

# ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2: Αφίσσα συσχέτισης Γενικής και Στοματικής Υγείας



ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ  
ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
20 ΜΑΡΤΙΟΥ 2016

## Υγιές στόμα. Υγιές σώμα. Η σημασία της στοματικής υγείας

Ένα υγιές στόμα δεν είναι μόνον ένα ωραίο χαμόγελο.  
Στην πραγματικότητα, μια σειρά παθήσεων έχουν επιστημονικά  
συνδεθεί με τις παθήσεις των ούλων και την κακή στοματική υγεία<sup>1</sup>



Μία μελέτη έδειξε ότι **40% ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΜΕ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΟΥΛΩΝ**  
ανέφεραν επίσης ότι υποφέρουν από μια δεύτερη χρόνια πάθηση<sup>2</sup>

### ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

Οι παθήσεις των ούλων επιτρέπουν πολύ μεγαλύτερη συγκέντρωση βακτηρίων και πλάκας στην κυκλοφορία του αίματος από αυτή που συμβαίνει όταν τα ούλα είναι υγιή. Τα βακτήρια που εισέρχονται στο σώμα μας περιέχουν μια θρομβοφιλική πρωτεΐνη που φαίνεται ότι θρομβώνει τα αιμοφόρα αγγεία και τις αρτηρίες μας, αυξάνοντας ενδεχομένως τον κίνδυνο του εγκεφαλικού και των καρδιοπαθειών<sup>3</sup>.

### ΝΟΣΟΣ ALZHEIMER

Οι φλεγμονώδεις ουσίες που απελευθερώνονται από τη μόλυνση των ούλων έχουν συνδεθεί με τη φλεγμονή στον εγκέφαλο που μπορεί να ενοχοποιείται για τη Νόσο Alzheimer<sup>4</sup>.

### ΠΝΕΥΜΟΝΙΑ

Οι στοματικές λοιμώξεις μπορεί να συνδεονται με αυξημένο κίνδυνο πνευμονίας<sup>5</sup>.

### ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ

Οι παθήσεις των ούλων μπορούν να συνδεθούν με τον σακχαρώδη διαβήτη και μπορούν να αυξήσουν τον κίνδυνο επιπλοκών του<sup>6</sup>.

### ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΠΑΓΚΡΕΑΤΟΣ / ΝΕΦΡΩΝ

Τα νοσήματα του περιοδοντίου ενδέχεται να συνδέονται με γαστρεντερικούς και παγκρεατικούς καρκίνους<sup>7</sup>.

### ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑΣ

Οι παθήσεις των ούλων έχουν συνδεθεί με αυξημένο κίνδυνο πρόωρου τοκετού και γέννησης λιποβαρών νεογνών<sup>8</sup>.

### ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΠΟΤΕ ΠΟΛΥ ΝΩΡΙΣ ή ΠΟΛΥ ΑΡΓΑ ΓΙΑ ΝΑ ΑΡΧΙΣΟΥΜΕ ΝΑ ΦΡΟΝΤΙΖΟΥΜΕ ΤΗ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΜΑΣ ΥΓΕΙΑ



Όπως ακριβώς συμβαίνει και με τις άλλες σοβαρές ασθένειες, η πρόληψη, η έγκαιρη διάγνωση και η θεραπεία είναι κρίσιμης σημασίας στην ενίσχυση της μάχης για την καταπολέμηση των στοματικών νοσημάτων και των συνδεόμενων με αυτά επιπλοκών στην υγεία.



Διατηρήστε τις συνήθειες της καλής στοματικής υγείας: **βουρτσάστε τα δόντια σας για δύο λεπτά δύο φορές τη μέρα** και υιοθετήστε συμπληρωματικά μέτρα στοματικής υγιεινής όπως: **χρήση οδοντικού νήματος, ξέλυμα και μύσηση τσίχλας χωρίς ζάχαρη.**



Εάν δεν έχετε πάει στον οδοντίατρο για τον τακτικό σας έλεγχο ή εάν το έχετε αμελήσει για χρόνια – κάντε το ΤΩΡΑ! Μια επίσκεψη στον οδοντίατρο μπορεί να συμβάλει στο να έχετε καλή γενική υγεία και ευεξία για μια ολόκληρη ζωή.

### Η ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΕΟΡΤΑΖΕΤΑΙ ΚΑΘΕ ΧΡΟΝΟ ΣΤΙΣ 20 ΜΑΡΤΙΟΥ

Είναι μια παγκόσμια ημέρα για να εορτάσουμε τα οφέλη του υγιούς στόματος και να ενισχύσουμε σε παγκόσμιο επίπεδο την ευαισθητοποίηση για τη σημασία της στοματικής υγιεινής.

Η Παγκόσμια Ημέρα Στοματικής Υγείας 2016 στόχο έχει να αναγνωρίσουν όλοι τις επιπτώσεις που έχει η στοματική μας υγεία στη γενική σωματική μας υγεία και ευεξία.

Διοργανωτής/ες:



Ε.Ο.Ο.



ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ  
ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ  
20 ΜΑΡΤΙΟΥ 2016



fdi  
FDI World Dental Federation

wohd.org

HENRY SCHEIN®

PHILIPS  
sonicare

AIM

WRIGLEY  
Oral Healthcare  
Programme