

venerdì 30 ottobre 2015

[Mobile](#) [Accedi](#) [Registrati](#) [Newsletter](#) [Aggiungi ai Preferiti](#) [RSS](#)


Prima Pagina

24 Ore

Video

SassariNotizie

News

Lavoro

Salute

Sostenibilità

## SALUTE

## Ecco il decalogo 'salva gengive': Gli esperti, importanti visite di controllo e test Psr

Costa 1 mld l'anno, per esperti risparmio del 90% con prevenzione e diagnosi precoce

30/10/2015 17:33

[Consiglia](#) [Condividi](#) iscriviti per vedere cosa consigliano i tuoi amici.
[G+](#) 0

[Stampa](#) [Riduci](#) [Aumenta](#)
[Condividi](#) 0 | [f](#) [t](#) [OK](#) [NO](#) [G](#)


### In primo piano Più lette della settimana

Mangiano funghi, famiglia in ospedale  
Cinque intossicati da funghi in 24ore

Golfo Aranci, la differenziata funziona  
Fasolino: "Un grazie ai cittadini, risolveremo le criticità"

Premio giornalistico Umberto Ruggiu  
Domani le premiazioni al museo archeologico

Contributi per società sportive a Olbia  
Al via i termini per farne richiesta

Laboratorio didattico per le scuole  
L'Arte raccontata ai bambini all'aeroporto di Olbia

Il Macabi conquista il Round 3  
La Dinamo perde per 79 a 63

Installazione d'arte o nuova discarica?  
Manichini abbandonati in piazzola di sosta a Golfo Aranci

Mangia funghi, finisce in ospedale  
Le raccomandazioni della Asl di Olbia

Costa Smeralda, stagione al top  
Le strutture Starwood registrano 11mila presenze in più nel 2015

Nuova discarica a La Maddalena  
Blitz del Noe nella scuola sottufficiali della Marina Militare

## PUBBLICITÀ

**Prenotazione Hotel**  
Room And Breakfast è un motore di comparazione hotel nato a Sassari. Scopri gli hotel in offerta in tutto il mondo.

**Autonoleggio Low Cost**  
Trova con noi il miglior prezzo per il tuo noleggio auto economico. Oltre 6.500 uffici in 143 paesi in tutto il mondo!

**Crea sito web GRATIS**  
Il sito più veloce del Web! Todosmart è semplice e veloce, senza sorprese. E-commerce, mobile e social. È realmente gratis!



Milano, 30 ott. (AdnKronos Salute) - Sono oltre 3 milioni gli italiani che soffrono di parodontite grave e che spendono 1 miliardo di euro l'anno soprattutto per rimpiazzare i denti persi. Il 90% dei costi potrebbe essere risparmiato con una diagnosi precoce, trattamenti tempestivi e una prevenzione adeguata. Solo un italiano su 3 ha una conoscenza corretta della parodontite e dei metodi per prevenirla: il 40% degli abitanti della Penisola crede erroneamente che sia una malattia non curabile e oltre la metà pensa che basti lavarsi i denti dopo i pasti per non correre rischi. Infine, solo uno su 3 si sottopone a visite di controllo periodiche in cui venga eseguito il test di screening per la parodontite e a sedute di igiene professionale. Per combattere questi numeri sono state presentate oggi a Milano le prime linee guida mondiali su prevenzione, diagnosi e cura delle malattie parodontali, promosse dalla [Società italiana di parodontologia](#) e implantologia (Sidp) insieme all'European Federation of Periodontology (Efp), l'American Academy of Periodontology (Aap) e l'Asian Pacific Society of Periodontology (Apsp). Lavare i denti 4-5 minuti invece dei 2 minuti standard almeno 2 volte al giorno, usare lo spazzolino elettrico anziché quello manuale, preferire gli scovolini interdentali al posto del classico filo e il collutorio antiplacca (su prescrizione) sono i consigli per evitare la malattia. "La parodontite è un'infiammazione profonda delle gengive provocata dai batteri presenti nella placca dentale non adeguatamente rimossa con una corretta igiene orale - spiega Maurizio Tonetti, presidente Sidp - L'incidenza aumenta progressivamente dopo i 30 anni e purtroppo si tratta di un nemico sottovalutato dalla maggioranza della popolazione: troppi credono che avere gengive sanguinanti o che si ritirano sia normale o che non ci si possa fare granché". In alcuni casi il problema è superficiale, "ma per 4 italiani su 10 la diagnosi è parodontite. Purtroppo la maggioranza si allarma solo quando sente i denti muoversi e spostarsi, così la conseguenza, se la malattia non viene trattata adeguatamente e in tempo, è la perdita dei denti", ricorda l'esperto. Secondo l'Oms nel mondo sono 750 milioni i pazienti e la quota di adulti con una malattia grave oscilla fra il 10% e il 15%. La perdita dei denti comporta un peggioramento dell'alimentazione e inoltre il passaggio dei batteri responsabili dell'infiammazione sembra connesso all'inizio e alla progressione di numerose malattie. La patologia si associa infatti a un aumento del rischio di contrarre molte malattie sistemiche come quelle cardiovascolari, il diabete, l'ictus, le infezioni respiratorie. Perdere i denti "comporta un cambiamento della dieta molto negativo, perché per alimentarsi con una dieta ricca di frutta e verdura fresca come quella mediterranea serve una buona masticazione - spiega Tonetti - Inoltre, proprio i vegetali ricchi di vitamina C servono per mantenere le gengive sane e devono perciò essere un caposaldo dell'alimentazione quotidiana". Per gli esperti costa di più sostituire un solo dente perso per una parodontite che curare l'intera bocca di un paziente intercettato in tempo. Oltre all'importanza della diagnosi precoce, alla prevenzione e a una corretta igiene personale, le nuove linee guida consigliano visite periodiche di controllo. "Basta un test semplice, rapido, con minimi fastidi e poco costoso, chiamato Psr (Periodontal Screening and Recording) e raccomandato da Sidp, per individuare chi soffre di parodontite: si tratta di inserire una speciale sonda graduata nel solco gengivale per valutare se e quanto le gengive siano retratte o infiammate", afferma Tonetti 1. Non fumare2. Introdurre adeguate quantità di vitamina C attraverso una dieta ricca di frutta e verdura3. Sottoporsi almeno 2 volte l'anno a una seduta di igiene professionale e a un controllo dal dentista4. Durante la visita di controllo, chiedere di eseguire sempre il test Psr5. Se le gengive sono un po' infiammate, lavare i denti almeno 2 volte al giorno spazzolandoli per 4 minuti6. Preferire lo

spazzolino elettrico a quello manuale<sup>7</sup>. Scegliere dentifrici delicati, appositamente studiati per denti e gengive sensibili<sup>8</sup>. Utilizzare gli scovolini interdentali di grandezza adeguata ai propri spazi al posto del filo<sup>9</sup>. Farsi consigliare un adeguato collutorio antiplacca, facendosi indicare dal dentista anche le modalità corrette per l'utilizzo<sup>10</sup>. Se le gengive sanguinano, si ritraggono o sono arrossate, andare subito dal dentista per una valutazione adeguata.



**Noleggio lungo termine**  
Le migliori offerte per il noleggio lungo termine, per aziende e professionisti. Auto, veicoli commerciali e veicoli ecologici.

