

## ALLNEWS24

HOME CRONACA ECONOMIA CUCINA CINEMA LAVORO

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

🕒 30 OTTOBRE 2015 👤 ADMIN 💬 0 COMMENTS

Notice: Trying to get property of non-object in /customers/8/e/c/allnews24.eu/httpd.www/wp-content/themes/mh-squared-lite/includes/mh-custom-functions.php on line 117



FILED UNDER

SALUTE E BENESSERE



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

Cerca ...

## ARCHIVI

OTTOBRE 2015

SETTEMBRE 2015

AGOSTO 2015

LUGLIO 2015

GIUGNO 2015

MAGGIO 2015

APRILE 2015

MARZO 2015

FEBBRAIO 2015

GENNAIO 2015

DICEMBRE 2014

## CATEGORIE

Seleziona una categoria

## META

ACCEDI

RSS DEGLI ARTICOLI

RSS DEI COMMENTI

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 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 superficiale, “ma per 4 italiani su 10 la diagnosi parodontite.

Purtroppo la maggioranza si allarma solo quando sente i denti muoversi e spostarsi, con la conseguenza, se la malattia non viene trattata adeguatamente e in tempo, 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.

WORDPRESS.ORG

Non fumare

2.

Introdurre adeguate quantit 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.

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 modalit corrette per l'utilizzo

10.

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

Fonte: [lasaluteinpillole.it](http://lasaluteinpillole.it)

← PREVIOUS POST

NEXT POST →

BE THE FIRST TO COMMENT

LEAVE A COMMENT