Sağlık Bakanlığı

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI TEKNİKERLİĞİ EĞİTİMİ

- V -
ORAL HİJYEN EĞİTİMİ VE KORUYUCU DİŞHEKİMLİĞİ



AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI TEKNİKERLİĞİ EĞİTİMİ

- IV -

ORAL HİJYEN EĞİTİMİ VE KORUYUCU DİŞHEKİMLİĞİ

Eğitim içeriği Ağız ve Diş Sağlığı Teknikerliği Eğitim ve Sınav Komisyonu tarafından hazırlanmıştır.

SAĞLIK BAKANLIĞI
SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ
2012
ANKARA

İçindekiler

BEBEKLİKTEN YETİŞKİNLİĞE AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI 5
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞININ KORUNMASI VE GELİŞTİRİLMESİNDE OKUL ve ÖĞRETMENLERİN ÖNEMİ 5
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞININ ÖNEMİ 5
ÜLKEMİZİN AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI DURUMU 7
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI İLE GENEL SAĞLIK İLİŞKİSİ 8
GENEL SAĞLIK PROBLEMLERİNİN AĞIZ BULGULARI 8
DİŞLERİMİZ 9
DİŞLER: 9
HAMİLELİKTE AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI 12
ÇOCUKLARDA AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI 12
DİŞ VE DİŞETİ HASTALIKLARI 13
SAĞLIKLI DİŞ VE DİŞETİ 13
DİŞ PLAĞI: 13
DİŞ ÇÜRÜKLERİ 14
DİŞETİ HASTALIKLARI VE DİŞ TAŞLARI 15
BESLENME 15
DİŞ FIRÇALAMA 16
ÖNERİLER; 17
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞINDA FLORÜRÜN YERİ 17
FLORÜRLER 17
FİSSUR ÖRTÜCÜLER 17
AĞZIMIZ NEDEN KOKAR? 18
DİŞ ÇAPRAŞIKLIKLARI 18

AĞIZ VE DİŞ YARALANMALARI 19
AĞIZ KANSERLERİ 19
DİŞ EROZYONU 20
DÜZENLİ DİŞ HEKİMİ KONTROLÜNÜN ÖNEMİ 21
SAĞLIKLI OLMAK NEDEN ÖNEMLİDİR 21

BEBEKLİKTEN YETİŞKİNLİĞE AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞININ KORUNMASI VE GELİŞTİRİLMESİNDE OKUL ve ÖĞRETMENLERİN ÖNEMİ

- Öğretmenler ağız diş sağlığı eğitiminde çok önemli bir rol oynayabilmektedirler.
- Okullarda, en fazla çocuğa, en kolay ve en etkili biçimde ulaşılabilmektedir.
- Ülkemizde çocukların ortalama %97'si ilkokula devam etmektedir.
- Bireylerde doğru tutum ve davranışların şekilleneceği, en önemli dönem okul yıllarını kapsamaktadır.
- Özellikle sosyo-kültürel ve ekonomik şartlar nedeniyle çocukların birçoğu için okullar sağlık eğitiminin alınabileceği ilk ve önemli bir yerdir.
- Okulların toplumun tüm kesimlerindeki öğrencileri kapsaması, sosyal eşitlik ve adalet açısından önem taşımaktadır.
- Çocuklar okula başladıktan sonra örnek aldığı kişiler öğretmenler olup öğrencilere verildikleri eğitimin yanı sıra öğretmenlerin bireysel tutum ve davranışları da çok önemlidir.
- Bununla birlikte ders müfredatında anlatılan konularla ve sorulan soruların ağız ve diş sağlığı ile ilişkilendirilerek hazırlanması, ağız ve diş sağlığı hakkında bir bilinç oluşmasını sağlayacaktır.

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞININ ÖNEMİ

Vücudun bir parçası olan ağız ve dişler çiğneme konuşma ve estetik açıdan çok önemlidir.

Dişlerde meydan gelen bir hastalık, eksiklik, bozukluk kişinin;

- Beslenmesini dolayısı ile genel sağlığını,
- Konuşmasını,
- Görüntüsünü,

- İşine odaklanma ve iş görme durumunu,

olumsuz etkileyeceği için kişinin sosyal yaşamına olumsuz yönde etki eder.

Çiğneme: Yiyecekleri kesip koparmak ve çiğneyip öğütmek suretiyle sindirim ağızda başlamaktadır. Yeteri kadar çiğnenerek gerekli boyuta getirilmiş yiyecekler daha kolay sindirilecektir. Çeşitli sebeplerle dişlerin bu işlevi yerine getiremediği ya da yetersiz kaldığı durumlarda mide ve bağırsak rahatsızlıkları gibi sindirim sistemi hastalıkları, psikolojik sıkıntılar meydana gelebilmektedir.
Konuşma: Ağızdan çıkan sesler dişlerimiz ve çevre dokular sayesinde şekillenir harf-hece-kelimelere dönüşür. Çeşitli sebeplerle dişlerde ve çevre dokularında oluşan problemler ve dişsizlik ses ve konuşma bozukluklarına yol açabilmektedir.
Estetik: **Ağız ve** dişler yüz estetiğini etkiler.

Gelişmiş ülkelerin ağız sağlığı problemlerinin yaşam kalitesine etkisini değerlendirmek üzere Amerika'da yapılan bir araştırmaya göre;

Akut Diş Problemlerinin Yol Açtığı İş Görememezlik Günleri		
	Toplam Gün	100 Kişiye Düşen Gün
Okul Devamsızlığı	1.611	3,1
İş Günü Kaybı	2.442	1,9
Yatakta Geçirilen Gün Sayısı	4.602	1,7
Aktivitelerin kısıtlandığı gün	9.705	3,7

Kaynak: Oral Health in America/5-17 yaş grubu, 1996

Kanada'da yapılan bir çalışma;

- Hafif derecede diş ağrısı çekenlerin %20'sinin,

- Orta derecede diş ağrısı çekenlerin %32'sinin,
- Şiddetli diş ağrısı çekenlerin ise %59'unun

uyku kaybı ve bozukluğu yaşadığını göstermektedir.

ÜLKEMİZİN AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI DURUMU

YAŞ	Diş Fırçası olmayan %	Fırçalama sıklığı:			
		Fırçalamayan %	Ara Sıra %	Günde 1 %	Günde 2 %
5	21,1	10,1	28,5	29,2	19,8
12	9,4	7,2	31,1	22,1	26,8
15	8,5	5,3	27,2	23,5	31,5
35-44	14,5	7,6	34,3	28,5	17,4
*65-74	38,4	9,1	3,5	24,7	15,8

*Takma dişini fırçalayıp kendi dişini fırçalamayan %28,7

YAŞ	Diş Çürüğü olan %	Sağlıklı Dişeti ve Çevre Doku CPI %	Hiç Diş Hekimine Gitmemiş %
5	69,8		82,1
12	61,1		41,4
15	61,2	55,5	41
35-44	75,8	15,5	9,9
65-74	59,3	11,6	8,2

YAŞ	Diş Hekimine Gitme Sıklığı			Diş Hekimine Gitme Sebebi
	Yakınma Olunca %	Ara sıra %	Düzenli %	
5	87,6	8	4,4	Kontrol %31,3
12	94,8	3,8	1,4	Çekim %55,2
15	95,5	2,7	1,8	Çekim %46,2
35-44	96,8	2	1,2	Çekim %45,8
65-74	98,3	1,6	0,1	Protez %63,1

Kişi Başına Düşen Yıllık Diş Macunu Tüketimi (2010): 110 gr
Kişi Başına Düşen Yıllık Diş Fırçası Tüketimi (2011): 0,94 adet
Batıda 2007 Yılında Kişi Başına Düşen Diş Macunu Kullanımı: Ortalama 300-400 gr.

	64-74	35-44
Hiç dişi olmayan %	**48**	**2,6**

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI İLE GENEL SAĞLIK İLİŞKİSİ

Ağız sağlığı ile genel sağlık bir bütündür ve birbirlerini olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilir.



GENEL SAĞLIK PROBLEMLERİNİN AĞIZ BULGULARI

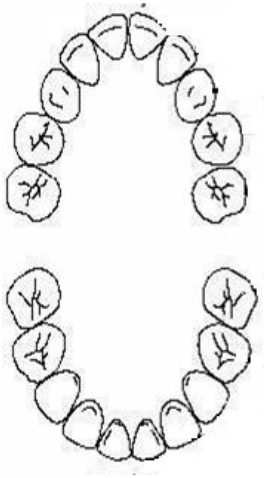
- Ağızdaki problemler, vücudun diğer bölümlerindeki hastalıkların belirtisi ya da sonucu olabilir.
- Diyabet, lösemi, lenfoma, melanoma gibi kanser türleri, AIDS, ve dermatolojik rahatsızlıklar ağızda bulgu verebilen hastalıklardandır. Bu sebeple ilk olarak diş hekimi tarafından tespit edilebilir.
- Düzenli olarak diş hekimine gitmek, genel sağlık problemlerinin teşhisi ve tedavisi açısından çok önemlidir.

DİŞLERİMİZ

DİŞLER:

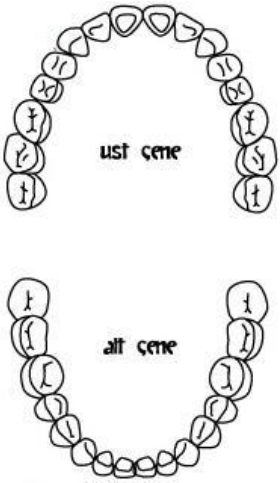
a) Mine: Dişin ağız içinde görünen bölümünün en dış tabakasıdır. Aynı zamanda vücuttaki en sert dokudur.
b) Dentin: Minenin altındaki tabakadır. Mineye göre daha yumuşaktır.
c) Pulpa ya da dişözü: Dişin merkezinde, kan damarları ve sinir dokularını içeren yumuşak dokudur
d) Sement: Dişin kök yüzeyini kaplayan mine ve dentine göre daha yumuşak olan dokudur.
yapılardan oluşur.
e) Dişeti
f) Çene Kemiği
çevre dokularını oluşturmaktadır.
Dişler Süt ve Daimi dişler olmak üzere ikiye ayrılır.

I. SÜT DİŞLERİ: **6** ay-3 yaş arası çıkarlar.



Süt Kesici dişler: Alt ve üst olmak üzere 8 ad
Süt Köpek dişleri: Alt ve üst olmak üzere 4 a
Süt Azı dişleri:Alt ve üst olmak üzere 8 adett

II. DAİMİ DİŞLER: 6-12 yaş arası çıkarlar.



Kesici dişler: Alt ve üst olmak üzere 8 a
Köpek dişleri: Alt ve üst olmak üzere 4
Küçük azı dişleri: Alt ve üst olmak adettir.
Büyük azı dişleri: Alt ve üst olmak adettir.
20 Yaş Dişleri: Alt ve üst olmak üzere 4
Her insanda oluşmayabilir ya da gömül kalabilir.

I. SÜT VE DAİMİ DİŞLENME

- İlk süt dişi altı ay civarında çıkar.
- 24-30 aylar arasında süt dişlerinin çıkması tamamlanır.

Süt dişleri tamamlanmış bir çocukta her bir çenede 10 adet olmak üzere toplam 20 adet çıkar

Süt dişlenme döneminde; salya artışı, ağrı, kaşıntı, hafif ateş (38 °C), huzursuzluk gibi belirtiler görülür. Bebeği rahatlatmak amacıyla;

- Temiz parmakla o bölgeye masaj yapmak ya da
- Özel olarak üretilen ısırma halkaları kullanılabilir.
- Diş çıkma sürecinin rahat geçmesi için diş hekimi tavsiyesiyle jeller, ateş düşürücü-ağrı kesici ilaçlar kullanılabilir.

Süt Dişlerinin Önemi

Süt dişleri;

- Çiğneme fonksiyonu ile birlikte beslenmeye yardımcı olur,
- Düzgün konuşmanın gelişimini sağlar,
- Kapladıkları alan ile kalıcı dişlerin yerini korur ve sürerken onlara rehberlik eder.
- Estetiği sağlar.

Bu sebeple süt dişleri değişme zamanına kadar çürüksüz olarak korunmalı, çürük varsa mutlaka tedavi ettirilmelidir.

"Nasıl olsa yerine yenileri gelecek" diye düşünülmemelidir."

II. 6 YAŞ DİŞİ ve DAİMİ DİŞLENME

- Altı yaşında süt azıların arkasından "6 Yaş Dişleri" dediğimiz ilk daimi dişler sürmeye başlar.
- Genellikle süt dişi zannedildikleri için çürüdüklerinde ihmal edilerek tedavi ettirilmeyip çekilirler.
- Oysa bu dişler ömür boyu kullanacağımız dişlerdir.
- 6 yaş dişlerinin erken kaybı aynı zamanda dişlerde tedavisi çok zor olan ya da geri dönüşümü olmayan çapraşıklıklara ve dişlerin kapanış bozukluğuna yol açmaktadır.

HAMİLELİKTE AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI

- Hamilelik ve ağız diş sağlığı birbiriyle ilişkilidir.
- Hamilelikte diş eti iltihapları, düşük ve erken doğum ihtimalini artırmaktadır.
- Hamilelikten önce, ağız ve dişler ile ilgili tüm sorunlar giderilmeli ve hamilelik esnasında mümkün olduğunca sorun yaşanmamalıdır.
- Bununla birlikte hamilelik esnasında diş hekimine gitmekten kaçınılmamalıdır.
- 3-6 aylık dönem yapılacak diş hekimliği işlemleri için en uygun dönemdir.
- Hamilelik döneminde dengeli beslenmek önemlidir. Yeterli protein, vitamin ve mineraller mümkün olduğunca doğal yollardan alınmalıdır.
- Halk arasında zannedildiği gibi bu dönemde anne adayı sahip olduğu kalsiyumu bebekle paylaştığı için dişler çürümez. Yetersiz ağız bakımı düzensiz beslenme kusmaya bağlı mide asitlerinin ağız ortamını asidik hale getirmesi gibi nedenlerle diş çürüğüne yatkınlık artmaktadır.
- Hamileliği esnasında ağız ve diş bakımına, beslenmesine dikkat eden anne adayları dişlerini koruyabilirler.

ÇOCUKLARDA AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI

- Ağız bakımı bebeklikten başlamalıdır.
- Uzmanlara göre henüz dişlenmeden önce bile, bebek beslendikten sonra dişetleri temiz bir tülbent ile silinmeli,
- Çocuklar biberonla uyumaya bırakılmamalı,
- Bebekler doğdukları zaman ağızlarında çürük yapıcı bakteri bulunmamaktadır. Söz konusu bakteri geçişinin olmasını

engellemek amacıyla anne bebeğin kaşığını biberonunu emziğini ağzına almamalı dudaktan öpmemelidir.

- Biberon kullanılmamalı, kullanılma zorunluluğu var ise bebeğin gece ağzında biberonla uyuması önlenmelidir.
- Bebeğin beslendiği gıdalara şeker, bal, pekmez gibi tatlandırıcılar ilave edilmemeli,
- Bebek beslendikten sonra mutlaka su içirilmelidir.

- İlk dişleri çıkmaya başladığı andan itibarense düzenli olarak diş hekimi kontrolüne götürülmelidir.

İlk diş çıktığı andan itibaren;

- Motor yetenekler gelişinceye kadar anne-baba tarafından uygun boyda yumuşak bir diş fırçası ile dişler fırçalanmalıdır.

DİŞ VE DİŞETİ HASTALIKLARI

SAĞLIKLI DİŞ VE DİŞETİ

Sağlıklı diş: Şekil, renk ve yapısı bozulmamış dişler sağlıklı olarak tanımlanır.
Sağlıklı dişeti: Soluk pembe, dişe ve kemiğe sıkıca yapışmış, kanaması olmayan portakal kabuğuna benzer pütürlü görünümlü olarak tanımlanır.

Diş çürüğü diş eti hastalıkları ağız ve diş yaralanmaları gelişim bozuklukları diş ve diş eti sağlığını olumsuz yönde etkiler.

DİŞ PLAĞI:

Ağızda bulunan bakteriler ve gıda artıklarının diş üzerinde oluşturduğu bir birikintidir. Diş plağı renksiz olup dişe sıkıca yapışmaktadır.

Ağzın su ya da gargara ile çalkalanması bu tabakanın temizlenmesini sağlamaz.

Diş plağının oluşması engellenemez ancak etkili ve düzenli fırçalama ile
diş üzerinden kolayca uzaklaştırılabilir.

Temizlenmeyen ve diş üzerinde kalan diş plağı;

- Dişin çürümesine ve
- Diş eti hastalıklarının oluşmasına

sebep olur.

DİŞ ÇÜRÜKLERİ

Diş plağı içerisindeki bakteriler fermente olan karbonhidratları (un, sofra şekeri, meyve şekeri, süt şekeri vb.) kullanarak asit üretir. Sağlam olan mine tabakasında çözünme meydana gelir ve başlayan bu çürük (beyaz veya kahverengi) fark edilmeyebilir ve tedavi edilmezse ilerleyerek dentin tabakasına ulaşır ve bir boşluk oluşturur.

Dentine ulaşmış diş çürükleri tedavi edilmezse pulpaya ulaşır ve;

1. Ağrıya (soğuk-sıcak, şeker-tatlı, gece, kendiliğinden)
2. Enfeksiyona
3. Kökünde apse (diş etinde ya da yüzde şişlik)

meydana gelebilir.
Diş çürükleri dişlerin farklı bölgelerinde farklı hızlarla farklı belirtilerle görülebilir.

Diş Çürüklerinin Yol Açtığı Problemler;

- Çocuklarda konsantrasyon bozukluğuna, derslerde başarısızlığa sebep olur.
- Yetişkinlerde ise işgücü kaybına yol açar.
- Psikolojik ve sosyal olarak yaşam kalitesini bozar.

DİŞETİ HASTALIKLARI VE DİŞ TAŞLARI

Gıda artıkları ve bakterilerden oluşan yumuşak diş plağı kişisel günlük ağız bakımı ile temizlenmez ise dişeti enfeksiyonuna neden olur. Bu durumda dişetleri kolayca kanar.

Temizlenmeyen ve uzun süre diş yüzeyinde bırakılan diş plağı kişilerin tükürük yapısının da etkisiyle sertleşerek diş taşı oluşumuna yol açabilir.

Diş taşları pürüzlü bir yapıya sahiptir. Bu küçük boşluklarda yine mikroplar birikerek;

- Diş taşlarının artmasına,
- Dişetinin daha da iltihaplanarak dişeti kanamasına, dişeti çekilmesine,
- Kemiğin erimesine, dişin yer değiştirmesi ve dişin sallanarak düşmesine,
- Ağız kokusuna,

neden olur.

Toplumumuzda diş taşları temizlendiğinde, dişlerin sallandığı veya minenin zarar gördüğü gibi yanlış inanışlar vardır. Eğer diş taşları birikti ise;

BİR DİŞ HEKİMİ TARAFINDAN MUTLAKA TEMİZLENMELİDİR.

BESLENME

- Ağız ve diş sağlığımız için dengeli ve düzenli beslenmemiz gerekir.
- Şeker, çikolata, pasta, bisküvi, kek, cips, kraker gibi yiyecekler ana öğünlerde yenmeli
- Öğün aralarında karbohidratlı - şekerli gıdalar yerine, taze sebze ve meyve gibi gıdalar tüketilmelidir.

“İyi Bir Ağız Bakımı İle Çürüklerden Ve Dişeti Hastalıklarından Korunabiliriz.”

İyi bir ağız bakımının en basit ve en etkili yöntemi ise;

“dişlerimizi fırçalamaktır.”

- Kendinize ait diş fırçası ve uygun bir florürlü diş macunu ile dişlerinizi fırçalamanız ,
- Diş fırçası ile tam olarak temizlenemeyen diş aralarının temizliği için diş ipi ve arayüz fırçası kullanmanız,

gerekir.

DİŞ FIRÇALAMA

- Eller yıkanır.
- Uygun yumuşaklık ve boyuttaki diş fırçası üzerine bezelye/nohut büyüklüğünde diş macunu yayılır.
- Diş fırçası ıslatılmaz ağza su alınmaz.
- Ağız açık şekilde alt ve üst dişler ayrı ayrı dairesel hareketlerle dişetinden dişe doğru fırçalanır.
- Fırçalama işlemini bütün dişlerimizin iç ve dış yüzeyleri ile çiğneme yüzeylerinden 7-8 kez geçerek yapmalıyız.
- Dilimizi de fırçalamalıyız.
- Fırçalama işlemi bittikten sonra ağzımızı çalkalayıp, diş fırçamızı el değmeden temiz su ile yıkamalıyız.
- Diş fırçası ile tam olarak temizlenemeyen diş aralarının temizliği için diş ipi veya ara yüz fırçası kullanılması gerekmektedir.

ÖNERİLER;

- Kahvaltıdan sonra ve yatmadan önce dişler fırçalanmalıdır.
- Uygun yumuşaklık ve boyutta diş fırçası seçilmelidir.
- Diş çürüğünden korunmada florürlü diş macunları tercih edilmelidir.
- Yılda en az iki defa diş hekimine gidilmelidir.

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞINDA FLORÜRÜN YERİ

FLORÜRLER

Florürler, dişin asitlere karşı direncini arttırarak ağız ve diş sağlınının korunmasında önemli bir etkiye sahiptir.

Florürler, yaygın olarak diş macunlarının içerisinde bulunur.

Ayrıca diş hekimi tarafından farklı formlarda florürler (gargara, jel, tablet, cila vb) uygulanabilir ya da önerilebilir.

FİSSUR ÖRTÜCÜLER

Dişlerin çiğneyici yüzeylerinde bulunan ve temizlenmesi güç olan yarık ve olukların bir çeşit dolgu maddesi ile örtülmesi diş çürüklerinden korunmak mümkün olabilmektedir.

Özellikle daimi azı dişleri yeni sürmüş çocuklara uygulanmalıdır.

Fissur örtücüler, zamanla aşınabilen ve düşebilecek maddelerdir. Diş hekimi kontrolü zorunludur.

AĞZIMIZ NEDEN KOKAR?

Ağız kokusu, etkilediği bireyler için sosyal ve psikolojik yönden olumsuz bir durumdur.

- Kötü ağız hijyeni, dişler ve dil üzerinde gıda birikimi,
- Diş çürükleri,
- Diş çekim yaraları,
- Diş apseleri,
- Üst solunum yolları hastalıkları (Sinüzit, farenjit, bademcik iltihabı vs.)
- Dişeti hastalıkları,
- Ağız kuruluğu gibi ağız içi problemlerden kaynaklanabileceği gibi
- Diyabet, mide ve karaciğer hastalıkları gibi sistemik (genel vücudu ilgilendiren)

nedenlerle de ağız kokusu oluşabilir.

Diş hekimleri ağız kokusunun, ağız içi mi yoksa vücudu ilgilendiren faktörlere mi bağlı olduğunu tespit ederek, uygun tedavi yöntemini belirlerler.
Eğer ağız içi bir faktöre bağlı değilse ilgili doktora sevk ederler.

DİŞ ÇAPRAŞIKLIKLARI

Dişlerde çapraşıklığa ve çene yapısında bozukluğa sebep olan etkenler;

- Süt dişlerinin erken çekilmesi,
- Parmak emmek, dudak emmek, uzun süre emzik emmek gibi alışkanlıklar,
- Ağız solunumu,
- Genetiktir.

Diş hekimi kontrolü esnasında erken teşhis edilebilir ve yönlendirilebilir.

AĞIZ VE DİŞ YARALANMALARI

Diş, çene ve yüz yaralanmaları acil tedavi gerektiren durumlardır.

Özellikle çocuklarda, oyun ve spor etkinliklerinde, kazalarda bu tür yaralanmalar meydana gelebilir.

Fiziksel travmalar sonucu en sık görülen yaralanmalar; diş ve çene kemiğinde oluşan kırık, çatlak ve ezilmeler ile dişin kısmen veya tamamen yerinden çıkmasıdır.

Bu tip durumlardan korunmak için çocuklar sizler tarafından eğitilmeli, spor etkinlikleri sırasında kask ve ağız koruyucusu takılması yönünde teşvik edilmelidir.

Daimi dişin;

- Kısmen çıktığı durumda diş yuvasına itilmelidir.
- Yerinden tamamen çıktığı durumlarda ise diş; köküne dokunulmadan tutularak süt içerisinde korunarak, temizlenmeye çalışılmadan, mümkün olduğunca çabuk diş hekimine ulaştırılmalıdır.
- Böyle bir durumla karşılaşıldığında dişin veya dişlerin hekime ulaştırılma süresi çok önemlidir.

AĞIZ KANSERLERİ

Çoğunlukla rutin muayene ve tedaviler esnasında diş hekimleri tarafından tespit edilmektedir. Erken teşhis tedavi şekli ve seyri için çok önemlidir.

Dil, ağız tabanı, dil köküne yakın yumuşak damak alanları, dudaklar ve dişetlerinde oluşabilmektedir.

Başlangıçta ağrısız olan kanser ilerleyerek harabiyet oluşturur ve ağrı şikayeti başlar.

Sebebi kesin olarak bilinmemekle birlikte sigara ve tütün ürünleri, alkol ve bazı besinlerdeki kimyasal ve karsinojen maddeler ve fazla güneş ışığına maruz kalınma, genetik gibi faktörlerin yanı sıra özellikle kırık diş ve kötü protezden kaynaklanan uzun süreli ve devamlı vurukların da ağız kanseri riskini arttırdığı bulunmuş olup korunmak için söz konusu faktörlere dikkat edilmesi ve düzenli olarak diş hekimine gidilmesi tavsiye edilmektedir.

DİŞ EROZYONU

Diş sert dokularının herhangi bir bakteriyolojik olay olmaksızın kimyasal etkenlerle yüzeysel kaybıdır.

Dişlerde;

- Önce aşırı hassasiyet (sıcak ve soğuk hassasiyeti)
- Sonraki aşamalarda ise dişlerde sarı lekeler, şeffaflık, diş uçlarında çatlaklar ve daha sonra da aşınmaların devamı ile diş yüzeyinde de çukur alanlar oluşur.
- Dişin dokusu, şekli ve görünümünde değişime olmaktadır.

Başlangıçta koruyucu önlemlerle kolayca tedavi edilebilen erozyon, ileriki aşamalarda, etkilenen dişlerin şeklinin ve işlevlerinin düzeltilmesi ve korunması için diş tedavisine ihtiyaç duyulur.

- Diş erozyonu, asitli yiyecek ve içeceklerin tüketiminin yasaklanması ile önlenemez.
- Diş erozyonundan korunmak için, erozyona sebep olabilecek maddeye maruz kalınmasını takiben kesinlikle dişler hemen fırçalanmamalı, biraz su ile ağız çalkalanmalı ya da bir parça peynir ağızda gezdirilerek yenmeli.
- Dişlerin, ağız ortamı asitli durumdan kurtulduktan sonra fırçalanması daha doğru olur.

DÜZENLİ DİŞ HEKİMİ KONTROLÜNÜN ÖNEMİ

- Düzenli olarak altı ayda bir diş hekimine gitmek diş çürüğü, diş eti hastalıklarının başlangıç veya erken aşamada tespitinde çok önemlidir.
- Diyabet, lösemi, AIDS ve bazı deri hastalıkları ve kanserler gibi ağızda bulgu veren hastalıklar ilk olarak diş hekimi tarafından tanınabilir.

"Diş hekimine 6 ayda bir düzenli olarak gitmeyi unutmayın."

SAĞLIKLI OLMAK NEDEN ÖNEMLİDİR

Sağlık; Fiziksel, psikolojik ve sosyal olarak tam iyilik halidir ve sosyal yaşamda başarılı olmak için önemlidir.

