

Особенности ухода за полостью рта при эндокринных заболеваниях.

К эндокринным заболеваниям, при которых происходят изменения в полости рта, относятся сахарный диабет, микседема, болезнь Иценко-Кушинга, адиссонова болезнь, тиреотоксикоз. Наиболее характерными изменениями в полости рта являются ксеростомия (сухость в полости рта), стоматит катаральный и грибковый, микотическая заеда, трофические расстройства, парестезии СОПР. Лечение необходимо проводить совместно с эндокринологом.

Обязательно пройти осмотр стоматолога и необходимо провести санацию полости рта.

Люди с ксеростомией мучаются от постоянной жажды, проблем с глотанием, у них часто зудит язык, трескаются губы, дурно пахнет изо рта, порой даже говорить бывает трудно. Лечение зависит от тяжести заболевания и выраженности симптомов. Увлажнить сухую слизистую и залечить ранки и трещинки помогает смазывание полости рта масляным раствором витамина А, при сухости губ смазывать их гигиенической помадой.

Также необходимо исключить из рациона питания раздражающую пищу (соленое, острое, крекеры, сухари).

Пейте больше воды. Но не залпом, а регулярно, по глоточку, в течение всего дня. Держите воду у кровати по ночам. Если не страдаете повышенной кислотностью желудочного сока, добавляйте в питье лимонный сок или сок кислых ягод (клюквы, брусники). Избегайте употребления напитков с высоким содержанием сахара.

Ограничьте потребление кофе и алкоголя, обладающих мочегонным и обезвоживающим эффектами.

Бросьте курить. Из-за этой вредной привычки сухость во рту усиливается.

Массируйте языком десны и внутреннюю поверхность щек, сосите твердые предметы (например, косточку от сливы) – это усилит приток слюны.

Дефицит слюны способствует зубным заболеваниям, поэтому правильно и регулярно чистите зубы, используйте зубную щетку с мягкой щетиной, зубные нити и по возможности ирригатор. Полощите рот ополаскивателями с фтором и настоями трав. Периодически проводите у стоматолога фторирование эмали. Не используйте жидкости для полоскания, содержащие спирт.

Для улучшения саливации и обеспечения хорошей жевательной нагрузки следует употреблять в пищу сельдерей и морковь.

Жевательная резинка без сахара и леденцы стимулируют деятельность слюнных желез, предотвращая тем самым сухость во рту. Но употреблять

жевательную резинку нужно лишь через 15 минут после еды и не дольше чем 5–7 минут, иначе возможны осложнения со стороны желудочно-кишечного тракта.

Увлажняйте воздух в помещениях. Паровое отопление и кондиционер высушивают воздух в помещениях, что усугубляет сухость полости рта. Поэтому поставьте в квартире увлажнители или хотя бы тазики с водой у батареи.

При выраженной сухости используют специальные ополаскиватели для рта "Bioton", препараты искусственной слюны "Бенсинал", "Saliva-plus". Данные препараты продаются в жидкой форме или в форме спрея без рецепта. Используются по потребности. Так же применяется 3%-ный раствор калия йодида по 1 столовой ложке 2 раза в день.

Подобные препараты не учувствуют на начальных этапах пищеварения, так как, они не содержат необходимое количество белков, минералов и прочих веществ, имеющих в натуральной слюнной жидкости, они только сохраняют увлажненность и комфорт в полости рта.

Заведующий отделением КОГБУЗ «ККСП» Шилова Елена Викторовна