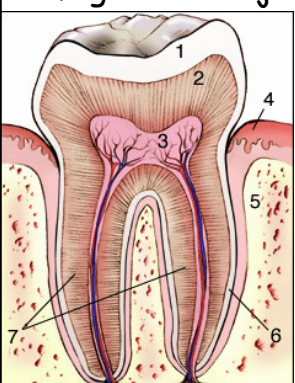




A tápcsatorna felső szakaszának megbetegedései

**Caries,
Szájnyálkahártya gyulladás,
Reflux**

A fog anatómiája




1. Zománc
2. Dentin
3. Pulpa üreg - gyökércsatorna
4. Foghús
5. Maxilla/Mandibula
6. Cement
7. Dentin





Egy angol festmény a XIV. századból

- Régészeti leletek bizonyítják, a fogszuvasodás antik betegség.
- több mint 1 millió éves koponyák, (neolitikumból), fogszuvasodás jelei láthatók.
- A neolitikumban a caries elterjedése visszavezethető a szénhidrátokat tartalmazó növényi ételek fogyasztására.
- Egyes adatok szerint a neolitikumban a carieses fogak száma körülbelül 1,6% körül lehetett.
- Dél-Ázsiában a rizstermesztés kezdetét tekintik a fogszuvasodás növekedési tényezőjének.
- Sumér írások i. sz. V. évezredből a caries kialakulásáért egy „fogkukac”-ot okolnak, amit ugyanúgy alátámasztanak egyiptomi, indiai, japán és kínai leletek.



- Amikor Pannónia és Erdély a római birodalomhoz tartozott, a talált koponyákon 4,41%-os volt a szuvas fogak illetve a letört gyökerek száma.
- A honfoglalás idején a carieses fogak száma 2,33% volt
- Az Árpád-korban 5,7%-ra emelkedett
- Ezek a számok a XIX. sz-ban ugrásszerűen megnöttek.
- Az évszázadok során számtalan eljárással próbálkoztak a szuvas fogak kezelésére.



- Őseink már 5000 évvel ezelőtt is tisztították fogaikat.
- Eleinte vesszéből, később csontból, tollszárból készítettek „fogkefét”.
- Az ókori görögök már feltalálták a „fogkrémet” is - állati csontot és alabástromot őröltek porrá, ezek keverékével mosták fogaikat.
- Az elkövetkező évszázadok során újabb és újabb anyagok kerültek bevetésre a fogak védelmében, közös jellemzőjük, hogy majdnem mindegyik fogpor volt.
- Csak a múlt században jelent meg a maihoz hasonló fogpaszta.




A fogszuvasodás intenzitása 1993-ban zöld-kék-sárga-piros-bordó színek jelzik a növekedést világrészek, illetve országok szerint (WHO)

Caries gyakorisága

- A civilizált emberiség 96 %-nak a fogazata nem egészséges
- 50 év felettiiek 50 %-a elvesztette saját fogait,
- 2 éves gyermekek 50 %-nak van szuvas foga,
- 15 éves korosztály fogainak több mint 50 %-a szuvas,
- 3/4-részüknél ínygyulladás is van
- A fogak elvesztését különböző életkorban a fogszuvasodás és a fogágy betegségek közel azonos súllyal okozzák.



Hazai helyzet

- A lakosság 100 %-a érintett a fogszuvasodás, a fogágy betegség, következtében a fogak korai elvesztésében.
- A WHO által 32 európai országban szervezett felmérés szerint Magyarország a 29., a fogszuvasodás elterjedtségét tekintve



A fogszuvasodás kialakulása

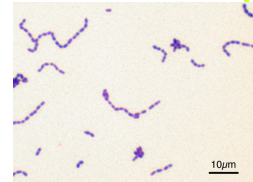
- A fogak ásványianyag-tartalmát kioldó, ún. cariogén tényezők túlsúlyba kerülnek az ásványi anyagokat termelő folyamatokkal szemben és felborul az egyensúly.
- A fogzománc fokozatosan elveszti ásványi anyagait, majd elvékonyodik és áttörik.



A fogak elleni „támadás” erőssége a következő tényezőktől függ:

A lepedék:

- A szájból baktériumok vannak jelen, amelyek lebontják a szénhidrátokat, közben savat termelnek
- Alkotóelemei: a nyál, a baktériumok (St. mutans), az ételmaradékok és egyéb, nyálban oldott anyagok
- A lepedékben a baktériumok tovább élnek- sőt szaporodnak - és termelik a savakat.



A szénhidrát:

- az erjeszhető szénhidrátot tartalmazó ételek és italok hozzájárulnak a savtermeléshez.

A táplálék visszamaradása a szájból:

- Az időtartam, amely alatt a táplálék a szájból marad, befolyásolja a fogszuvasodást. Minél hosszabb ideig van a táplálék a szájból, annál nagyobb károsodást okozhat.

Az étkezések gyakorisága:

- Minél gyakoribb a savtermelést fokozó táplálékok fogyasztása, annál nagyobb a fogszuvasodás veszélye. A gyakori savas támadások növelik az ásványi anyagok kivonásának idejét és csökkentik a helyreállítás, a regenerálódás esélyét.



CARIES - fogszuvasodás

A fogzománc és a dentin állományának lokális károsodása

Ok: multikauzális

Genetikai:

- fog alakja, struktúrája, helyzete.



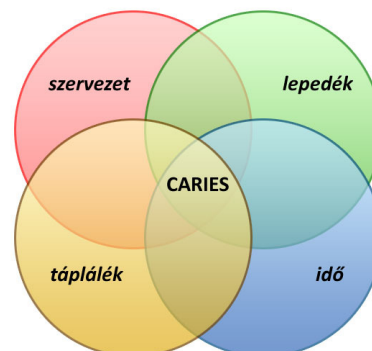
CARIES - fogszuvasodás

• Környezeti:

- táplálkozás,
- szájhigiéne,
- fluorid ellátottság,
- fogászati gondozás - rendszeres fogorvosi ellenőrző vizsgálat fél évente!



Caries kialakulásában résztvevő tényezők



Egészséges fogazat kialakulásához szükséges:

- energia,
- fehérje,
- vitaminok:
 - D-vitamin,
 - A-vitamin,
 - C-vitamin,
 - B-vitamin,
 - folsav,
- ásványi anyagok:
 - kalcium (Ca),
 - foszfor (P),
 - magnézium (Mg),
 - cink (Zn),
 - vas (Fe),
 - fluorid.

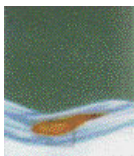
A fogszuvasodás előidőzésében szerepet játszó tényezők:

- egyéni hajlam, (genetika)
- fermentábilis szénhidrát,
- cariogén mikroorganizmusok,
- elegendő expozíciós idő.



Dentális plakk:

- zselatinózus poliszacharid- és fehérje mátrix és agregálódott baktériumok halmaza,
- a baktériumok bontják a szénhidrátokat → savas közeg → fogzománc károsodás, a plakk-baktériumok közül a Streptococcus mutans a caries megindítója
- szívósan tapad a fogfelszínhez.
- kritikus érték = pH 5,5.

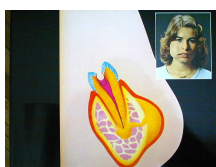
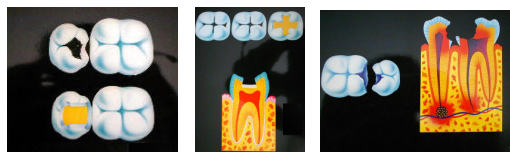


Cariogén tényezők:

- fermentábilis szénhidrátok
 - szacharóz,
 - fruktóz,
 - glukóz,
 - laktóz,
 - galaktóz,
 - maltóz.



Caries kialakulás és szövődményei



Diéta célja:

- a caries kialakulásának megelőzése.

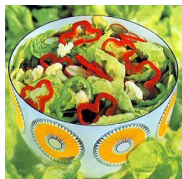


© SmartPractice



Protektív tényezők:

- zsírok (de a túlzott mennyiség káros!),
- fehérje- és zsírdús élelmiszerek,
- az étrend magas Ca- és P-tartalma,
- fitátok,
- intenzív rágás,
- fokozott nyálélválasztás (tisztít, bevon, pufferol, antimikrobiális hatású).



Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia

Ajánlott élelmiszerek:

- Zöldségek, (sárgarépa, gyökér, kel-, fejes, vörös káposzta, z.borsó, z.bab, kukorica, burgonya, tök, fejes saláta, brokkoli, patisszon, cékla, paradicsom, paprika, stb.)



Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia

Ajánlott élelmiszerek:

- Gyümölcsök (alacsony savtartalmúak), főként nyersen: alma, körte, dió, mandula, stb.



Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia

Ajánlott élelmiszerek:

- Teljesőrlésű gabona és az ebből készült (natúr) termékek, pl.: Graham, Bakonyi barna kenyér, korpás kifli, natúr zabpehely, búzapehely, stb.



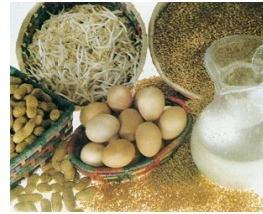
Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia



Ajánlott élelmiszerek:

- Tej és (hozzáadott cukrot nem tartalmazó, ill. a „fogvédő” tejtermékek, pl.: xilites túrórudivi, kefir, joghurt, sovány és félzsíros sajtok (Tolnai sovány, Túra, Óvári sajt, stb.)

Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia



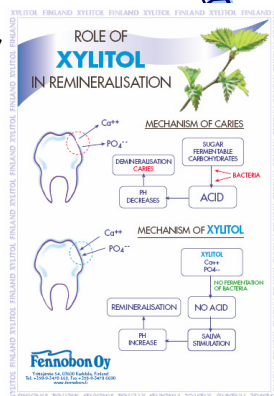
Ajánlott élelmiszerek:

- Tojás (3-5 db/hét), hús, húskészítmények (kevésbé zsírosak) az egészségmegőrző táplálkozás szabályai szerint.

Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia



- **Ízesítésre:** fogkímélő mesterséges édesítőszer (xilit, mannait, szorbit).



Xilites termékek



Nyersanyagválogatás, konyhatechnológia

Nem ajánlott élelmiszerek:

- Aszalt és kandírozott gyümölcsök, cukorral készült befőtt, lekvár, szörp, magas savtartalmú gyümölcslevek,
- Cukorral készült finom pékáruk, müzlik, pl.: kakaós csiga, búrkifli, lekváros táskák, stb.
- Cukrozott tejdesszertek, (főleg nassolásra),
- Cukorkák, csokoládék, édesipari termékek
 - a hosszú expozíciós idő növeli a caries kockázatát

A caries prevenció tényezői:

- **táplálkozással összefüggő:**
 - szoptatás,
 - rágás,
 - megfelelő minőségű és állagú táplálék,
- **szájhygiéne, fogápolás:**
 - család szerepe,
 - egészségügyi felvilágosítás, gondozás.



STOMATITIS - szájnyálkahártya gyulladás

Oka:

- Vírusok (herpes) és egyéb kórokozók,
- Vitaminhiány (folsav, B₁₂-vitamin),
- Élelmiszerallergia (paradicsom, citrusféle, dió).



Tünetek:

- szájnyálkahártya duzzadt,
- szájnyálkahártya vérzésre hajlamos,
- szájnyálkahártya érzékeny,
- nyáltermelés fokozott
- vagy csökkent lehet.



Diéta célja:

- a vitaminhiány megszüntetése,
- helyi izgató hatás kiküszöbölése,
- szájszárazság esetén (lehetőség szerint) a tünetek csökkentése,
- rágómozgás fenntartása.



Diéta meghatározása:

- gyógyintézeti alapétrend,
- rotszegény, folyékony vagy pépes, kímélő fűszerezésű változata,
- gyakori, kis mennyiségű étkezés,
- folyadék bőség biztosítása.



Ajánlott ételek, -csoportok: ízesítési módok:



- krém- és pürelevesek,
- mártások,
- főzelékpürék,
- hús- és zöldség pudingok, -felfújtak, párolt vagdalt,
- krémekek, zselék, sodók,
- tejes italok, szűrt zöldség és gyümölcs présnedvek.



Ajánlott ízesítési módok:

- nyálkahártyát nem izgató száraz és friss fűszernövények, (édes-nemes paprika, őrölt, kömény, bazsalikom, rozmaring, majoranna, kakukkfű, kapor, stb.)
- aromás párolás, -főzés mérsékelt pörzsanyag képződéssel járó sütés (alufólia, sütőzacskó, római tál).



Ajánlott ételek, -csoportok, ízesítési módok:



Kívánatos:

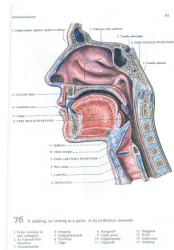
- rágás fenntartása (puha alma, körte, félig főtt sárgarépa, friss zsenge karalábé, rágógumi),
- a nyálkahártya összehúzódást segítő, a mikroorganizmusok szaporodását gátló élelmiszerek (savanyú káposztalé, alma, citromlé) - ha bírja jó hatású



Kerülendő:

- túl édes, túl sós, túl savanyú, vagy csípős étel,
- túl forró, túl hideg hőmérsékletű étel

OESOPHAGITIS - nyelőcsőgyulladás



Oka:

- gyógyszerek,
- maró hatású kemikáliák,
- vírusfertőzések,
- mycosis (gombás betegségek),
- reflux.

Nyelőcső reflux:



- a gyomortartalom nyelőcsőbe áramlása az ellazult oesophagealis alsó sphincteren keresztül.

REFLUX OESOPHAGITIS:

- a gyomorbennék regurgitációja következtében kialakuló nyálkahártya gyulladás.

- Kb. 60 éve ismert a betegség
- A fejlett ipari országokban, ill. Európában a lakosság 40%-ában jelentkezhetnek felnőtt korban a kórkép gyanúját felvető tünetek.
- Gyakorisága a 40. életév fölött rohamosan nő.

Reflux Oesophagitis:

Oka:

- a nyelőcső motilitás megváltozása (alsó oesophagus gyűrű működése kóros, oesophagus clearens megnyúlik).

További segítő tényezők:

- csökkent gyomormotilitás,
- pylorus spasmus,
- intraabdominális nyomás fokozódása,
- hiátus hernia,
- obesitas,
- mucosa károsodása (agresszív gyomorsósav hatására).

Betegségre hajlamosító tényezők

- Megnövekedett hasúri nyomás (kövérség, szűk ruha, terhesség)
- Dohányzás
- Lefekvés előtti étkezés
- Kávé, alkoholfogyasztás
- Bizonyos gyógyszerek

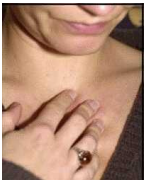
Alsó oesophagus sphincter nyomását befolyásoló tényezők

	Növeli	Csökkenti
hormonok	gasztrín	szekretin
	motilin	kolecisztikinin glukagon szomatosztatin GIP VIP progeszteron
idegi hatások	alfa-adrenerg agonisták	alfa-adrenerg antagonisták
	béta-adrenerg agonisták	béta-adrenerg antagonisták
	kolinerg agonisták	kolinerg antagonisták

Alsó oesophagus sphincter nyomását befolyásoló tényezők

ÉTELEK	FEHÉRJE	ZSÍR
		CSOKOLÁDÉ
		ALKOHOL
egyéb	hisztamin	teofillin
	antacidok	szertotonin
		morfin
		barbiturátok
		dopamin
		kalciumcsatorna blokkoló

Tünetek:



- gyomorégés (lehajlás, lefekvés, hideg vagy forró ital, étkezés),
- regurgitáció a szájba (alvás közben, aspirációs pneumónia, idült hörghurut),
- köhögés, nehézlégzés, rekedtség,
- feszítő mellkasi fájdalom (étkezés után vagy éjjel),
- dysphagia.



Diagnózis:

- Általánosan elfogadott gyakorlat, a feltételezett refluxos beteget fiatal korban, tünetek hiányában - a komolyabb diagnosztikai módszerek alkalmazása előtt diagnosztikus protonpumpa-gátló (PPI) tesztet végeznek.
- Ha a kezelés hatására rövid időn belül jelentős javulás következik be, az a reflux betegség diagnózisát erősíti.

Diagnózis:



- Nyelőcsőendoszkópia - a nyelőcső közvetlen vizsgálata
- Szövetminta vétele
- 24 órás pH-monitorizálás - a gyomor vagy a nyelőcső savas vegyhatásának mérése
- Nyelőcsőmanometria (nyomásmérés) - a nyelőcső izmainak, illetve a nyelőcső alsó záróizmának működését vizsgálják.

Terápia:

- diéta,
- életmód (stressz, dohányzás)
- savszekréciót-gátló gyógyszerek,
- műtét.



Diéta célja:

- tünetek enyhítése,
- állapotromlás elkerülése,
- elhízás esetén testsúlycsökkentés.

Étrendi és életmódbeli javaslatok:

Ajánlhatók:

- a nyáleválasztás fokozására:
 - cukorka szopogatása,
 - rendszeres rágózás,
- fogyás (túlsúly esetén javítja az állapotot),
- gyakori (5-6 alkalom/nap), és egyszerre kis mennyiségű étkezés,
- alvásakor megemelt fekvésgű testhelyzet biztosítása (min. 10 cm).

Nem ajánlhatók:



- késő esti étkezés, és az étkezés utáni lefekvés,
- a savtermelést fokozó ételek, italok:
 - húsleves, kocsonya, pecsenyelé,
 - mézzel édesített, vagy túl édesített ételek, italok,

Nem ajánlhatók:

- szélsőséges hőmérsékletű (jeges, forró) étel, ital,
- egyszerre túl nagy mennyiségű étel fogyasztása,
- minden (egyéni tapasztalat szerint) panaszt okozó étel, ital.



Nem ajánlhatók:



- az alsó záróizom működését befolyásoló (nyomását csökkentő) ételek, italok:
 - túl zsíros ételek,
 - túl fűszeres ételek,
 - fokhagyma, vöröshagyma.

Nem ajánlhatók:



- csokoládé,
- koffein tartalmú italok (kávé, kóla, energia italok),
- alkoholos italok,
- szénsavas italok,
- citrusfélék présnedve,
- borsmenta, fodormenta



Csecsemőkori reflux

- Gyakori probléma a büfiztetés mellett is sokat bukó csecsemő - ez az ún. GOR vagy reflux
- Néhány hónapos korig élettani jelenség - záróizom éretlensége miatt
- Ha a csecsemő súlyállását okozza, vagy ismétlődő légúti tüneteket tart fent (fulladásos hörghurut, rövidebb légzésszünetek, ismétlődő középfülgyulladások)



Csecsemőkori reflux

- Speciális, ún. antireflux tápszerek használata indokolt a nem szopó csecsemőknél (Aptamil AR, Nutrilon AR).
- A csak anyatejet fogyasztó babáknál is van lehetőség az anyatej sűrítésére Nutriton előzetéssel



Köszönöm a figyelmet!