

Su questo sito utilizziamo cookie tecnici e, previo tuo consenso, cookie di profilazione, nostri e di terze parti, per proporti pubblicità in linea con le tue preferenze. Se vuoi saperne di più o prestare il consenso solo ad alcuni utilizzi [clicca qui](#). Cliccando in un punto qualsiasi dello schermo, effettuando un'azione di scroll o chiudendo questo banner, invece, presti il consenso all'uso di tutti i cookie

QUOTIDIANI LOCALI ▾ | LAVORO ANNUNCI ASTE NECROLOGIE GUIDA-TV |



VERSIONE DIGITALE

SEGUICI SU



IL TIRRENO TOSCANA

Cerca nel sito



EDIZIONI: LIVORNO CECINA-ROSIGNANO EMPOLI GROSSETO LUCCA MASSA-CARRARA MONTECATINI PIOMBINO-ELBA PISA PISTOIA PONTEDERA PRATO VERSILIA TOSCANA

Sei in: HOME > ITALIA MONDO > MAL DI DENTI PER TRE MILIONI DI...

VAI ALLA PAGINA SU **BENESSERE**

B BENESSERE & SALUTE

IN EDICOLA

Sfoggia IL TIRRENO

2 mesi a 14,99€

In più un **BUONO** da 10€da spendere su [ibs.it](#)

ATTIVA

PRIMA PAGINA ■

Mal di denti per tre milioni di italiani, come prevenirlo

Oltre un miliardo di euro speso ogni anno per rimpiazzare i denti persi. Il 90 per cento di questi costi potrebbe essere risparmiato. Ecco il decalogo "salva gengive"

30 ottobre 2015



Sono oltre tre milioni gli italiani che soffrono di parodontite grave e che spendono un 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 tre ha una conoscenza corretta della parodontite e dei metodi per prevenirla: il 40% degli abitanti del nostro Paese 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 tre 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](#) insieme con l'*European federation of periodontology*, l'*American academy of periodontology* (Aap) e l'*Asian pacific society of periodontology*. Lavare i denti quattro, cinque minuti invece dei due minuti standard almeno due 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.

LEGGI ANCHE:



Dai denti al colesterolo, 208 esami a rischio "taglio"

Il ministero della salute allunga l'elenco delle prestazioni che potrebbero essere definite "inappropriate" e quindi a carico del cittadino

«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 della *Società italiana di parodontologia e implantologia* – 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 quattro italiani su dieci 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'*Organizzazione mondiale della sanità* 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'infezione 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 dalla [Società italiana di parodontologia e implantologia](#), 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.

Ecco dunque il decalogo "salva gengive".

1. Non fumare.
2. Introdurre adeguate quantità di vitamina C attraverso una dieta ricca di frutta e verdura.
3. Sottoporsi almeno due 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 due volte al giorno spazzolandoli per quattro minuti.
6. Preferire lo spazzolino elettrico a quello manuale.
7. 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.

30 ottobre 2015

APPROFONDIMENTI



Meno italiani dal dentista, colpa della crisi



Nonni e denti sporchi, in pochi li lavano con regolarità



Prevenzione dentale nei bambini: carie in aumento

TrovaCinema

[Tutti i cinema »](#)

BOX OFFICE

"Io che amo solo te", il più visto

Scegli la città o la provincia

 Solo città Solo provincia

Scegli

Scegli per film o per cinema

oppure trova un film

oppure inserisci un cinema

CERCA

tvzap la social TV

Seguici su

STASERA IN TV



21:20 - 23:45

Tale e quale Show

72/100



21:15 - 23:50

Escape Plan - Fuga dall'inferno

21:10 - 22:35

Il segreto - Stagione 13 - Ep. 781 - 782

21:10 - 23:05

C.S.I. - Stagione 14 - Ep. 13 - 14[Guida Tv completa »](#)

CLASSIFICA TVZAP SOCIALSCORE

**1. X Factor**

94/100

Mi piace

IN EDICOLA

Sfoggia IL TIRRENO

2 mesi a 14,99€In più un **BUONO da 10€** da spendere su [ibs.it](#)**ATTIVA**

ilmiolibro

ebook

**TOP EBOOK****Scrivere un best-seller**

di Gianni Lorenzi

**LIBRI E EBOOK****Metodologia della ricerca in medicina**

di Umberto Giusti

Pubblicare un libro
Concorso di Poesia
Concorso saggistica
"Keywords"**ilmiolibro.it**

TrovaRistorante

a Livorno

PROPOSTA DI OGGI