



[Mi piace](#) [3,5n Tweet](#)



site search by freefind

- HOME
- ARCHIVIO NOTIZIE
- NEWSLETTER
- NEWS PER IL TUO SITO
- TOOLBAR
- CALCOLO DEL PESO IDEALE

ECCO IL DECALOGO 'SALVA GENGIVE': GLI ESPERTI, IMPORTANTI VISITE DI CONTROLLO E TEST PSR

diventa fan

Milano, 30 ott. (AdnKronos Salute) 17:33



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'infezione 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".

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

[Informativa privacy](#)

ISCRIVITI

ALIMENTAZIONE

- La dieta mediterranea
- La dieta dimagrante
- Il colesterolo
- Cibi per la dieta
- Dieta alimentare

VIE RESPIRATORIE

- Il raffreddore
- La tosse
- Mal di gola
- L'influenza

ALLERGIE

- Raffreddore allergico
- Asma bronchiale
- Congiuntivite allergica
- Allergie alimentari

CARDIOLOGIA

- Infarto
- Ipertensione
- Trombosi
- Tachicardia

DERMATOLOGIA

- Micosi
- Herpes
- Psoriasi
- Verruche

PSICOLOGIA

- Lo psicologo
- Psicologia nella storia dei popoli
- Introduzione alla psicologia
- Intervista al Dott. Freud

EMATOLOGIA

- Anemia
- Il mieloma

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 fumare 2.

Introdurre adeguate quantità di vitamina C attraverso una dieta ricca di frutta e verdura 3.

Sottoporsi almeno 2 volte l'anno a una seduta di igiene professionale e a un controllo dal dentista 4.

Durante la visita di controllo, chiedere di eseguire sempre il test Psr 5.

Se le gengive sono un po' infiammate, lavare i denti almeno 2 volte al giorno spazzolandoli per 4 minuti 6.

Preferire lo spazzolino elettrico a quello manuale 7.

■ Leucemia ■ Il linfoma

GASTROENTEROLOGIA

■ Gastrite ■ Ulcera
 ■ Esofagite ■ La colite

GINECOLOGIA

■ Malformazioni uterine ■ Fibromi uterini
 ■ Cistiti ovariche ■ Cistiti ovariche
 ■ Utero retroverso

MALATTIE INFETTIVE

■ AIDS ■ Meningite

UROLOGIA

■ Cistite ■ Ipertrofia prostatica
 ■ Prostata ■ Incontinenza urinaria
 ■ Prostatite ■ Calcolosi urinaria

OCULISTICA

■ Miopia ■ Cataratta
 ■ Congiuntivite ■ Distacco di retina

ODONTOIATRIA

■ Carie dentaria ■ Gengivite e parodontite
 ■ Placca batterica ■ Implantologia
 ■ Tartaro

ORTOPEDIA

■ Fratture ossee ■ Distorsione caviglia
 ■ Osteoporosi ■ Scoliosi

NEFROLOGIA

■ Insufficienza renale ■ Cisti renali

PEDIATRIA

■ Orecchioni ■ Varicella
 ■ Pertosse

PSICHIATRIA

■ Ansia ■ Attacchi di panico
 ■ Depressione

REUMATOLOGIA

■ Artrosi ■ Osteoporosi

CHIRURGIA PLASTICA

■ Addominoplastica ■ Blefaroplastica
 ■ Il Botulino ■ La liposuzione
 ■ La rinoplastica ■ Il trapianto dei capelli

NOTIZIARI

Scegliere dentifrici delicati, appositamente studiati per denti e gengive sensibili 8.

Utilizzare gli scovolini interdentali di grandezza adeguata ai propri spazi al posto del filo 9.

Farsi consigliare un adeguato collutorio antiplacca, facendosi indicare dal dentista anche le modalità corrette per l'utilizzo 10.

Se le gengive sanguinano, si ritraggono o sono arrossate, andare subito dal dentista per una valutazione adeguata.

■ Farmaci

■ Rassegna salute

■ Sanità

Contatti | Archivio | Termini e condizioni | © Copyright 2013 lasaluteinpillole.it - supplemento alla rivista www.studiocataldi.it