

**Tytuł:** Profilaktyka chorób jamy ustnej. Cz?? I – higiena jamy ustn / Prevention of oral diseases. Part I – oral hygiene

**Słowa kluczowe:** PRÓCHNICA Z?BÓW ZAPALENIE PRYZY?BIA HIGIENA JAMY USTNEJ P?YTKA NAZ?BNA

**Keywords:** ORAL HYGIENE PERIODONTAL DISEASES DENTAL CARIES DENTAL PLAQUE

**Autorzy:**

Dorota Olczak-Kowalczyk - Zak?ad Stomatologii Dzieci?cej Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego

Urszula Kaczmarek - 1. Katedra i Zak?ad Stomatologii Zachowawczej Uniwersytetu Medycznego im. Piastów ?l?skich we Wroc?awiu 2. Polski Oddzia? Sojuszu dla Przysz?o?ci Wolnej od Próchnicy (ACFF)

**Streszczenie:**

Choroby z?bów i przyz?bia mog? powodowa? utrat? uz?bienia i wiele ró?norodnych powik?a? ogólnoustrojowych prowadz?cych do pogorszenia jako?ci ?ycia i ogólnego stanu zdrowia. G?ówn? ich przyczyn? s? bakterie tworz?ce p?ytk? naz?bn? o charakterze biofilmu, który nabiera patogenno?ci w przypadku specyficznych zmian ?rodowiskowych. W pracy omówiono sposób tworzenia biofilmu bakteryjnego, jego cechy oraz czynniki determinuj?ce chorobotwórczo?? bytuj?cych w nim drobnoustrojów. Przedstawiono podstawowe informacje dotycz?ce rodzajów z?ogów naz?bnych oraz zasady dba?o?ci o higien? jamy ustnej. Zwrócono uwag? na konieczno?? oczyszczania powierzchni trudno dost?pnych dla standardowych szczoteczek do z?bów – powierzchni proksymalnych i okolicy zamków i ?uków aparatów ortodontycznych. Omówiono akcesoria s?u??ce do ich oczyszczania (niti dentystyczne, szczoteczki mi?dzyz?bowe i irygatory) oraz techniki stosowania. Podkre?lono tak?e znaczenie wybarwiania p?ytki naz?bnej w kontroli higieny jamy ustnej, stosowania ?rodków maj?cych dzia?anie przeciwbakteryjne i utrudniaj?cych odk?adanie z?ogów naz?bnych, a tak?e konieczno?? oczyszczania uzupe?nie? protetycznych.

**Abstract:**

Dental and periodontal diseases can be the cause of teeth loss and many various systemic complications leading to the deterioration of general health and decline in and quality of the life. The main reason of them are oral bacteria forming dental plaque being bacterial biofilm, which gains pathogenicity in case of specific environmental changes. It has been discussed in the paper the way of the bacterial biofilm formation, its features and factors determining the pathogenicity of microorganisms living there. It has been presented the basic information concerning of types of dental deposits and rules of oral hygiene. It has been paid attention on the necessity of cleaning of the hard to reach surfaces – approximal and next to brackets and bands of fixed orthodontic appliances. It has been discussed accessories serving for their cleaning (dental floss, interdental brushes and oral irrigators) and the technique using of them. It has been underlined also the importance of dental plaque disclosing to control of oral hygiene, use of measures having antibacterial action and hampering

the formation of dental deposits as well as the necessity of dental prosthesis cleaning.