspozycjami do odkładania się płytki nazębnej, po zabiegach stomatologicznych (np. profesjonalnego czyszczenia zębów czy wypełniania ubytków) oraz noszącym aparaty ortodontyczne. Dentisal ma postać pastylek do ssania o truskawkowym smaku – dziecko powinno ssać jedną, po każdym wieczornym myciu zębów. Po jej przyjęciu nie powinno już nic jeść ani pić, aby szczep mógł skutecznie skolonizować jamę ustną, dzięki czemu zmniejszy w niej się liczba szkodliwych bakterii. W ten prosty sposób rodzice mogą zadbać zarówno o tzw. mleczaki, jak i znacznie zwiększyć prawdopodobieństwo uniknięcia ubytków w zębach stałych w kolejnych latach życia swojej pociechy.

Dentisal zawiera szczep *Streptococcus salivarius* M18 oraz witaminę D.

 \*Witamina D pomaga w utrzymaniu zdrowych zębów. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Należy pamiętać, że zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia mają istotne znaczenie.

Kontakt dla mediów:

**PR Hub sp. z o. o.**

**Anna Dziemidowicz, Specjalista ds. Komunikacji**

e-mail: anna.dziemidowicz@prhub.eu

tel. 733 000 837

**Dentisal**

**Dorota Liszka, Manager ds. Komunikacji Korporacyjnej**

e-mail: d.liszka@maspex.com

tel.: 33 870 82 04

**O firmie Polski Lek S.A.**

Polski Lek S.A. – to firma obecna na rynku od 18 lat. Specjalizuje się w dostarczaniu innowacyjnych produktów przeznaczonych dla najbardziej wrażliwych grup konsumentów takich jak kobiety w ciąży, niemowlęta i dzieci. Spełnia ona najwyższe światowe standardy w zakresie wytwarzania i zarządzania jakością, które dają gwarancję najwyższej jakości surowców. Produkty firmy zostały opracowane na podstawie badań naukowych i przy wsparciu najlepszych specjalistów.

1. Badanie wiedzy mam na temat higieny jamy ustnej u dzieci, przeprowadzone przez IQS Sp. z o. o. Dla marki Dentisal, metoda ilościowa CAWI, próba N = 200 [↑](#footnote-ref-1)
2. Ibidem [↑](#footnote-ref-2)
3. Ibidem [↑](#footnote-ref-3)
4. Di Pierro F. i wsp. Clinical, Cosmetic and Investigational Dentistry 2015; 7: 107-113.; Burton J. i esp. PLOS ONE June 2013. Volume 8, Issue 6.; Scariya L. i wsp. Int J Pharm Bio Sci 2015 Jan; 6(1): (P) 242-250.; Burton J. i wsp. Journal of Medical Microbiology (2013); 62: 875-884. [↑](#footnote-ref-4)
5. <https://www.dovepress.com/cariogram-outcome-after-90-days-of-oral-treatment-with-streptococcus-s-peer-reviewed-fulltext-article-CCIDE> [↑](#footnote-ref-5)