

ID: 2013-09-5-A-2950

Оригинальная статья

Изотова Е.А., Пак А.В.

## Значение культуры питания и гигиенического ухода за полостью рта в развитии кариеса у школьников средних классов

*ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра стоматологии терапевтической**Научный руководитель: к.м.н. Ю.А. Кобзева***Ключевые слова:** дети, культура питания, гигиенический уход

По данным эпидемиологического стоматологического исследования, в России отмечается рост показателей распространенности и интенсивности кариеса зубов у детей (Кузьмина Э.М., 2011). Распространенность кариеса постоянных зубов у детей 12 лет составляет 78%, средняя интенсивность кариеса по индексу КПУ составляет 2,91 (Персин Л. С. 2008). В связи с этим профилактика стоматологических заболеваний у детей и подростков является первостепенной задачей, позволяющей в значительной степени сохранить и прогнозировать здоровье полости рта. Ни для кого не секрет, что важнейшая роль в развитии заболеваний принадлежит неудовлетворительной гигиене полости рта. Все старания стоматолога будут безуспешны, если пациент не в состоянии поддерживать чистоту полости рта на удовлетворительном уровне путем регулярной и тщательной чистки зубов.

Питание - один из важнейших показателей уровня качества жизни населения. Неполноценное питание также является одним из факторов развития заболеваний полости рта. Кроме того, культура питания, пищевые стереотипы и устойчивые семейные привычки питания также способны влиять на этот процесс.

**Целью** исследования является изучение влияния культуры питания и гигиенического ухода на формирование стоматологического статуса у школьников средних классов.

### Материалы и методы

В 2011-2013 гг. проводилось исследование среди учащихся 5-7 классов Саратовской кадетской школы-интерната №1. Возраст опрошиваемых составляет 11-13 лет.

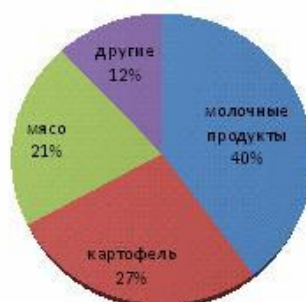
Для реализации поставленной цели была разработана авторская анкета, включающая в себя следующие разделы: определение уровня знаний детей по вопросам стоматологии, определение структуры пищевого рациона и определение гигиенических навыков.

Анализ полученных данных осуществлялся в ходе статистической обработки стоматологических карт исследуемых.

### Результаты и обсуждение

Изучение первого раздела анкеты, касающегося питания школьников, показало, что наиболее часто употребляемыми продуктами являются молочные продукты (40,0 % ответов). На втором месте находятся блюда из картофеля (27,0 % ответов). Третье место занимают блюда из мяса (21,0% ответов). На рыбу, крупы и овощи отводится 12% ответов (диаграмма 1).

**Диаграмма 1. Наиболее употребляемые продукты**

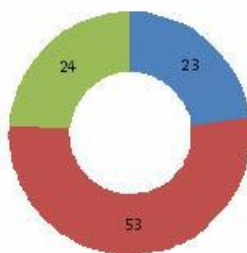


Во время опроса было выявлено, что дети осведомлены о вреде таких продуктов, как чипсы, сухарики, Фанта, Спрайт, Кока – Кола. Однако, не все применяли свои знания на практике и употребляли углеводы в избыточном количестве. Например, газированные напитки 23% школьников употребляют каждый день, 53% - раз в неделю и реже одного раза в неделю – 24% (диаграмма 2).

Доказано, что кариесогенная роль углеводов зависит не только от употребления большого количества, но и от частоты приема сахара. 19 % школьников употребляют сладости после каждого приема пищи, 62% - один раз в день и 19% - употребляют легкоусвояемые углеводы один раз в неделю (диаграмма 3).

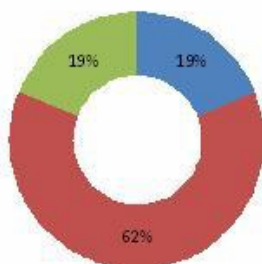
### Диаграмма 2. Употребление газированных напитков

■ каждый день ■ один раз в неделю ■ реже одного раза в неделю



### Диаграмма 3. Употребление легкоусвояемых углеводов

■ после каждого приема пищи ■ один раз в день ■ один раз в неделю



Всемирная организация здравоохранения рекомендует детям школьного возраста суточную дозу потребления сахара не более 40г. Опрос показал, что в среднем дети едят 6 чайных ложек сахара в день, то есть до 60г, без учета конфет, что значительно превышает требования ВОЗ.

Во втором разделе нашей анкеты вопросы касались гигиены полости рта, ответы на которые показали следующее: 15% опрошенных школьников признались, что не регулярно ухаживают за полостью рта и чистят зубы только раз в день. Большинство же детей дважды: утром и вечером ухаживают за зубами (85% опрошенных). Всем известно, на хорошую механическую очистку всех сторон каждого зуба уходит более 3 минут. Однако, данное время тратят на чистку всего 24% опрошенных. 1-2 минуты тратят на чистку большинство опрошенных (52%) и менее минуты – 24%.

Данные, полученные в ходе опроса школьников, демонстрируют неполный уровень знаний по вопросам здоровья полости рта, а также отсутствие стабильных гигиенических навыков у большей части опрошенных, что подтверждается клиническими исследованиями на этапе стоматологического осмотра.

Было выявлено, что здоровые зубы имеет лишь 1 человек, у 98% опрошиваемых был обнаружен кариес. Это соответствует высокому уровню распространения кариеса. Индекс КПУ составил 2,9. Это свидетельствует о средней интенсивности кариозного процесса у опрошиваемых. Большинство школьников являются обладателями неудовлетворительного уровня гигиены полости рта, у 24% - удовлетворительный уровень гигиены. ИГР-У составил 1,8.

#### Выводы

Проведенное нами исследование показало важность стабильных гигиенических навыков и знаний рационального употребления углеводов для предупреждения развития заболеваний полости рта. Необходима разработка образовательных программ для улучшения качества знаний о правилах профилактической стоматологии.

#### Литература

1. Железный П.А. Первичная профилактика стоматологических заболеваний / П. А Железный, В.В. Рева. Новосибирск, 1996.
2. Кобиясова И.В. Клинические аспекты профилактики и лечения кариеса временных и постоянных зубов у детей и подростков / И.В. Кобиясова, Н.А. Савушкина. СПб., 2007.
3. Персин Л.С. Стоматология детского возраста / Л.С. Персин, В.М. Елизарова, С.В. Дьякова. М: Медицина, 2008.
4. Леонтьев В.К. Гигиена полости рта и ее лечебно-профилактическое значение / В.К. Леонтьев, Е.В.Магид, В.Г. Сунцов. Волгоград, 1987.
5. Кузьмина Э.М. Профилактика стоматологических заболеваний / Э.М. Кузьмина. Медицина, 2011.