

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**
(Н И У « Б е л Г У »)

МЕДИЦИНСКИЙ ИНСТИТУТ
МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

ЦМК стоматологических дисциплин

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ
ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА В ПРОФИЛАКТИКЕ ГАЛИТОЗА**

Дипломная работа студентки

**очной формы обучения
специальности 31.02.06 Стоматология профилактическая
2 курса группы 03051731
Шевченко Алены Сергеевны**

Научный руководитель
преподаватель Богданович О.В.

Рецензент
врач стоматолог-терапевт
ГУП «Стоматологическая поликлиника
№2» г. Белгорода
Платонова Л.В.

БЕЛГОРОД 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ГАЛИТОЗ ПРИЧИНЫ, ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ	6
1.1 Галитоз причины и диагностика.....	6
1.2 Методы лечения галитоза	10
1.3 Профилактические мероприятия при галитозе	21
ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ ГИГИЕНЫ ПРИ ГАЛИТОЗЕ	24
2.1 Описание этапов проведения исследования	24
2.2 Анализ и оценка результатов исследования.....	25
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	36
ПРЕДЛОЖЕНИЯ	37
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ ...	38
ПРИЛОЖЕНИЯ	40

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы. Актуальность данного исследования обусловлена, неосведомленностью людей о галитозе и причинах его возникновения.

Так, приблизительная оценка распространенности галитоза в различных странах колеблется от 30 до 65%: в США около 60 млн. человек считают свое дыхание неприятным; 72% бизнесменов Японии, регулярно посещающих стоматолога, недовольны запахом изо рта; 40% дантистов США имеют более шести пациентов с галитозом в неделю.

Стоматолог гигиенист, должен правильно оценить ситуацию (различить мнимый и истинный, физиологический и патологический галитоз), установить причину галитоза, устранить оральные источники галитоза. Кроме того, проблема галитоза может послужить подходящим поводом для заинтересованности населения к гигиене полости рта и сохранению орального здоровья.

Проблема галитоза - это медицинские и психологические аспекты: наличие галитоза может быть индикатором патологий различных органов и систем организма человека. В психологическом аспекте - галитоз и страх галитоза оказывают огромное негативное влияние на социальную жизнь личности. В Талмуде, написанном более двух тысяч лет назад, оговорено безоговорочное расторжение брачного контракта при наличии неприятного запаха изо рта у одного из супругов; такие же документы найдены были в древнегреческих, римских, христианских и исламских источниках. Благополучие человека в современном обществе во многом определяется его имиджем и межличностными связями, в связи, с чем галитоз рассматривается как социальное увечье, являющееся причиной общественной изоляции (самоизоляции), препятствием в построении карьеры, семьи и т.д.

Целью дипломной работы, является доказать значение профилактической деятельности гигиениста стоматологического в профилактике галитоза.

Для достижения поставленной цели необходимо решить ряд **задач**:

1. Определить причины возникновения галитоза
2. Выявить способы лечения галитоза
3. Провести диагностику при галитозе
4. Определить эффективность дополнительных средств гигиены при галитозе.

Объект исследования: пациенты с галитозом в возрасте от 18-35 лет

Предмет исследования: применение различных методов и дополнительных средств при галитозе.

Методы исследования:

1. Анализа
2. Анкетирования
3. Наблюдения

Практическая значимость данного исследования заключается в необходимости повышения качества профилактической деятельности гигиенистов стоматологических, в связи с низким уровнем просвещенности населения в вопросах профилактики галитоза.

Дипломная работа состоит из содержания, введения, двух глав с подпунктами, заключения, приложений и списка использованной литературы.

В первой главе рассмотрим поставленные задачи об изучении этиологии галитоза, проведём диагностику и выявим способы лечения.

Во второй главе рассмотрим методику исследования эффективности дополнительных средств гигиены при галитозе.

Работа представлена на 36 страницах, имеет список использованных источников и литературы, 1 таблицу, а так же 5 диаграмм, представляющие сравнительный анализ до и после применения дополнительных средств при галитозе.

В качестве приложений использованы авторские фотографии, рекомендации во избежание неприятного запаха изо рта.

ГЛАВА 1. ГАЛИТОЗ ПРИЧИНЫ, ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ

1.1 Галитоз причины и диагностика

Основная цель профилактики галитоза – это устранение неприятного запаха изо рта. Чтобы устранить неприятный запах изо рта, нужно выявить причину этой проблемы.

Галитоз, вызывают различные патогенные микроорганизмы и вещества. Данное явление подразделяется:

1. Псевдогалитоз
2. Галитофобию
3. Истинный галитоз

Для псевдогалитоза характерно появление незначительного запаха. Этот запах фактически не замечают люди при общении. Причины возникновения – стресс или бытовые факторы, которые могут угрожать здоровью.

При галитофобии необходима психиатрическая помощь – пациенту кажется, что у него неприятный запах изо рта. Физиологический галитоз возникает от анаэробных бактерий. Местный вид галитоза связан с текущим состоянием ротовой полости и зубных рядов. Общий галитоз развивается на фоне конкретных заболеваний[1,с.17].

В первую очередь, при появлении неприятного запаха изо рта, который носит постоянный характер, необходимо обратиться к стоматологу. Возможно, в ротовой полости имеются заболевания зубов:

1. пародонтит
2. стоматит
3. гингивит
4. кариес

Также к развитию галитоза приводят такие болезни, не связанные с зубами:

1. лор-заболевания
2. сахарный диабет
3. болезни ЖКТ
4. инфекции органов дыхания
5. онкологические патологии

Биохимия физиологического галитоза. Значимым фактором возникновения неприятного запаха из полости рта при физиологическом галитозе являются сероводород, метилмеркаптан и диметилсульфид. Так же, неприятный запах создают органические кислоты, аммиак и другие амины [2,с.10]. Аммиак многими людьми ощущается как «свежий» запах. Именно поэтому, во многих случаях амины и кислоты всего лишь имеют малую роль в галитозе, создав ЛСС, внося незначительный запах и немного изменяя его интенсивность. ЛСС являются продуктом анаэробного микробиологического расщепления серосодержащих аминокислот. Все эти продукты анаэробного микробиологического расщепления, обитают в слюне и десневой жидкости в свободном состоянии.

При физиологическом галитозе микроорганизмы создают около 80% сероводорода и 20% метилмеркаптана, в основном они высеваются со спинки языка и из поддесневого налета [2,с.12].

Главным источником заражения анаэробной микрофлорой являются слюнные контакты (так же и с домашними животными).

Причиной заселения полости рта могут быть, наличие субстрата и характер среды для жизнедеятельности микроорганизмов (качество и количество слюны, уровень гигиены полости рта, характер диеты, табакокурение).

Язык. Спинка языка является местом обитания, сложных микробиологических сообществ в экологии полости рта. Заинтересованность в данном микробиологическом сообществе, не так давно возросла, в связи с тем, что налет на языке рассматривается как резервуар для периодонтопатогенов.

Важную роль, образования неприятного запаха в полости рта, играет задняя треть спинки языка. Так как около 60—90% общего количества ЛСС, обнаруживается именно на языке.

Налет на языке производит сероводород, также диметилсульфид и, в малых количествах, метилмеркаптан. Строение языка способствует образованию сложной бляшки: нитевидные сосочки спинки языка, складки и неровности рельефа формируют «застойные» ниши, благоприятные для различных микроорганизмов.

Задняя и, средняя трети спинки языка покрыты налетом — смесью десквамированного эпителия, клеток крови, погибших бактерий. Налет, состоящий из белковых субстанций, представляет собой субстрат для микробиологического производства ЛСС. Обстоятельство в данном случае, становится еще более удобным для катаболизма белков, когда очищение языка особенно затруднено (географический, волосатый, складчатый языки) или вовсе не производится.

Еще одна причина неприятного запаха изо рта – заболевания дыхательных путей. Воспалительные процессы в носу (риниты, синуситы), бронхиты, а также активная форма туберкулеза, сопровождаются разрушением тканей.

Из-за этого выдыхаемый воздух будет с неприятным запахом гноя. Также запах провоцирует долгое дыхание через рот (например, при аденоидах). При проблемах с миндалинами необходимо 2 раза в год найти время на промывание лакун у ЛОРа, а также регулярно полоскать горло отварами лекарственных растений или настойкой прополиса.

Источником запаха может стать и желудочно-кишечный тракт. При гастритах и язвенной болезни желудка, а также при заболеваниях поджелудочной железы нарушается переваривание пищи - при этом человека беспокоит еще и кислый привкус во рту.

Гнилостный запах, и горький привкус может говорить о заболеваниях печени или желчного пузыря. В этих случаях язык часто покрыт желтым налетом.

Запах «тухлых яиц» вместе с болями в животе после еды, тошнотой, отрыжкой может появляться при гастрите с пониженной кислотностью. Таким образом, такой дискомфорт часто бывает при обычном переедании во время праздников[4,с.23]. Так же, неприятный запах изо рта может появиться и у тех, кто сидит на строгих диетах – из-за слишком редкого или однообразного питания.

Диагностика. Существует несколько способов:

1. Обратиться за помощью к близкому человеку, но далеко не каждый решится ответить вам.
2. Использование ватного тампона – приложить на 15- 20 секунд к задней трети языка и через 30- 40 секунд оценить запах.
3. Использование прибора «Галитометр» (линия Air-lift).
4. Тест с ложкой или гладилкой. Надо счистить с задней спинки языка, его третьей части, налет пластиковой ложкой или гладилкой. И после того, как пройдет 40 секунд, оценить запах.
5. Тест при помощи собственного запястья. Необходимо облизнуть свое запястье и после 10 секунд понюхать свою кожу.

Чтобы неприятный запах изо рта исчез, нужно пройти различные исследования. С межзубных промежутков берется соскоб налёта, оценивается цвет. В кабинете оценивается состояние ротовой полости.

При помощи зеркал стоматолог гигиенист осмотрит основание языка, глотку, миндалины, оценит стоматологические особенности пациента и качество гигиены полости рта.

Стоматолог гигиенист , должен вести себя в этой ситуации абсолютно профессионально: в мягких интонациях объяснить проблему и тут же указать пациенту на возможные пути выяснения ее природы и минимизации[4,с.23].

Следует критично относиться к жалобам пациента на несвежее дыхание, основанных только на его наблюдениях за реакциями собеседников. Более достоверными основаниями можно считать ссылки пациента на прямые замечания относительно его тяжелого дыхания от близких ему людей.

Необходимо узнать характер галитоза (эпизодический или постоянный) и поговорить с пациентом , об обстоятельствах, с которыми можно связать возникновение галитоза: об «утреннем» дыхании ,о «голодном» дыхании, или о последствиях потребления специфических пищевых продуктов (лук, чеснок, капуста), лекарственных препаратов, или о галитозе, совпадающем во времени с появлением других жалоб пациента на состояние здоровья[5,с.192].

Будет проведена консультация профильных специалистов: отоларинголога, эндокринолога и гастроэнтеролога, которые исключат наличие заболеваний носоглотки, пищеварительной и эндокринной системы. Признаки галитоза могут говорить о том, что в организме нарушен обмен веществ и плохо работает иммунная система[6,с.12].

Для проведения диагностики галитоза рекомендуется за 24 часа до обследования не употреблять лекарственные средства, острую пищу, не курить и не употреблять спиртные напитки, не чистить зубы и не пользоваться жевательными резинками и освежителями полости рта[7,с.78].

1. 2. Методы лечения галитоза

Лечение и гигиенические мероприятия при галитозе включают следующее:

Тщательный уход за полостью рта.

Если проводится неправильная гигиена полости рта, то рекомендуется использование качественной зубной щетки и тщательная чистка зубов, так как она поможет удалить бактериальный налет со слизистой оболочки. Чистить зубы два раза в день по 2-3 минуты, пользоваться флоссом и скребком для удаления налета с языка, использовать ополаскиватель. Если нет возможности почистить зубы, то лучшим вариантом будет приобрести капсулы для устранения запаха, освежители дыхания, специальные полоскатели[8,с.19].

Стоматологическая помощь в профилактике и лечении патологического орального галитоза.

Предупреждения стоматологов гигиенистов, патологического орального галитоза сводятся к первичной, вторичной и третичной профилактике основных условий его возникновения, а именно патологии слюноотделения, тканей пародонта и зубов.

Для профилактики и лечения галитоза необходимо выполнение следующих мер:

Если беспокоит устойчивый запах изо рта необходимо обращаться к врачу-стоматологу.

Сделать профессиональную чистку зубов с удалением наддесневых и поддесневых зубных отложений.

Удалить зубы мудрости при затрудненном прорезывании, устранить очаги одонтогенной инфекции, удалить разрушенные зубы, не подлежащие восстановлению.

Санировать полость рта (пролечить кариес, заменить пломбы с нависающими краями, заменить некачественное протезирование, пролечить воспаление десен - вектор-терапия).

Решить проблему пониженного слюноотделения (ксеростомии).

Стоматолог гигиенист должен обучить методам индивидуальной гигиены полости рта, включая чистку зубов и языка.

Если проявления галитоза присутствуют после устранения возможных местных причин в полости рта, следует обратиться за консультацией к врачу терапевту[9,с.16].

Что надо делать во избежание неприятного запаха изо рта:

1. Утром и вечером чистить зубы по 2-3 минуты.
2. Пользоваться зубной нитью и скребком для чистки языка. Зубная нить помогает удалить из межзубного пространства остатки пищи, которыми питаются бактерии.
3. Полость рта должна оставаться влажной. Слюна очищает полость рта, так как содержит натуральный антибактериальный состав. Стараться чаще полоскать рот или хотя бы проводить языком по зубам - это также помогает на время избавиться от неприятного запаха.
4. Выбирать жевательную резинку более внимательно, ведь правильно выбранная жевательная резинка очень полезна как для зубов, так и для полости рта в целом. Жевательная резинка без сахара стимулирует выработку слюны за счет того, что вызывает механическое жевательное движение. Жвачки, содержащие ксилитол, также помогают предотвратить гниение зубов.
5. Так же стоит воздержаться от употребления красного вина, кофе, мяса и чеснока, для того чтобы сохранить свежее дыхание. Все эти продукты вызывают галитоз. А морковь помогает освежить дыхание.

Кроме того неприятный запах изо рта может быть связан с засорением тонкого кишечника[10,с.34]. Чтобы его очистить надо по утрам есть обычную овсяную кашу. Через 2-3 недели каша поможет справиться с галитозом. Так же для исчезновения галитоза поможет употребление большого количества воды. Часто проблемы галитоза связаны с плохим выделением слюны. Поэтому необходимо пить не менее двух литров питьевой воды, а также помимо этого несколько раз пить зеленый или черный чай. Не так давно для устранения неприятного запаха изо рта начали использовать хлорофилл[11,с.16]. Хлорофилл, содержится в растениях, он

обладает сильным антибактериальным действием, поэтому рекомендуется употреблять как можно больше брокколи, шпината, брюссельской капусты, так как в этих продуктах большое содержание хлорофилла.

Чистка языка является самым важным фактором, для избавления от неприятного запаха изо рта. Механическое удаление налета с задней трети спинки языка позволяет снизить концентрацию продуктов анаэробного микробиологического расщепления серосодержащих аминокислот в слюне и нормализовать органолептические характеристики дыхания при физиологическом галитозе. Из-за особенностей рельефа поверхности языка и структуры налета, полоскание считается, менее эффективной процедурой, чем механическое удаление налета щеткой или скребком[12,с.20]. Большинство пациентов, которые чистят язык, отдают предпочтение щетке, так как считают, что щетинки, проходят между сосочками языка и эффективно удаляют налет. Для чистки языка рекомендуется использовать только мягкие щетки, так как жёсткие вызывают микрокровотечения [13,с.30]. Вспомогательные средства для чистки языка - использование обычной зубной пасты для чистки языка не повышает эффективности этой процедуры, поэтому чистку рекомендуется проводить влажной щеткой. Антигалитозный эффект механического очищения языка от налета можно повысить, если увлажнять щетку антисептическими препаратами (0,12% раствором хлоргексидина)[14,с.23]. Для легкой чистки и увеличения длительности эффектов могут быть использованы ополаскиватели, вспенивающие налет.

Обучение чистке языка щеткой или скребком. Пациент обязан знать о том, что основной целью чистки языка является удаление налета с его задней трети. Пациенту надо показать зону чистки, дистальной границей которой являются сосочки, окруженные валом (можно попросить пациента максимально высунуть и выгнуть язык и на вершине «холма», он, при помощи зеркала, сможет увидеть эту границу — терминальную борозду). Чистящие движения (30) должны быть направлены только в одну сторону —

от корня языка к его кончику[15,с.193]. Рассказать, что усилия, прикладываемые к щетке, должны быть небольшими (до 100 г), с особой осторожностью использовать жесткие скребки. Сложностью для успешной чистки языка щеткой может стать рвотный рефлекс. Мятные отдушки зубных паст способны сенсбилизировать ротоглотку к рвотному рефлексу, поэтому стоит чистить язык до того, как чистить зубы. Снизить рвотный рефлекс поможет задержка дыхания, во время каждого прохода щетки. Защитная реакция, как правило, снижается по мере накопления опыта чистки языка[16,с.70].

Ополаскиватели. Для полоскания подойдет обычная 3%-ная перекись водорода и добавление в нее воды . Ее можно приобрести в любой аптеке. Перекись водорода отлично помогает избавиться от неприятного запаха изо рта, если регулярно полоскать полость рта. Для раствора в стакан с теплой водой нужно добавить 2-3 чайные ложки препарата. Полоскать рот нужно два раза в день. Перекись убивает бактерии в ротовой полости. Эффективный способ борьбы с галитозом – настой из трав. Чаще всего используют ромашку, полынь, землянику. Наиболее эффективней смешивать несколько полезных растений. Для приготовления настойки необходимо всыпать в термос одну столовую ложку травяного сбора, и залить одним литром кипятка. Полоскать рот этим настоем 3-4 раза в день. Отвар дубовой коры поможет устранить амбре. Для этого кору дуба (приобрести в аптеке) кипятят в воде на небольшом огне. Средство настаивают, процеживают[17,с.19]. Рот полощут отваром 3-5 раз в день.

Для предотвращения патологического орального галитоза сводятся к первичной, вторичной и третичной профилактике основных условий его возникновения патологии слюноотделения, тканей периодонта и зубов. Для оказания помощи пациентам, страдающим оральным патологическим галитозом, применяют профессиональную гигиену, периодонтальную хирургию и удаление разрушенных зубов, мероприятия по коррекции ксеростомии[18,с.15]. В домашних условиях, таким пациентам рекомендуют

использовать пульсирующие ирригаторы для полости рта, чтобы добиться удаления инфицированных масс и пищевых остатков из зубодесневых карманов, а также улучшить оксигенацию полости рта. Использование в качестве рабочей жидкости препаратов диоксида хлора и ацетата цинка.

Пациенты, имеющие внеоральный галитоз, после оказания стоматологической помощи должны быть направлены к соответствующим специалистам.

Стоматологическая помощь в профилактике и лечении псевдогалитоза, стоматолог, должен быть аккуратен, приложить усилия к тому, чтобы повысить самооценку пациента: в том числе, убедить пациента в том, что его дыхание больше не отталкивает людей от общения с ним. Получить успех в работе с пациентом, имеющим псевдогалитозом, можно лишь используя данные объективных исследований и методы психологического воздействия:

- Следует проявить эмпатию, и установить доверительные отношения с пациентом;

- Спорить с пациентом о том, имеется ли запах, не стоит, лучше подвести пациента к нужному выводу на основании объективных аргументов;

- Используя специальную, авторитетную для пациента литературу, следует убедить его в том, что судить о своем дыхании по поведению («избегающему, негативному») собеседников нет смысла;

Так же, зафиксировано, что галитозом реже страдают люди, привыкшие пить свежемолотый кофе по утрам. Основным моментом является то, что кофе должен быть именно молотый, настоящий, заваренный в турке. От растворимого и суррогатного кофе такого эффекта ожидать не следует. Либо, можно просто разжевать во рту кофейное зернышко. Быстро освежить дыхание в любых условиях поможет сырое яблоко.

Также может помочь масляное полоскание. Утром натошак полоскать полость рта нерафинированным растительным маслом (1 столовая ложка). Полоскать около 8-10 минут. Затем ополоснуть рот водой и почистить зубы

обычным способом[19,с.16]. Процедуру проводить ежедневно в течение 24 недель.

Зубная паста при галитозе.«MeridolHalitosis»- противовоспалительная гелевая зубная паста, для борьбы с неприятным запахом из полости рта. В состав средства входят лактат цинка и фторид олова, оказывающие бактериостатическое действие. Компоненты замедляют развитие патогенных микроорганизмов, нормализуют микрофлору ротовой полости и обеспечивают дыханию свежесть на протяжении всего дня.

«MeridolHalitosis» - рекомендуется использовать только в период обострения галитоза и не более двух раз в день[20,с.6].

«Mentadent P Microgranuli» - Итальянская антибактериальная зубная паста с разноцветными микрогранулами. В состав входят: цитрат цинка, он не дает появиться зубному камню и способствует устранению повышенной чувствительности зубов, а кристаллы гидроксиапатита помогают восстановить и укрепить поврежденную эмаль. Средство устраняет неприятный запах и борется с причинами его возникновения. Зубная паста защищает десна и уменьшает очаги воспаления, не вызывает аллергических реакций, и обладает легким отбеливающим эффектом. Микрочастицы, содержащиеся в зубной пасте, способствуют глубокому очищению, поэтому использовать «Mentadent» необходимо с осторожностью. Использовать 3 раза в неделю.

«Splat Максимум» - Освежающая биоактивная зубная паста с кальцием. Инновационная система «Luctatol» для защиты от кариеса препятствует фиксации налета на поверхности зубов, оказывает положительное влияние на кислотно-щелочной баланс и снижает чувствительность десен. Экстракт тимьяна в сочетании с ионами цинка блокируют развитие кариесогенных бактерий, вызывающих галитоз, а высокая концентрация отбеливающих компонентов помогает осветлить эмаль на несколько тонов. «Splat Максимум» не содержит фтор, поэтому для максимального эффекта использовать средство лучше в комплексе с фторсодержащими пастами.

«President Defense» - Эмульсионная лечебная паста со вкусом мяты. Продукт содержит в составе антисептический препарат «Гексетидин», что гарантирует надежную защиту от грибка, вызывающего воспаление слизистой оболочки полости рта. Среди активных компонентов присутствуют прополис и фтор – они благоприятно действуют на состояние десен, защищают зубы от кариеса и бактериального налета, а также создают тонкую защитную пленку на зубной эмали. Пасту можно использовать в качестве профилактики стоматологических заболеваний, она безопасна для здоровья и подходит для ежедневного применения. Для достижения желаемого результата достаточно чистить зубы пастой «Defense» один раз в сутки.

«Lacalut flora» - Лечебно-профилактическая зубная паста для защиты от неприятного запаха. Придает дыханию свежесть, останавливает процесс образования зубного камня и бактериального налета. Среди активных компонентов пасты находятся масла петрушки и оливы, которые подавляют появление болезнетворных бактерий и устраняют несвежий запах изо рта. Фунгицидное действие оказывает сквален, а глюконат цинка уничтожает неприятно пахнущие сернистые соединения и помогает поддерживать целостность зубов. Чистить зубы пастой «Lacalut flora» можно дважды в день на протяжении трех минут, однако стоматологи советуют проводить процедуру курсом с продолжительностью в 10 дней.

Несколько эффективных медикаментозных средств:

1. «Триклозан». Очень эффективное средство, которое уничтожает даже самые стойкие вирусы и бактерии в ротовой полости. Длительный отрезок времени после использования поддерживает свой эффект, не допуская развития новых бактерий на зубах и деснах. Его компоненты добавляют в зубную пасту для профилактики.
2. «Хлоргекседин». Данное средство используется как ополаскиватель, хорошо подавляет опасную микрофлору. Также служит

противогрибковым средством. Имеет один недостаток, способен вызвать сухость слизистой оболочки.

3. «Цетиллиридин». Также встречается в составе зубной пасты, прекрасный антисептик. Воздействует на микроорганизмы относящихся к группе грамположительных микробов, на грамотрицательных оказывает влияние лишь частично.
4. «Ремодент». Имеет в своем составе медь, цинк, фосфор и железо, а также прочие компоненты, которые хорошо обрабатывают рот от бактерий. Этот лиофилизат часто применяют как профилактический препарат против кариеса.
5. «Этоний». Этот бактериостатический препарат применяют в лечении стоматита, разного рода язв во рту и гингивита. Средство также имеет и антисептический эффект.
6. «Камфомен». Хорошо уничтожает микробы, а также оказывает антисептический эффект на всю полость. Этот препарат состоит из нескольких компонентов (оливкового, камфорного, касторового масел, ментола, эвкалипта, фурацилина и спирта и хладона) Часто используется в лечении носоглоточных заболеваний, используют как опрыскиватель или средство для ингаляции[1,с.20].

Медицинские препараты, которые используются в лечении, в связке с причиной вызвавшей неприятный симптом. Итак, если галитоз вызвал:

1. Стоматит. В этом случае используют для лечения такие препараты как: «Фурацилин», «Йодиол», «Фукарцин», «Мителеновую синьку», «Риванол».
2. Кариес. Нередко именно недостаточный уход за зубами провоцирует появление плохого запаха, устранить это помогут такие средства как «Фторлак» и «ICON».

3. Глоссит. В этом случае применяют препараты местного назначения: «Солкасерил», «Винезоль» и «Хлоргекседин». Из антибиотиков могут быть использованы «Супракс», «Роцефин» и «Диосициклин».
4. Колит. Как видим, проблемы с желудочно-кишечным трактом также вызывают неприятное дыхание. Устранить эту причину помогут: «Лактобактерин», «Бифилиз», «Пробифор», «Фталазол», «Сульгин».
5. Гастрит, язва. Потребуется комплексный подход, для начала понадобится привести в порядок пищеварение. Для этой цели снижают выработку кислоты в желудке («Нексиум», «Эманера», «Омепразол»), и только потом притивомикробные препараты («Амоксициллин», «Трихопол», «Омепразолом», «Кларитромицин»)[1,с.15].

Прибор для измерения неприятного запаха изо рта – «Галитометр». С этим прибором, можно легко самому отслеживать неприятный запах из полости рта. Портативный индикатор свежести дыхания (галитометр) «Air-lift». Этот прибор измеряет количество серных соединений, потому что серные соединения являются причиной неприятного запаха изо рта. Для этого необходимо, измерить свежесть дыхания, то есть нужно встряхнуть галитометр несколько раз и нажать на кнопку «Пуск». На экране начнется обратный отсчет, после чего загорится слово «Старт». В этот момент поднести прибор ко рту на расстояние 1 см, и просто дышать в течение 3 минут. В конце процедуры прибор подаст сигнал и выдаст цифру интенсивности запаха. Это позволит правильно подобрать средство для устранения галитоза.

Спрей для полости рта Air-lift свежее дыхание без спирта (Biocosmetics, Испания). Обладает антибактериальным и антикариесным эффектом, устраняет неприятный запах изо рта. Содержит хлорофилл, оливковое масло, комплекс эфирных масел мяты перечной и семян петрушки. Ксилитол, входящий в состав, защищает зубы от кариеса и

образования зубного камня. Спрей можно использовать дома, на работе, в дороге[2,с.15].

Зубная паста «Air-lift» свежее дыхание. Низкоабразивная паста, эффективно удаляющая неприятный запах изо рта. Не содержит лаурилсульфат натрия. Содержит витамин Е, оливковое масло, комплекс эфирных масел.

Пенка гигиеническая «Professor Persin».Основные свойства: предотвращает воспаление десен, устраняет кровоточивость десен, тщательно и бережно очищает от бактерий и остатков пищи, увлажняет слизистую полости рта, надолго освежает дыхание.

Линейка «Air-lift» предлагает в зависимости от вида неприятного запаха сочетать следующие комбинации своего продукта:

Хронический неприятный запах: Орального гингивита - Утром и вечером зубная паста air-lift, в течение дня ополаскиватель air-lift, спрей air-lift, капли air-lift, жвачка air-lift (1 -2 средства на выбор).

Хронический неприятный запах: Экстраорального гингивита - Утром, днём и вечером 1 -2 капсулы air-lift, запивая водой, утром и вечером зубная паста air-lift, в течение дня ополаскиватель air-lift, спрей air-lift, капли air-lift, жвачка air-lift (1 -2 средства на выбор).

Периодический неприятный запах: Запах перегара - Утром 2-3 капсулы air-lift, запивая водой, зубная паста air-lift, в течение первой половины дня ополаскиватель air-lift, спрей air-lift, капли air-lift, жвачка air-lift (1-2 средства на выбор).

Периодический неприятный запах: Курение - После каждой выкуренной сигареты спрей air-lift, капли air-lift, жвачка air-lift (на выбор).

Периодический неприятный запах: Употребление лука, чеснока, капусты и прочие - После еды 1 -2 капсулы air-lift, запивая водой, + спрей air-lift, капли air-lift, жвачка air-lift (1-2 средства на выбор)[3,с.36].

Утренний неприятный запах изо рта : Вечером 1-2 капсулы air-lift, запивая водой, + зубная паста air-lift.

1.3 Диета и обучение правильной чистке зубов

Зубы надо чистить два раза в день, используя при этом совсем небольшое количество пасты (достаточно размера небольшой горошины).

Правильная техника чистки зубов:

Чистить необходимо не только внешнюю часть зубов, но и внутреннюю, начиная от пришеечной части десны. Чистить необходимо аккуратными круговыми движениями, стараясь делать это так, чтобы каждое круговое движение захватывало лишь один зуб [15, с.25].

1. При чистке внутренней части передних зубов следует наклонить щетку перпендикулярно полости рта, чтобы она приняла вертикальное положение по отношению к зубам. При этом также следует использовать аккуратные круговые движения.
2. Плоскую (жевательную) поверхность зубов следует чистить обычными поступательными движениями.
3. Так же стоит не забывать о тех зубах, которые находятся глубоко и до которых не так-то просто добраться зубной щеткой. Их также необходимо тщательно очищать.
4. В завершении чистки обязательно почистить обратной частью зубной щетки или скребком язык (особенно его заднюю часть, которая находится в глубине рта), чтобы удалить частички пищи и часть бактерий, вызывающих неприятный запах.
5. При правильном подходе к чистке зубов, данный процесс займет не более двух минут.

Диета против галитоза основана на употреблении большого количества овощей и фруктов. Кроме того, необходимо пить свежевыжатые, а не покупные соки.

Желательно пить больше чистой воды. В сутки надо выпивать не менее 2-2,5 литров талой или фильтрованной воды. Если организм потерял много жидкости, то ему не под силу вывести вредные шлаки. Хорошо подойдет для таких целей употребление минеральной воды, только предварительно надо посоветоваться с врачом по поводу того, какую именно минеральную воду лучше пить[15,с.11].

Неприятный запах может быть тесно связан с дисбактериозом. От него избавиться сложно, но можно. Для этого рекомендуется каждый день пить биокефир или употреблять специальные пробиотики, например, препараты «СимбиоВиталь», «СимбиоЛакт Композитум» и «ИнуВит». Что касается жареных продуктов, то от них желательно отказаться совсем. Как не стоит есть продукты с большим количеством консервантов, усилителей вкуса, ароматизаторов и прочей химии. Так как, все эти «ненастоящие» соки и им подобные продукты, во время распада в желудке начинают выделять некоторые токсические вещества, которые усиливают неприятный запах изо рта. Помимо этого такие химические добавки уничтожают полезную микрофлору кишечника и «одаривают» организм шлаками.

Сбалансированный рацион – способ восстановить микрофлору кишечника и желудка, стать здоровее и устранить причину галитоза. Из рациона исключаются алкогольные напитки, чеснок, лук, молочные продукты высокой жирности, бобы, красное мясо и крепкий кофе. Также следует воздержаться от газированных лимонадов[13,с.35].

Правильный рацион питания должен быть это зелень, фрукты, овощи, яйца, рыба различных сортов. Можно добавлять в пищу анис и фенхель. Диета поможет нормализовать пищеварение и избежать развития хронических болезней ЖКТ.

Проанализировав литературные источники , можно сделать вывод ,что фактически в 90% случаев, неприятный запах из полости рта – это пребывание бактерий обитающих в полости рта, в зубном налете, в десневых карманах. Так же неприятный запах из полости рта – указывает на лор-

заболевания, сахарный диабет, болезни ЖКТ, инфекции органов дыхания, онкологические патологии, болезни почек. Причиной неприятного запаха из полости рта может стать злоупотребление алкоголем, курение, диеты.

Так же, выявили, чтобы отвратительный запах из полости рта исчез, нужно пройти различные исследования. Пройти консультацию профильных специалистов, и стоматолог профилактический осмотрит основание языка, миндалины и глотку.

И для того что бы неприятный запах ни появлялся, нужно следить за полостью рта, пользоваться ополаскивателями, скребком для языка, зубной нитью. Чистить зубы два раза в день.

ГЛАВА 2. МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ ГИГИЕНЫ ПРИ ГАЛИТОЗЕ

2.1. Описание этапов проведения исследования

В медицинском колледже НИУ БелГУ было обследовано 15 пациентов с галитозом в возрасте от 18 до 35 лет (8 женщин – 54 % и 7 мужчин – 46 %). Исследование проводилось методом анкетирования и анализа результатов, наблюдения пациентов до лечения и спустя 3 месяца лечения, а затем был проведен расчет и анализ собранных анкет и наблюдений. Так же пациентам было проведено комплексное обследования полости рта, включающее оценку степени галитоза.

Используемые методики:

1. В исследовании был применен метод наблюдения.
2. Для выявления уровня самооценки наличия галитоза пациентам предлагалось заполнить анкету, ответив на несколько вопросов (наличие вредных привычек, наличие неприятного запаха изо рта, кратность ухода за полостью рта, использование основных и дополнительных средств гигиены полости рта, испытывает ли пациент психологический и социальный дискомфорт и т.д.).
3. Обработка данных производилась с помощью пакета статистического анализа MS Excel.

Порядок проведения исследования:

Исследование состояло из трех этапов:

На первом этапе исследовательской работы, для выявления уровня самооценки наличия галитоза пациентам предлагалось заполнить анкету, состоящей из 12 вопросов. Пациентам были разъяснены цель и ход данного

анкетирования, после чего было получено согласие каждого на обработку данных. Пациентам выдавались бланки анкет и ручки. В исследовании приняли участие всего 15 человек.

На втором этапе исследовательской работы, выявляли наличие галитоза у пациентов на основе метода диагностики (очистка флоссом межзубные промежутки в области моляров, через 40-50 секунд субъективная оценка запаха снятого налёта) и определение гигиены полости рта по Грину-Вермильону.

На третьем этапе, после проведения анкетирования и наблюдения, был проведен анализ на эффективность дополнительных средств гигиены.

2.2 Анализ и оценка результатов исследования и наблюдений

Таблица 1

Результаты анкетирования стоматологических больных

	вопросы	Результаты
1	Ощущаете ли вы, у себя неприятный запах изо рта? ДА Нет Не знаю	6-да 9-нет
2	Как вы обнаружили у себя неприятный запах изо рта? Сам Кто-то сказал Другое	3-сам 3-сказали
3	Что вы делали, чтобы уменьшить неприятный запах изо рта? Ополаскиватели Зубная паста Ничего	7-ополас. 2-зуб.п. 6-ничего
4	Чистите ли вы каждый день свои зубы? Да Нет	13-да 2-нет

5	Пользуетесь ли вы флоссом? Да Нет	7-да 8-нет
6	Есть ли у вас сухость во рту? Да Нет	2-да 13-нет
7	Курите ли вы? Да Нет	1-да 14-нет
8	В какое время суток , вы замечаете неприятный запах изо рта? Утром На голодный желудок	1-утром 2-на голдн.ж
9	Какие проблемы вы испытываете из-за неприятного запаха изо рта? Стараюсь близко не общаться с людьми Никаких	6-отстранение 9-никаких
10	Укажите свой возраст: _____	От 18 до 35 лет
11	Употребляете ли вы алкоголь? Да Нет	2-да 13-нет
12	Принимаете ли лекарственные препараты? Да Нет	1-да 14-нет

По результатам исследования и проведения анкетирования мы видим, сколько лет нашим опрошенным, и что они входят в группу среднего возраста.

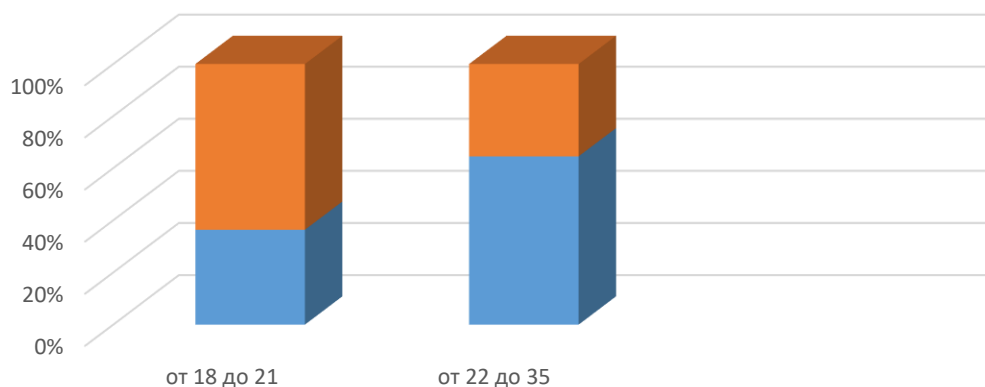


Рис. 1. Данные по возрасту

По результатам анкетирования мы видим, что с 7 по 15 пациента нет проблем с вредными привычками (табакокурение, употребление алкоголя), с 3 по 15 пациента – проводят гигиену полости рта. С 7 по 12 пациента – они пользуются флоссом. У 2 и 6 пациента есть зависимость от алкоголя. У 1 и 2 пациента наблюдается ксеростомия . 3 и 4 пациент принимают лекарственные препараты. С 1 по 6 пациента, есть, проблема с общением с людьми у этих же пациентов есть ощущение неприятного запаха изо рта. С 3 по 5 пациента – неприятный запах изо рта наблюдается на голодный желудок. У 1,2,6 пациента узнали о своем неприятном запахе изо рта от кого то. 1 пациент обнаружил сам свой неприятный запах из п-рта. 3 пациент – обнаружил неприятный запах изо рта утром . 4 пациент – принимает лекарственные препараты.

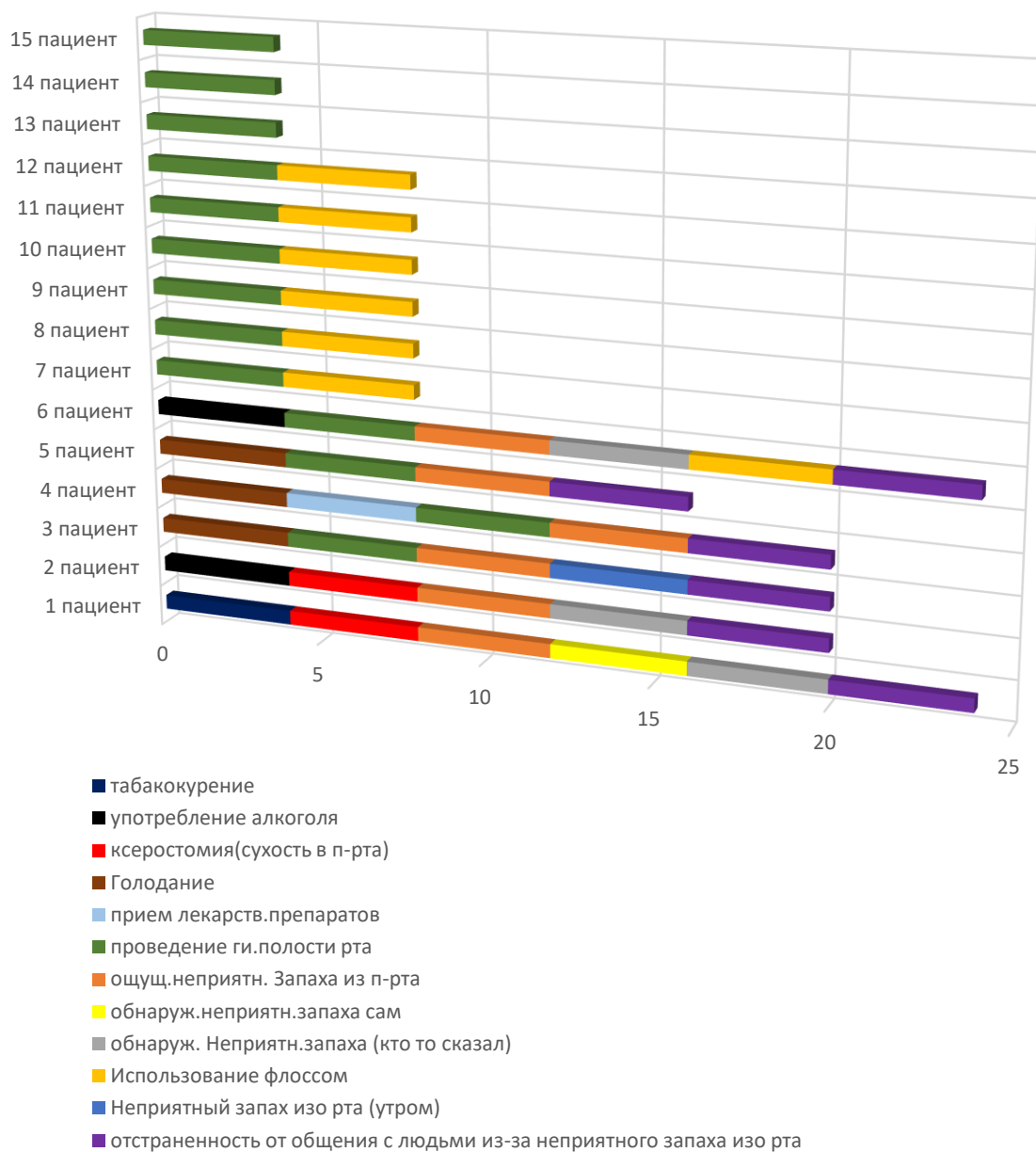


Рис. 2. Диаграмма анкетирования пациентов

При снятии налета флоссом с межзубных промежутков в области моляров, выявлено, что у девяти не наблюдается запаха, у четверых умеренный запах и только у двоих есть тяжелый запах изо рта.

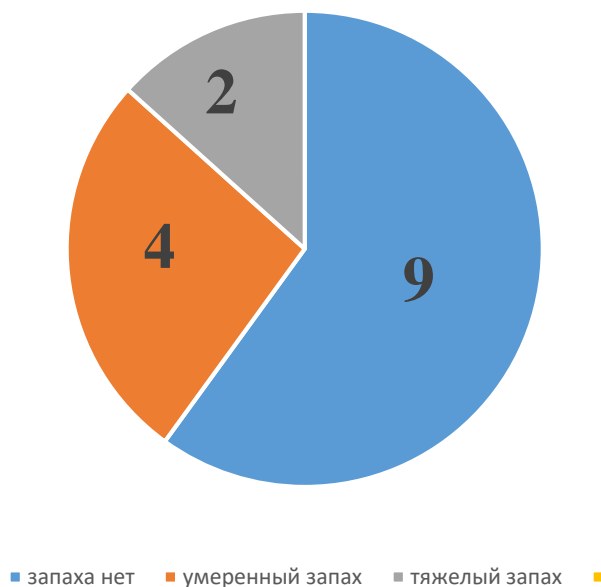


Рис. 3. Оценка запаха

Для определения количества мягкого зубного налета и зубного камня, мы рассчитывали по индексу Грина-Вермильона. Для этого использовали щечную поверхность зубов 16 и 26, вестибулярную поверхность 11 и 31, язычную поверхность 36 и 46 и окрашивали раствором Шиллера –Писарева.

Расчет:

1 пациент:

$3+3+3+3+3+2=17$ - оценка зубного налета

$3+3+3+3+2+3=17$ - оценка зубного камня

$ИГР-У = 17/6+17/6=5,6$ (плохой)

2 пациент:

$3+3+3+3+3+2=17$ - оценка зубного налета

$3+2+3+3+3+2=13$ - оценка зубного камня

$ИГР-У = 17/6+13/6=5$ (плохой)

3 пациент:

$1+2+2+1+1+1=8$ - оценка зубного налета

$1+2+1+2+1+2=9$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $8/6+9/6= 2,8$ (удовлетворительный)

4 пациент:

$1+1+1+1+1+1= 6$ - оценка зубного налета

$1+2+1+2+1+2= 9$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $6/6+9/6= 2,5$ (удовлетворительный)

5 пациент:

$1+2+2+1+1+1= 8$ - оценка зубного налета

$1+2+1+2+1+2= 9$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $8/6+9/6= 2,8$ (удовлетворительный)

6 пациент:

$1+1+1+1+1+1= 6$ - оценка зубного налета

$1+2+1+2+1+2= 9$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $6/6+9/6= 2,5$ (удовлетворительный)

7 пациент:

$0+0+1+0+1+0= 2$ - оценка зубного налета

$0+1+0+1+0+1= 3$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $2/6+3/6= 0,8$ (хороший)

8 пациент:

$0+0+1+1+1+0= 3$ - оценка зубного налета

$0+1+0+1+0+1= 3$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $3/6+3/6= 1$ (хороший)

9 пациент:

$0+0+1+1+0+0= 2$ - оценка зубного налета

$0+1+1+1+0+0= 3$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $2/6+3/6= 0,7$ (хороший)

10 пациент:

$0+0+1+1+1+0= 3$ - оценка зубного налета

$0+1+1+1+0+1= 4$ - оценка зубного камня

ИГР-У= $3/6+4/6= 1,1$ (хороший)

11 пациент:

$0+0+1+0+1+0=2$ - оценка зубного налета

$0+1+0+1+0+1=3$ - оценка зубного камня

$\text{ИГР-У} = 2/6 + 3/6 = 0,7$ (хороший)

12 пациент:

$0+0+1+1+1+0=3$ - оценка зубного налета

$0+1+0+1+0+1=3$ - оценка зубного камня

$\text{ИГР-У} = 3/6 + 3/6 = 1$ (хороший)

13 пациент:

$0+0+1+0+1+0=2$ - оценка зубного налета

$0+1+0+1+0+1=3$ - оценка зубного камня

$\text{ИГР-У} = 2/6 + 3/6 = 0,8$ (хороший)

14 пациент:

$0+0+1+1+1+0=3$ - оценка зубного налета

$0+1+0+1+0+1=3$ - оценка зубного камня

$\text{ИГР-У} = 3/6 + 3/6 = 1$ (хороший)

15 пациент:

$0+0+1+1+1+0=3$ - оценка зубного налета

$0+1+1+1+0+1=4$ - оценка зубного камня

$\text{ИГР-У} = 3/6 + 4/6 = 1,1$ (хороший)

Исходя, из расчетов по индексу Грина-Вермильона, мы видим, что у 1 и 2 пациента плохая гигиена полости рта, с 3 по 6 пациента удовлетворительная гигиена полости рта. С 7 по 15 пациента гигиена полости рта хорошая.

Таким образом, можно сделать вывод, что у двух пациентов (1 и 2 пациента) истинный паталогический оральный галитоз, так как в анкетировании они писали, что не проводят гигиену полости рта, не используют дополнительные средства гигиены для полости рта, имеются вредные привычки (курение), употребление алкоголя, ксеростомия. При снятии налета флоссом с межзубных промежутков в области моляров

чувствовался тяжелый запах. При расчете индекса по Грину-Вермильону была выявлена плохая гигиена полости рта.

Этим двум пациентам было порекомендовано провести профессиональную гигиену полости рта. Так же отказаться от курения, и не употреблять алкоголь, чистить зубы два раза в день (утром и вечером), пользоваться флоссом и скребком для удаления налета с языка, обучили, как правильно пользоваться. Для полоскания можно использовать обычную 3%-ную перекись водорода и разбавить водой или цетилпиридин в ополаскивателях (0,2–0,025 %) и эссенциальные масла. Не пренебрегать профессиональными средствами домашнего ухода (капсулы для устранения запаха, освежители дыхания). Так же было рекомендовано пользоваться жевательной резинкой, так как она стимулирует слюноотделение и, при длительном жевании, провоцируют удаление налета из зон, обычно не очищаемых щеткой. Было показано, как правильно чистить зубы по стандартному методу Г.Н. Пахомову. Было рекомендовано использовать таблетки «Септогал» или «Галитокс», и пить ромашковый чай. Использовать ирригатор для полости рта со специальными насадками, позволяющими добиться более эффективного удаления инфицированных масс и пищевых остатков из зубодесневых карманов, а также улучшить оксигенацию полости рта. Эффективность ирригации повышается при использовании в качестве рабочей жидкости препаратов диоксида хлора и ацетата цинка. Чтобы отслеживать, свое дыхание рекомендовано было, приобрести Галитометр. Для лечения галитоза использовать антигалитозную линию средств – зубную пасту «Асепта» и ополаскиватели серии «Асепта Fresh» и «Листерин Expert». Зубная паста «Асепта» назначалась для ежедневного использования (2 раза в день) в течение 3 месяцев наблюдения. Ополаскиватели «Асепта Fresh» и «Листерин Expert» были назначены для ежедневного использования по 1 разу в день каждым – курс 3 месяца.

Другие четыре пациента (с 3 по 6 пациента) имеют истинный физиологический галитоз, так как пациент 3, 4, 5 чувствовали неприятный

запах изо рта на голодный желудок, пациент 4 принимал лекарственные препараты, 6 пациент злоупотреблял алкоголем. При снятии налета флоссом с межзубных промежутков, было выявлено у этих четверых пациентов умеренный запах (неприятный запах определенно был). При расчете индекса Грина-Вермильона уровень гигиены удовлетворительный.

Было рекомендовано в первую очередь, провести профессиональную гигиену полости рта, отказаться от алкогольных напитков, табакокурения, начать правильно питаться. Так же приобрести скребок и флоссы для удаления налета с языка и зубов, обучили, как правильно ими пользоваться. Для снижения активности и численности анаэробной микрофлоры рекомендовала антисептики: хлоргексидин и триклозан. Рекомендованы были таблетки для рассасывания «OralProbiotic». С этими пациентами была проведена беседа о галитозе, наглядно продемонстрировано на пластмассовой челюсти, стандартный метод чистки зубов по Г.Н. Пахомову. И была рекомендована зубная паста R.O.C.S. Максимальная свежесть - для ежедневного использования чтобы сохранять свежее дыхание.

И у девяти пациентов не наблюдался неприятный запах изо рта, из результатов анкетирования видно, что чистят зубы ежедневно, используют дополнительные средства гигиены для полости рта, отсутствуют заболевания в полости рта, и не имеют вредные привычки (табакокурение, употребление алкоголя). При расчете индекса Грина-Вермильона уровень гигиены хороший.

Этим пациентам была проведена просветительная беседа, в которой было рассказано о галитозе, всех пациентов опросили, как сами они чистят зубы, а после были указаны ошибки на пластмассовой челюсти. Напомнили пациентам о дополнительных средствах гигиены для полости рта (щетки, пасты, флоссы, ополаскиватели и скребки).

Результаты исследования. При изучении наличия запаха изо рта путем анкетирования было опрошено 15 пациентов в возрасте от 18 до 35 лет. Выявлено, что многие из обследованных, имели вредные привычки, сухость

в полости рта, проблемы с питанием активно влияющие на появление галитоза.



Рис.4. Результаты исследования

Как показали результаты анкетирования, распространенность галитоза зависит от возраста и чаще встречается в средних возрастных группах от 18 до 35 лет.

Спустя 3 месяца, оценили состояние запаха в полости рта у пациентов, на основании субъективного мнения пациентов о наличии или отсутствии неприятного запаха изо рта, а также с учётом методов диагностики, указанных выше. Так из 6 пациентов с галитозом, избавились 3 пациента от неприятного запаха из полости рта (50%), отметили исчезновение галитоза, это подтверждалось и методами моментальной диагностики. О преходящем характере запаха изо рта сообщили 2 пациента (33 %). Один пациент (17 %) признался, что не придерживался рекомендациям и не пользовался дополнительными средствами гигиены для полости рта.



Рис.5 Результаты исчезновения галитоза спустя 3 месяца

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Правильное питание, тщательный уход за зубами и регулярное посещение стоматолога помогут избежать, неприятный запах изо рта.

Главной причиной возникновения галитоза, все же являются остатки пищи и бактерии, скапливающиеся на зубах и языке. Ухудшать запах может, пониженное слюнообразование. Если в ротовой полости слишком сухо, бактерии активнее оседают на поверхности. Сухость во рту может быть следствием приема некоторых лекарств.

Ключевым моментом следует считать работу стоматолога профилактического, ведь он должен правильно оценить ситуацию (различить мнимый и истинный, физиологический и патологический галитоз), установить причину галитоза, устранить оральные источники галитоза.

Так же, хотелось бы отметить, что потребность в профилактическом уходе и наблюдении стоматолога-гигиениста нуждается каждый человек.

И как показали, результаты исследований люди с галитозом не знают о своей проблеме и поэтому не предъявляют жалоб на несвежее дыхание. Стоматолог профилактический может оказаться первым лицом, сообщаящим эту плохую новость пациенту. Стоматологу гигиенисту отводится важная роль в диагностике этого заболевания. В связи с этим возрастает необходимость применения объективного метода исследования галитоза, который позволяет получить точное количественное выражение выделяемых с выдыхаемым воздухом летучих серосодержащих соединений.

Из этого следует, что пациент с физиологическим галитозом, сможет избавиться от неприятного запаха из полости рта, если будет придерживаться рекомендациям гигиениста-стоматологического и использовать дополнительные средства гигиены для полости рта. Так как для каждой клинической классификации галитоза, гигиенист подбирает дополнительные средства гигиены, подбирает методы устранения галитоза или направляет к другим специалистам.

ПРЕДЛОЖЕНИЯ

1. Проводить беседы с пациентами, о заболевании Галитоз, рассказывать, как предупредить и выявить у себя неприятный запах из полости рта.
2. Показывать по телевидению мини-ролик о Галитозе, тем самым просвещая население.
3. Использовать анкету, подготовленную нами, при приеме пациентов.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ И ЛИТЕРАТУРЫ

1. Фирсова, И.В. Комплексный подход устранения галитоза [Текст] / И.В. Фирсова // -2016.-№3-С. 20-28.
2. Галитоз [Текст] / Т.В. Попруженко // Новое в стоматологии.- 2016.- № 3.- С. 10-14.
3. Проблема галитоза [Текст] / А.А. Соловьев // Современная стоматология.- 2006.-№5.- С.27.
4. Полевая, Н.А. Галитоз: диагностика, лечение, профилактика [Текст] / Н. Полевая, Н. Елисеева // Институт стоматологии.-2016.-№1-С.22-25.
5. Попруженко, Т.В. Галитоз [Текст] / Т.В. Попруженко, Н.В. Шаковец // Практическая медицина.-2017.-№2.- С. 191-204.
6. Аврамова, О.Г. Изучение галитоза у лиц с заболеванием полости рта [Текст] / О.Г. Аврамова, Д.Н. Бахмутов // Новое в стоматологии.- 2016.- № 3.- С. 10-14.
7. Галонский, В.Г. Галитоз: современные аспекты диагностики, профилактики и лечения [Текст] / В.Г. Галонский // Медицинская книга: Стоматология.-2017.-№6- С. 77-78.
8. Дмитриева, Н.Г. Применение современных средств гигиены полости рта в комплексном лечении кариеса, гингивита страдающих галитозом [Текст] / Н.Г. Дмитриева // Стоматология для всех. -2016.-№ 4. С. 18-20.
9. Епанешникова, М.А. Феномен запаха в культуре: особенности функционирования в сакральной и профанной сферах [Текст] / М.А. Епанешникова/ Новое в стоматологии. -2016. -№6.- С. 3-17.
10. Иванова, Е.Н. Диагностика интраорального галитоза и его взаимосвязь с показателями стоматологического здоровья [Текст] / Е.Н. Иванова, М.Н. Мищенко // Современная стоматология.- 2006.-№5.- С.30-35.
11. Кандрукевич, О.В. Проблема галитоза в различных возрастных группах [Текст] / О.В. Кандрукевич, Ю.А. Толкач // Современная стоматология.- 2015.- № 3.- С. 15—18.

12. Мищенко, М.Н. Клинико-диагностическая значимость галитоза при гингивите [Текст] / М.Н. Мищенко // // -2016.-№3-С. 20.
13. Муравьева, Г. Галитоз неприятный запах изо рта [Текст] / Г. Муравьева, Т.Купец // Современная стоматология.- 2006.-№5.- С.30.
14. Муртазалиев, Г.М. Частота поражения органов полости рта при оральном галитозе [Текст] / Г.М. Муртазалиев, Н.А. Нурмагомедов // Институт стоматологии.-2016.-№1-С.22-25.
15. Соловьев А.А. Диагностика, клинические признаки галитоза и методы его устранения [Текст] / А.А. Соловьев // Практическая медицина.-2017-№2.- С. 191-204.
16. Акулович, А.В. Галитоз [Текст] / А.В. Акулович // Медицинская книга: Стоматология.-2017.-№6- С. 70-78.
17. Болотина, Е.В. Галитоз – проблема в современном обществе [Текст] / Е.В. Болотина // Стоматология для всех. -2016.-№ 4. С. 18-20.
18. Вагнер, В.Д. Лечение и предупреждение галитоза [Текст] /В.Д. Вагнер// Новое в стоматологии. -2016. -№6.- С. 3-17.
19. Мамедова, Л.А. Предупреждение галитоза на ранних стадиях [Текст] // Современная стоматология.-2016.- № 3.- С. 15—18.
20. Максимовский, Ю.М. Изучение галитоза у лиц с заболеванием ЖКТ [Текст] / Ю.М. Максимовский // -2015.-№3-С. 5-10.

ПРИЛОЖЕНИЯ

РЕКОМЕНДАЦИИ

Рекомендации во избежание неприятного запаха изо рта:

1. Начинать каждый день с главной гигиенической процедуры - чистки зубов щеткой. Чистить зубы нужно не менее 2 минут.
2. Стараться регулярно пользоваться зубной нитью и щеткой для чистки языка. Зубная нить помогает удалить из межзубного пространства остатки пищи, которыми питаются бактерии.
3. Ротовая полость должна быть влажной. Слюна помогает очистить рот, так как содержит натуральный антибактериальный состав. Стараться чаще полоскать рот или хотя бы проводить языком по зубам - это также помогает на время избавиться от неприятного запаха.
4. Правильно выбранная жевательная резинка очень полезна как для зубов, так и для полости рта в целом. Кроме того, свежее дыхание обеспечено. Жевательная резинка без сахара стимулирует выработку слюны за счет того, что вызывает механическое жевательное движение. Жвачки, содержащие ксилитол, также помогают предотвратить гниение зубов.
5. Чтобы сохранить свежесть дыхания, надо воздержаться от красного вина, кофе, мяса и чеснока. Все эти продукты вызывают галитоз. А вот морковь помогает освежить дыхание.



Рис.6 Определение неприятного запаха



Рис7 Обучение правильной чистке зубов

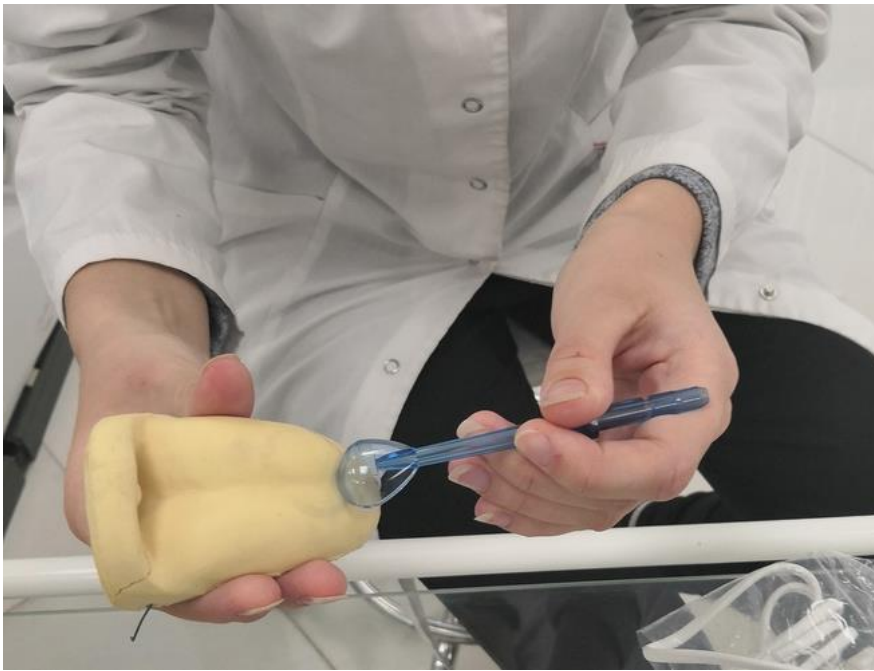


Рис.9 Обучение как правильно пользоваться скребком