



Seniors Russian

Здоровье полости рта для пожилых

Калифорнийская стоматологическая ассоциация
ДВИЖЕМСЯ ВПЕРЕД. ВСЕ ВМЕСТЕ.

В. Как возраст влияет на здоровье полости рта?

О. Процесс старения часто ведет к малозаметным или резким изменениям состояния зубов, полости рта и десен, в том числе:

- **Поддержание зубов в чистом состоянии с сохранением белизны:** С возрастом ускоряется образование зубного налета, бесцветного слоя бактерий, который нарастает на зубах. Далее, более старые пломбы могут ослабляться и трескаться, благодаря чему создаются условия для накопления налета вокруг кромок пломб, что затрудняет поддержание зубов в чистоте и ведет к усилению кариеса. Кроме того, в силу изменений, которые обычно происходят при старении, зубы могут темнеть.

Что может сделать ваш стоматолог-член Калифорнийской стоматологической ассоциации: Регулярные профилактические посещения своего стоматолога помогут поддерживать ваши зубы в чистом состоянии и отремонтировать ваши пломбы. Кроме того, если ваши зубы имеют здоровую структуру, ваш стоматолог может предложить отбеливание в качестве метода восстановления белизны ваших зубов с приданием более молодого внешнего вида.

- **Болезнь десен:** Присутствующие в налете бактерии выделяют токсины, которые раздражают, воспаляют десна и ведут к отделению десневой ткани от зубов, и образованию карманов. Если болезнь не лечить, то она прогрессирует и повреждает опорную кость, в которой удерживаются зубы, что ведет к ненужной утрате зубов. Плохо подогнанные съемные протезы, неудовлетворительная гигиена полости рта, заболевания и некоторые лекарства могут усугубить течение болезни десен, создать проблемы при жевании, и вызвать боль.

Что может сделать ваш стоматолог: Регулярные посещения своего стоматолога помогают контролировать развитие болезни десен и ослабить ее пагубные последствия.

- **С возрастом:** Десна могут начать опускаться, оголяя зубы. Этот процесс обнажает корни зубов, открывая их действию налета, что ведет к повышению чувствительности зубов к температуре и делает их более восприимчивыми к кариесу.

Ваш стоматолог может помочь Вам организовать профилактический уход, который будет способствовать ослаблению вероятности и тяжести опускания десен, а также проведет лечение для устранения повышенной чувствительности корней и восстановит пораженные кариесом поверхности корней.

- **Сухость во рту:** вызывается пониженным слюноотделением и может приводить к повреждению зубов. В свою очередь, пониженное слюноотделение может быть обусловлено медицинским нарушением или является побочным эффектом приема лекарств, таких как антигистаминные препараты,

противоотечные средства, сердечные лекарства и диуретики. Ослабленное слюноотделение неблагоприятно влияет на зубы, поскольку слюна выполняет функцию очистителя во рту, вымывая и нейтрализуя кислоты, выделяемые налетом. В слюне также содержатся минералы, которые постоянно омывают поверхности зубов и способствуют поддержанию их прочности. Когда слюноотделение становится недостаточным, кариес зубов протекает гораздо быстрее.

Что может сделать ваш стоматолог: Ваш стоматолог поможет определить, влияет ли "сухость во рту" на здоровье вашей полости рта, и рекомендовать применение продуктов и профилактических мер для противодействия последствиям сухости во рту.

В. Что можно сделать для поддержания моего рта в здоровом состоянии и сохранения моего образа жизни?

О. Регулярно посещайте своего стоматолога. Проведение периодических проверок является наилучшим способом предотвращения и выявления проблем, обусловленных процессом старения. Стоматологи-члены CDA обучены выявлению состояния десен и зубов в ходе регулярных стоматологических осмотров. Своевременное лечение болезни десен и кариозных полостей позволяет сократить потребность и затраты на более обширное лечение, которое может потребоваться, если не лечить проблемы полости рта, десен и зубов. Кроме того:

- Правильный домашний уход может помочь ослабить образование зубного налета. Однако даже при наилучшем домашнем уходе невозможно полностью избежать образования зубного камня (затвердевшего налета) на ваших зубах. Регулярные посещения стоматолога необходимы для поддержания чистого состояния зубов и оптимизации стоматологического здоровья.
- Ежедневное употребление фторированных зубных паст и других продуктов, рекомендованных вашим стоматологом, может укрепить зубную эмаль и ослабить кариес, особенно вокруг обнаженных корней.
- В качестве возможных вариантов можно отметить имплантаты, съемные протезы и другие средства реконструкции зубов. Заполнением зазоров от утраченных зубов или заменой пораженных болезнью зубов ваш стоматолог может помочь сохранить хорошие жевательные поверхности и прикус, чтобы Вы могли легко жевать, комфортно есть и уверенно улыбаться.
- Будучи частью группы специалистов здравоохранения, ваш стоматолог в состоянии диагностировать заболевания, которые требуют внимания врачей. Во время регулярного стоматологического обследования стоматологи CDA часто выявляют ранние признаки диабета, рака полости рта и неблагоприятную реакцию на лекарства или их взаимодействие. Важно отметить, что ваше медицинское состояние может влиять на методику предоставления зубоврачебного обслуживания вашим стоматологом. Пациентам зубоврачебного кабинета с сердечными недомоганиями или высоким кровяным давлением может потребоваться предварительное введение лекарственных препаратов или изменение режима приема их обычного лекарства до того, как можно будет проводить с ними некоторые стоматологические процедуры. Эти состояния следует обсудить со своим стоматологом при проведении регулярных проверок.

В. Заслуживает ли хорошее стоматологическое здоровье тех затрат, которые на него расходуются?

О. Да. Следует иметь виду издержки, которые придется нести, если пойти по пути отказа от ухода за своими зубами, полостью рта и деснами. Это дискомфорт или боль, ограничение ассортимента пригодных пищевых продуктов, что может привести к снижению питательной ценности, и застенчивая улыбка. Кроме того, широко

известно, что здоровье полости рта является важной составной частью общего здорового состояния. Болезнь десен связана с рядом других проблем со здоровьем, включая болезнь сердца и диабет. Решение поддерживать здоровье своей полости рта является также решением поддерживать свое здоровье в целом.

Должно быть хорошо известно, что с помощью своего стоматолога Вы можете составить план лечения, который позволит Вам добиться необходимого качества жизни при разумных затратах. Ваши посещения стоматологического кабинета являются составными элементами хорошего здоровья полости рта и здоровья в целом.

В. Что такое программа Senior-Dent, и как я могу сократить свои расходы на стоматолога?

О. В 1979 г., ассоциация CDA основала программу Senior-Dent, по которой предлагается оплата стоматологических услуг по пониженному тарифу при проведении регулярного профилактического ухода для лиц старше 60 лет, годовой доход семьи которых не превышает 20 тыс. долл., и которые не покрываются программой Denti-Cal или зубной страховкой. В программе Senior-Dent участвует более 7000 лицензированных стоматологов-членов CDA по всей Калифорнии. Чтобы найти принимающего поблизости стоматолога, участвующего в программе, нужно просто позвонить в местное стоматологическое общество (указано в телефонной книге Yellow Pages в разделе "Dental Referral Services") или позвонить в CDA по бесплатному телефону 1-800-CDA-SMILE. Ваш стоматолог-член CDA является вашим самым лучшим ресурсом для хорошего здоровья полости рта. В свое следующее посещение стоматологического кабинета не забудьте обсудить свои сомнения относительно здоровья полости рта или существующих программ с пониженными тарифами. С помощью своего стоматолога Вы можете сохранить свой здоровый образ жизни.

800.CDA.SMILE
cda.org