

Materiał opracowany przez Guarana PR

**Z dziąseł do serca, mózgu, nerek i innych narządów. Im szkodzi paradontoza!**

Dentyści alarmują: zaniedbane dziąsła to prosty sposób, by nabawić się poważnych problemów ze zdrowiem. Bakterie swobodnie podróżują po układzie krwionośnym, docierając do najdalszych organów w ludzkim ciele. Zagrożone są m.in. serce, mózg i nerki.

Zaczerwienione, obrzęknięte i krwawiące dziąsła to najpowszechniejsze objawy stanu zapalnego przyzębia. Nie jest on wcale taki rzadki, bo wg szacunków WHO na choroby przyzębia może cierpieć co drugi człowiek, a im jesteśmy starsi, tym bardziej ten wskaźnik rośnie – nawet do 100%. Tymczasem mamy środki i metody, by temu zaradzić i wcale nie wymagają one szczególnego zaangażowania.

**Czerwony alarm**

To nie jest problem tylko jamy ustnej, lecz całego organizmu. Nieleczone zapalenie przyzębia, a w formie najbardziej zaawansowanej – czyli paradontozy – nie tylko grozi ruchomością zębów i ich wypadnięciem, ale też niebezpiecznymi dla zdrowia, a nawet życia, powikłaniami.

Naukowcy zidentyfikowali dwa potencjalne mechanizmy, za sprawą których stan zapalny przyzębia może przekładać się na zdrowie organizmu. W pierwszym, bezpośrednim, naczynia krwionośne przyzębia są nieszczelne i patogeny wnikają wprost do organizmu. W drugim, pośrednim, zauważa się indukowanie stanu zapalnego w odległych miejscach organizmu za pośrednictwem mediatorów stanu zapalnego, m.in. cytokin uwalnianych w miejscach objętych paradontozą

– wyjaśnia lek. dent. Anna Janczarska-Breitkopf, periodontolog z Medicover Stomatologia Łódź Pomorska.

Niewiele osób wie, czym właściwie jest przyzębie. Jest to określenie zarezerwowane dla tkanek okalających ząb i utrzymujących go w zębodole. Należą do nich: dziąsło, ozębna, cement korzeniowy oraz część kości wyrostka zębodołowego. To właśnie je atakują bakterie, czego konsekwencją jest stan zapalny objawiający się opuchnięciem, zaczerwienieniem i krwawieniem dziąseł.

Lista niebezpiecznych konsekwencji będących skutkiem zaniedbania dziąseł stale się wydłuża, są na niej choroby wielu układów, m.in. krążenia, nerwowego czy nawet niektóre nowotwory.

**Dziąsła a serce**

Schorzenia układu krążenia należą do najczęstszych przyczyn zgonów na świecie. Wśród nich najpowszechniejsza jest miażdżyca, która przez wiele lat rozwija się po cichu i nie daje żadnych objawów. Mało osób wie też, że jest to choroba o podłożu zapalnym. W wyniku procesów zapalnych w tętnicach odkładają się lipidy i związki wapnia, co powoduje spadek ich elastyczności, a w konsekwencji – twardnienie. Jeśli takie złogi zostaną uwolnione do krwiobiegu, mogą spowodować zator, zawał lub udar. Co to ma wspólnego z dziąsłami?

Okazuje się, że w tzw. blaszce miażdżycowej naukowcy znaleźli nie jeden gatunek, a aż trzy rodzaje patogennych bakterii. Zidentyfikowano P. gingivalis, Prevotella intermedia i T. forsythia. Mało tego: w układzie krwionośnym odkryto też bakterie, które znane są jako te odpowiedzialne za próchnicę, czyli bytujące w jamie ustnej S. mutans. To pokazuje, że może istnieć bezpośredni związek z zaawansowanym stanem zapalnym przyzębia a incydentami sercowymi. Dlatego pacjent zgłaszający się do kardiologa powinien być pytany o zdrowie jamy ustnej i tak samo zgłaszając się do naszego gabinetu, musi zostać zapytany, czy z krążeniem wszystko jest u niego w porządku

– podkreśla dentystka.

Na ryzyko miażdżycy ma wpływ nie tylko stan zdrowia dziąseł, ale wiele czynników, pośród których wymienia się takie jak nadwaga, nadciśnienie, wiek, brak ruchu, nadużywanie alkoholu czy palenie papierosów. Współistnienie wielu okoliczności powinno skłonić pacjenta do zwrócenia uwagi na stan swojego serca.

**Dziąsła a mózg**

Za jeden z czynników zwiększających ryzyko choroby Alzheimera naukowcy podejrzewają także choroby dziąseł. Łączy je wspólny mianownik – stan zapalny. Również tutaj bakterie, cytokiny i inne substancje prozapalne rozprzestrzeniają się z dziąseł do reszty organizmu. Trafiają do układu nerwowego za pośrednictwem jednego z największych nerwów, czyli nerwu trójdzielnego okalającego twarz.

Uważa się, że to m.in. indukowany pośrednio stan zapalny odpowiedzialny jest za odkładanie się blaszek amyloidowych i splątków neurofibrylarnych w mózgach osób dotkniętych chorobami neurodegeneracyjnymi, jak choroba Alzheimera. Nie w każdym stanie zapalnym w organizmie ludzkim dochodzi do takiej zależności, w której substancje zapalne rozprzestrzeniają się po organizmie. W przypadku zapalenia przyzębia jest to jednak obserwowane wyjątkowo często

– ostrzega lek. dent. Anna Janczarska-Breitkopf.

Za chorobę Alzheimera w niewielkim stopniu odpowiadają geny. Rozwija się u osób starszych, które dodatkowo obciążone są cukrzycą, nadciśnieniem, hipercholesterolemią, a także doświadczyły urazów głowy w przeszłości. Jednym z zaleceń, by jej uniknąć, jest utrzymywanie aktywności umysłowej, a także powinno być po prostu… mycie zębów.

**Dziąsła a cukrzyca**

Na mapie schorzeń powiązanych z dziąsłami są nie tylko poszczególne narządy, ale także choroby dotykające całego organizmu. Jedną z nich jest cukrzyca. Szacuje się, że w Polsce zmaga się z nią 10% ludności, czyli nawet ponad 3 miliony osób. Nie mamy i dla nich dobrych wiadomości, bo problemy z dziąsłami i cukrzyca to zależność dwukierunkowa.

Podniesiony poziom glukozy we krwi predysponuje do problemów z dziąsłami choćby przez spadek odporności, a z drugiej strony przewlekły stan zapalny przyzębia to większe ryzyko zachorowania na cukrzycę, a dla tych, którzy się z nią już zmagają, oznacza to też trudniejsze kontrolowanie glikemii. Tacy pacjenci powinni koniecznie informować dentystę o cukrzycy

– zauważa ekspert Medicover Stomatologia.

Zasadniczym problemem przy cukrzycy jest dostęp organizmu do energii, którą pozyskuje m.in. z glukozy we krwi. Potrzebują jej również komórki układu odpornościowego, ale jeśli jej wykorzystanie jest zaburzone, nie pracują właściwie i sprawność organizmu w radzeniu sobie z patogenami spada. Narażone są nie tylko dziąsła, ale jama ustna, więc mogą pojawiać się afty, przerost Candida czy zapalenie kącików ust, potocznie zwane zajadami.

**Dziąsła a przewlekła choroba nerek**

Nerki wydają się narządem najbardziej oddalonym od dziąseł, jednak jest to odległość tylko fizyczna, bo powiązania biologiczne są niezwykle bliskie. Nerki znane są nam jako filtry. Ich zadaniem jest więc odfiltrowanie z krwi zbędnych produktów przemiany materii i przekazanie dalej – do wydalenia z organizmu. Do swojej pracy muszą podchodzić bardzo selektywnie, by przy okazji nie „wyrzucić” potrzebnych nam składników, jak białka, witaminy i mikroelementy. Gdy szwankują – nie bolą, ale czujemy się coraz bardziej osłabieni, bo organizm ulega stopniowemu zatruciu. Czemu więc choroba dziąseł mogłaby im zaszkodzić?

Między stanem zapalnym przyzębia a nerkami zachodzi bardzo wiele zależności, a co więcej: są one dwukierunkowe. Przede wszystkim uwagę zwraca się na procesy miażdżycowe w tętnicach nerkowych, obecność patogenów z jamy ustnej w krwiobiegu, ale też w odpowiedzi na atak bakterii na dziąsła organizm wytwarza wiele białek i substancji prozapalnych. Są one konieczne, by zwalczyć infekcję, ale jeśli ich podniesiony poziom utrzymuje się długo w krwiobiegu, uszkadzają też nerki. Jest to szczególnie niebezpieczne dla osób, u których już są one w jakiś sposób obciążone. Procesowi zapalnemu towarzyszy także tzw. stres oksydacyjny, czyli obecność w organizmie reaktywnych form tlenu, co stanowi dodatkowy czynnik ryzyka

– wyjaśnia dentysta.

Są też dobre wiadomości: naukowcy zaobserwowali poprawę funkcjonowania nerek u pacjentów, którzy podjęli leczenie periodontologiczne i poprawili higienę jamy ustnej w domu.

Badacze doszukali się już ponad 200 zależności między chorobami przyzębia a schorzeniami dotykającymi nawet najdalsze tkanki w ludzkim organizmie. Nie powinniśmy więc bagatelizować zaczerwienionych dziąseł i nawet sporadycznego ich krwawienia. Rutynowa kontrola u dentysty pomoże nam uniknąć schorzeń, przy których związku z dziąsłami nawet sobie nie zdawaliśmy sprawy.

Wywiady, komentarze, konsultacje? Nasi eksperci chętnie odpowiedzą. Dodatkowe materiały, zdjęcia do pobrania na http://medicoverstom.dlamediow.pl/

Biuro Prasowe Medicover Stomatologia / Guarana PRAleksander Rojek, tel. 508 397 788, mail. aleksander.rojek@guaranapr.pl

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| PDF | Medicover Stomatologia - Backgrounder PL&amp;ENG 2022.pdf | [Download](https://prowly-uploads.s3.eu-west-1.amazonaws.com/uploads/landing_page_image/image/451441/4b6ae7a030ff7b82f7284f44099ab89b.pdf) |
|  | Z dziąseł do serca, mózgu, nerek i innych narządów. Im szkodzi paradontoza!.jpg | [Download](https://prowly-uploads.s3.eu-west-1.amazonaws.com/uploads/landing_page_image/image/451310/bf957f8db52eca86ce9184723a811e7f.jpg) |