

# Dentální hygiena a zdraví ústní dutiny



Číslo Projektu: 2022-2-SK01-KA220-ADU-000102228



Spolufinancováno  
Evropskou unií

# Obsah



**Rizikové faktory ústního zdraví**



**Ilustrace a popis onemocnění dutiny ústní**



**Co dělat? Prevence a ústní specialisté**



**Užitečné zdroje**



# Dentální hygiena a zdraví ústní dutiny

- **Rizikové faktory**

Mnoho běžných zubních problémů je způsobeno častou konzumací cukru, tabáku, alkoholu a špatnou hygienou.

**Obvyklé problémy se zuby, kterým byste měli věnovat pozornost v následujících snímcích:**

- **Zubní kaz (kazivost zubů)**
- **Poranění zubů**
- **Abscesy**
- **Onemocnění parodontu (dásní)**
- **Endodoncie**
- **Rakovina dutiny ústní**



# Dentální hygiena a zdraví ústní dutiny

- **Zubní kaz (kazivost zubů)**

Zubní kaz vzniká, když se na zubu hromadí zubní plak. Zubní plak pak přeměňuje cukry z jídla a nápojů na kyseliny, které zub časem poškozují. To může způsobit otok ([pulpitidu](#)) a infekci uvnitř zubu. Konzumace velkého množství sladkých potravin a nedostatečné čištění zubů může vést ke vzniku zubního kazu, bolesti a někdy i ke ztrátě zubu nebo infekci.

- **Poranění zubů**

Úraz zubu: zlomený, vyštípnutý nebo vyražený zub v důsledku nehody (např. při těžkém pádu).

- **Abscesy**

Hnis, který se tvoří, když se bakterie proniknou do dásně.

- **Rakovina ústní dutiny**

Rakovina ústní dutiny zahrnuje nádory na rtech, v různých částech úst a hltanu. Mezi hlavní příčiny rakoviny ústní dutiny patří užívání tabáku a alkoholu.





# Dentální hygiena a zdraví ústní dutiny

- **Onemocnění parodontu (dásní)**

Onemocnění dásní postihuje tkáň, které obklopují a podporují zuby. Mezi hlavní příznaky patří krvácení, otok dásní ([gingivitida](#)), bolest a někdy i zápach z úst. V závažnějších případech mohou dásně ustoupit od zubů a kosti, což vede k uvolnění zubů a někdy i vypadnutí.

- **Endodoncie**

[Veškeré zákroky](#) spojené s léčbou poškozené zubní dřeně nebo kořenových tkání.

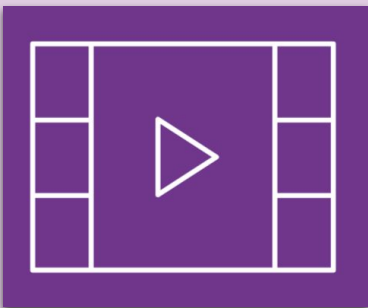
→**Ošetření kořenových kanálků:** Poškozená nebo infikovaná zubní dřeň se odstraní a zub se zaplní, aby se předešlo opětovnému infikování.

→**Endodontické ošetření:** Odstraňuje a nahrazuje materiál z předchozího kořenového kanálku, který se správně nezahojil.

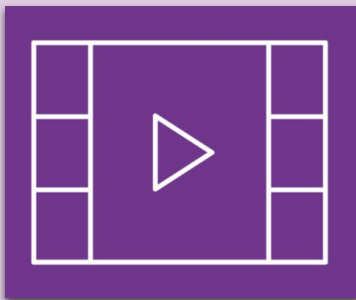
→**Endodontická chirurgie:** Odstranění konce kořene zubu: specializovaná operace, jako je [apiketomie](#) (odstranění konce kořene zubu).

→**Chirurgie zubních implantátů:** Chirurgické umístění zubního implantátu, jako např. můstky, které obnoví vzhled a funkci vašich zubů.

# Užitečná videa



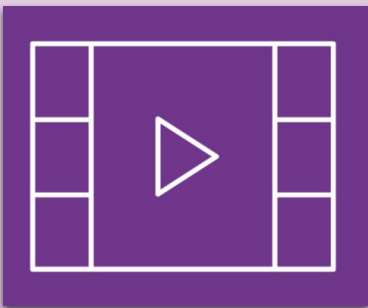
[Jak zastavit zubní kaz?](#)



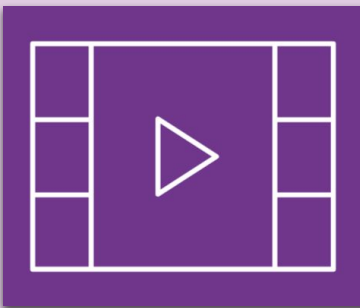
[Co je to pulpitida?](#)



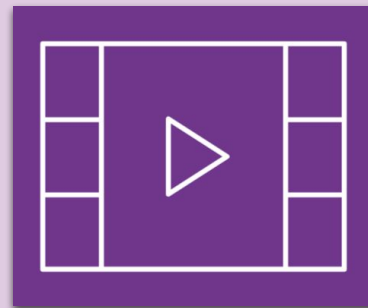
[Různé druhy poškození zubů](#)



[Ošetření kořenových kanálků](#)



[Základní stomatologická terminologie a zubní specialisté](#)



[Jak se vyrábí zubní protézy](#)

# Co dělat?

1

## PREVENCE

Tyto problémy lze snížit:

- přijímáním vyvážené stravy s nízkým obsahem cukrů a vysokým obsahem ovoce, zeleniny a vody,
- ukončením užívání všech forem tabáku,
- snížením spotřeby alkoholu a
- dostatečnou expozicí fluoridu (prevence zubního kazu),
- čištěním zubů dvakrát denně.

2

## NAVŠTIVTE SVÉHO LÉKAŘE

- Navštivte svého praktického zubního lékaře, který Vás na základě vašich příznaků a potřeb, odešle k některému z následujících specialistů.



# Specialisté

## Různí specialisté na různé problémy

- **Zubní lékař**

Lékař primární péče, který vyšetřuje ústa pacienta, stanovuje diagnózu, plánuje a poskytuje léčbu a pomáhá pacientovi předcházet onemocněním ústní dutiny. Zubní lékař také odesílá své pacienty k ambulantním specialistům.

- **Endodontista**

Zubní specialista, který diagnostikuje a léčí stavy postihující vnitřní část zubů (zubní dřeň) a pečuje o pacienty, kteří mají zuby zlomené, vylomené nebo vyražené v důsledku nehody.

- **Paradontolog**

Zubní specialista, který ošetřuje tkáň obklopující zuby, jako jsou dásně a čelistní kosti.

- **Ortodontista**

Zubní specialista, který se zabývá vadami chrupu pacienta, který rovná zuby a vyrovnává skus pomocí přístrojů, jako jsou rovnátka a rozšiřovače patra.

- **Ústní a čelistní chirurg**

Zubní specialista, který provádí složité chirurgické zákroky na zubech, dásních nebo čelistních kostech.





# Užitečné zdroje

- Využijte **Národní zdravotnický informační portál (NZIP)**, kde můžete vyhledávat informace o nemocech, příznacích, prevenci a léčbě pro komplexní péči zdraví.  
<https://www.nzip.cz/>
- Na **webových stránkách WHO** najdete sekce "Global" a "Region", které poskytují informace o zdravotnických tématech a datech z různých kontinentů  
<https://www.who.int/>
- **Dentální hygiena pro neslyšící:** Projekt Ing. Bc. Jany Smažikové nabízí edukační videa o správné technice čištění zubů a péči o ústní zdraví, přeložená do českého znakového jazyka s titulky.  
<https://dhsusmevem.cz/video/>

# PRO VÍCE INFORMACÍ

