

ЗДОРОВЫЕ ЗУБЫ – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!

Улухужаева Нозима Нарзуллохоновна

Наманганский государственный университет- учитель кафедры Физиологии

nozima.uluxujayeva@gmail.com

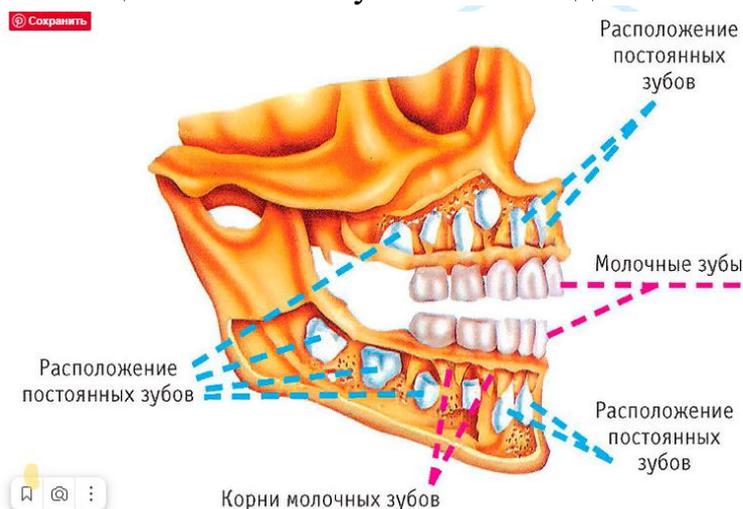
Абдулазизова Нихола Долимжон кизи

Студентка второго курса Наманганского государственного университета

Аннотация: Большинство людей мечтают о том, что сохранить свои зубы невредимыми на всю жизнь. Однако это удастся только немногим? Хотя мы знаем как нужно питаться и чистим зубы по крайней мере два раза в день, нам не удастся добиться идеальной чистоты зубов. Вот только почему? В данной статье мы постараемся ответить на поставленный вопрос.

Ключевые слова: резцы, клыки ,пульпит, кариес, коронка, эмаль , дентин, острый очаговый пульпит , острый диффузный пульпит, хронический фиброзный пульпит, хронический гнойный пульпит, хронический гипертрофический пульпит

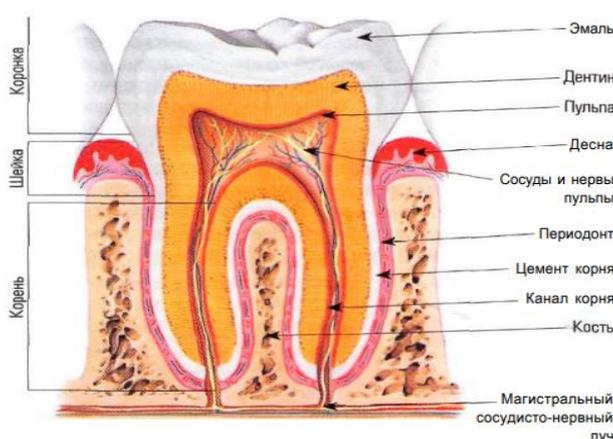
Зубы играют важную роль в человеческом организме. Первоначально зубы человека были больших размеров и выполняли одну главную задачу – измельчение пищи. Но с развитием человека и общества зубные единицы стали рассматриваться не только, как устройства для пережевывания пищи, но и как эстетическая составляющая внешности успешных людей.



Зубы — твердые, прочные органы, расположенные на челюстных костях, основной задачей которых является откусывание , разрывание и размельчение пищи. Каждый зуб состоит из трех частей: коронки зуба, которая видна над десной; шейки, средней части, прикрытой десной; и корня, нижней части зуба, находящейся в кости. Внешняя часть коронки состоит из зубной эмали, самой

прочной ткани организма; внутренняя часть коронки состоит из дентина, менее прочной ткани, чем эмаль; корень зуба также состоит из дентина. Под дентином находится более мягкая губчатая ткань, пульпа, в которой расположены все кровеносные сосуды и нервы, идущие из корня зуба. У человека на протяжении жизни зубы растут дважды: временные, 20 молочных зубов, выпадают к 7—8 годам, чтобы освободить место постоянным 32 зубам, которые не замещаются.

СТРОЕНИЕ ЗУБА



О зубах есть и такие факты которые не знают даже опытные стоматологи. Например: Зубная эмаль является самой твердой тканью в организме человека. Она состоит из минералов почти на 96%, что делает ее невероятно твердой. Это позволяет откусывать и жевать любые виды пищи. У некоторых животных зубы меняются на протяжении всей жизни. К таким животным относятся акулы, у которых новые зубы отрастают каждые две недели. У крокодилов периодичность смены зубов составляет один месяц. Зубы могут расти в неожиданных местах. Безусловно, такое явление крайне редко. Речь идет о тератоме – новообразовании, состоящем из мышечной ткани, ростков зубов и волосяных мешочков. Зубы человека так же уникальны, как сетчатка или отпечатки. Различия могут составлять несколько миллиметров. К тому же зубы сами по себе имеют индивидуальный размер, расположение и особенности формы. Такие различия имеются даже у однояйцевых близнецов. Основную роль в очистке зубов играет слюна. Ее не заменит даже тщательная чистка ниткой и щеткой. Слюна смывает бактерии и защищает зубы от налета. В Японии популярностью пользуются неровные зубы. Для этого даже носят специальные виниры, которые постепенно искривляют зубы. Зубная эмаль не самовосстанавливающаяся. Поэтому любые ее повреждения требуют лечения врача. У людей могут вырасти не все зубы. В некоторых случаях могут отсутствовать только постоянные зубы, поэтому молочные так и не выпадают. Противоположная ситуация – растут лишние зубы, которые нарушают зубной ряд и нуждаются в удалении. Банк

зубов в Норвегии. В нем планируют хранить десятки тысяч молочных зубов. Исследование должно показать взаимосвязь между загрязнением окружающей среды и различными заболеваниями. Некоторые дети рождаются с зубами. Такие случаи довольно редки, а среди знаменитых людей, которые появились на свет с зубами, стоит выделить даже мировых лидеров. Больше всего зубов у улитки. Их количество составляет более 25 тысяч. С их помощью животное быстро измельчает пищу.

Слюна — физиологическая «внешняя» среда зубов. Основу этой сложной биологической жидкости составляет секрет слюнных желез. Слюна механически очищает зубы от остатков пищи и оказывает противомикробное действие. После приема пищи, особенно содержащей большое количество сахаров, в ротовой полости увеличивается активность кариесогенных бактерий. Выделяемые ими кислоты разрушают зубную эмаль. Но благодаря своей щелочной реакции слюна нейтрализует эти кислоты и снижает риск развития кариеса. Нейтрализующая способность слюны зависит в первую очередь от ее количества. Сухость во рту, сопровождающая обезвоживание и некоторые заболевания, например, сахарный диабет, снижают защиту зубов.

Форма зубов у людей разная. У одних они округлые, у других по форме больше напоминают прямоугольник, у третьих — они более узкие у основания и широкие ближе к режущему краю. Форма зависит прежде всего от общей конституции (телосложения):

У высоких и худых людей с узкой грудной клеткой, овальным или вытянутым лицом зубы обычно удлиненные, изящные¹⁰.

Если человек ширококостный, плотный, со скуластым лицом и выраженным подбородком, зубы у него скорее будут квадратными, одинаковой длины.

Классификация зубов

Мы знаем что зубные единицы имеют разные формы. Это, наверное, замечали все

Существует четыре основных типа:

Резцы — передние зубы, прорезаются первыми у детей, применяются для разрезания и захватывания пищи;

Клыки — служат для удержания и разрывания пищи

Малые коренные — применяются для измельчения и пережевывания пищи

Большие коренные — задние зубы, служат для пережевывания пищи, насчитывают чаще два корня на нижней челюсти и три — на верхней.

- 4-резца;
- 2 –клыка;

- 4-малых коренных;
- 6- больших коренных

Важную роль для зубных единиц выполняют десны. Они удерживают их, уменьшают жевательные нагрузки на зубные ткани, защищают от патологических изменений, помогают поддерживать чувствительность зубных единиц.

Вот здесь нужна информация о гигиене зубов и полости рта, нарушение которой приведет к различного рода заболеваниям.

Мы знаем что существует также заболеваний зубы и полости рта. Самый распространенный вид заболеваний зубов - это кариес.

На самом деле что называют кариесом?

На счет чего оно проявляется?

Кариес зубов- это разрушительный процесс дистрофического или инфекционного характера, протекающий в кости или надкостнице и заканчивающийся полным или частичным разрушением зуба. Кариозная болезнь является самым распространенным заболеванием среди взрослого населения. По данным ВОЗ заболеваемость кариесом зубов в разных странах и среди разного контингента колеблется от 80% до 98%. В последние два десятилетия отмечается тенденция роста заболеваемости среди детей, особенно в экономически развитых странах и уже к 6-7 годам у 80-90% детей наблюдается кариес разной глубины.

На сегодняшний день теорий о возникновении кариеса около четырехсот, но большая их часть основана на том, что из-за нарушения гигиены полости рта на эмали появляется зубной налет, который и приводит к развитию кариозной болезни. Налет появляется из-за неправильной и нерегулярной чистки зубов, особенно в труднодоступных для чистки местах и в местах, откуда он не удаляется естественным путем во время жевания .

Различается на 3 основных вида кариеса :

- Поверхностный ;
- Средний;
- Глубокий;

Бактерии, обитающие в зубной бляшке, продуцируют молочную кислоту, которая деминерализует зубную эмаль. Деминерализация зубной эмали – это первый этап кариозного процесса. Полисахарид декстран, который продуцируется стрептококками из сахарозы, способствует процессу деминерализации, именно поэтому развитие кариеса связывают с употреблением в пищу большого количества простых углеводов.

Профилактикой кариеса является борьба с мягким зубным налетом, что включает использование качественных зубных паст и зубных щеток, использование зубной нити, регулярное прохождение процедуры профессиональной гигиены полости рта. Если зубная эмаль ослаблена, то для ее укрепления показана флюоризация зубов с помощью фторсодержащих препаратов: паста, растворов и лаков. Сбалансированное питание с высоким содержанием твердой пищи и низким содержанием простых углеводов предотвращает размножение микроорганизмов в полости рта. В районах, где качество питьевой воды низкое, рекомендуется употреблять воду из других регионов.

Основным принципом лечения кариеса является удаление пораженных тканей и восстановление зуба пломбировочными материалами. Во время санации кариозной полости удаляются все пораженные ткани. Полость тщательно дезинфицируется, иногда для этого устанавливают временные пломбы, под которыми находятся дезинфицирующие средства. Чем лучше произведена дезинфекция кариозной полости, тем прочнее будет держаться пломба. Качественное укрепление ослабленных тканей зависит как от качественного удаления кариозного очага и его дезинфекции, так и от того, на каком этапе развития кариозной болезни начато лечение.

Кроме кариеса еще существуют заболевания как: гингивит, пульпит, пародонтит, периостит, киста или гранулема зуба, альвеолит, периодонтит, зубной камень и также много других.

Пульпит

Пульпит- это зубная боль, появляющаяся после употребления сладкого или холодного. Вовремя не долеченный кариес приводит к заболеванию пульпита .

Основные причины вызывающие заболевания пульпита являются:

- Также наблюдалось гематогенное воспаление пульпы Например грипп,остеомиелит и также других заболеваниях.
- При проведении хирургического лечения пародонта.
- Под воздействием химических веществ.

Классификация пульпитов

- Острый очаговый
- Острый диффузный
- Хронический фиброзный пульпит
- Хронический гнойный пульпит
- Хронический гипертрофический

В отсутствие лечения пульпит может привести не только к потере зуба, но и к переходу воспалительного процесса на ткани челюсти, поэтому его надо лечить вовремя.

Поэтому следует постоянно заботиться о чистоте полости рта, надо обращаться к стоматологу. Небольшие повреждения зубов, вовремя замеченные врачом, исправить легко и этим предотвратить дальнейшее их разрушение.

Важно, чтобы в разжевывании пищи равномерно участвовала правая и левая половины челюстей. После обеда и ужина полезно съесть что-либо твердое, например: яблоко, репу, морковь – такие овощи или фрукты механически очищают зубы и полость рта.

Чистить зубы необходимо как утром, так и перед сном. Зубная щетка должна быть из щетины средней жесткости, а то можно ранить слизистую оболочку десны и повредить эмаль. Зубную щетку нужно менять каждые три месяца, после трех месяцев обычного использования зубные щетки значительно менее эффективно удаляют зубной налет с зубов и десен по сравнению с новыми. Поэтому всегда надо соблюдать гигиену полости рта. Не только полости рта, но и личную гигиену тоже надо соблюдать!

Использованная литература:

1. Анастасия Крачковская Книга про зубов.
2. Т.Ф. Виноградова Атлас по стоматологическим заболеваниям
3. В.А. Дунаевский Хирургическая стоматология. Медицина. 1979.
4. https://t.me/dental_booksuzb
5. https://t.me/dental_videos
6. Атлас анатомии человека / пер. с англ. Ю. В. Букановой. — Москва: Астрель,
7. <https://n-lite.dp.ua/blog/udivitelnye-fakty-o-zubax/>
8. <https://www.metrogyi-dentra.ru>