

# Zwierciadło — ŚDZJU 2018

Jama ustna jest zwierciadłem ciała człowieka i przedstawia jego ogólne zdrowie i dobre samopoczucie. Wiadomo o tym od czasów Hipokratesa, a w tym roku znalazło to odzwierciedlenie w materiałach promujących Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej [20 marca] ustanowiony przez Światową Federację Stomatologiczną FDI.

📍 ANNA LELLA, PREZYDENT EUROPEJSKIEJ REGIONALNEJ ORGANIZACJI ŚWIATOWEJ FEDERACJI DENTYSTYCZNEJ (ERO-FDI)

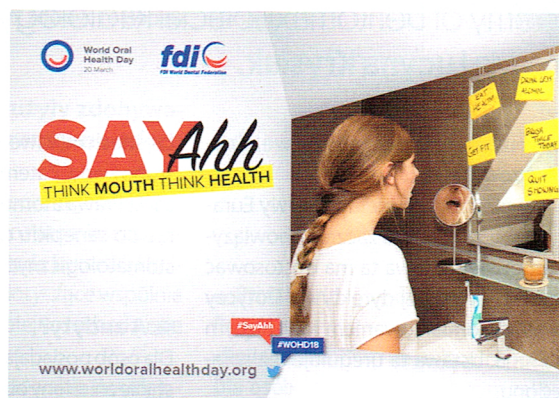
**K**ampania „Powiedz Aaaa: Myśl – Buzia, Myśl – Zdrowie” pomaga zachować zdrowe zęby, a co za tym idzie – utrzymać ogólne zdrowie i dobre samopoczucie. Autorzy kampanii podkreślają, że nigdy nie jest za wcześnie ani za późno, aby zacząć dbać o jamę ustną. Twoje ciało ci podziękuje.

Utrzymywanie zdrowego stanu jamy ustnej ma kluczowe znaczenie dla prawidłowego funkcjonowania organizmu, utrzymania ogólnego stanu zdrowia i zachowania dobrej jakości życia. Należy unikać czynników ryzyka, mieć właściwe nawyki higieny jamy ustnej oraz pamiętać o regularnych wizytach u stomatologa. To takie proste jak 2x2x2: szczotkuj zęby 2x dziennie przez 2 minuty i odwiedź stomatologa 2x w roku.

Zdrowie jamy ustnej to znacznie więcej niż ładny uśmiech. Jej choroby mogą mieć wpływ na każdy aspekt życia, od relacji osobistych i pewności siebie po naukę, pracę i przyjemność jedzenia. Ponieważ może ujawniać niedobory żywieniowe organizmu i odzwierciedlać oznaki chorób – w tym kierunku podążają nowe badania naukowe.

## INTELIWENTNA SZCZOTECZKA

Przywykliśmy, że to lekarz dentysta zawsze przypomina, aby regularnie myć zęby. Wkrótce mogą o tym mówić także kardiolog i lekarze rodzinni. Obecnie trwają prace nad stworzeniem inteligentnej szczoteczki, która dzięki monitorowaniu parametrów biochemicznych śliny będzie wykrywać oznaki poważnych chorób, m.in. problemy z sercem. Hiszpańscy badacze wierzą,



że szczoteczka ta będzie prostym narzędziem do kontroli zdrowia pacjentów przy okazji ich codziennych zabiegów higienicznych.

Naukowcy ze szpitala Ramon y Cajal w Madrycie, prowadzący badania nad tym wynalazkiem, są przekonani, że szczoteczka może alarmować o zbliżającym się problemie. Sprawdzają też, w jakim stopniu możliwe będzie monitorowanie dzięki niej ciśnienia krwi i jej utlenowania. – Poprzez informacje dotyczące tętna, ciśnienia i biologicznej próbki śliny pacjentów możliwe jest wykonanie kilku poprawek, które powinny pomóc pacjentowi pozostać w jak najlepszym zdrowiu – mówi kardiolog Alvaro Marco dla „The Time”. Twierdzi ponadto, że szczoteczka może pomóc pacjentom samodzielnie kontrolować stan zdrowia, bez konieczności oczekiwania na ocenę medyczną. – Jeżeli zauważamy wysokie tętno lub wysokie ciśnienie, dobieramy terapię stosownie do tych parametrów życiowych – dodaje.

▲ Plakat promujący kampanię „Powiedz Aaaa...”

– Współpracuję z firmą specjalizującą się w najwyższej klasy technologii, która stara się utrzymać nowe urządzenie w tajemnicy w takim stopniu, w jakim to tylko możliwe, podczas gdy trwa jeszcze faza inżynierska i projektowa – wyjaśnia doktor Marco. Warto śledzić dalszy rozwój i postęp tych badań.

## KOSZULKA NA MIARĘ

Ten sam zespół badaczy opracował koszulkę, która podczas jej noszenia monitoruje stan zdrowia. Rewolucja technologiczna już wkrótce może włączyć przedmioty codziennego użytku w obszar medycyny. Lekarze zaprezentowali wyniki inteligentnej koszulki, która monitorowała osoby z podejrzeniem nieprawidłowej pracy serca. Dotychczas pacjenci byli odsyłani do domu z niewygodnymi kablami i plastrami, które nosili co najmniej dzień, zgłaszali ból i dyskomfort oraz ogólne zakłócanie codziennego życia i mobilności. Już wkrótce może się to zmienić. – Pacjenci są w stanie chodzić i uprawiać sport, prowadzą normalny tryb życia podczas monitorowania. Jest to ważne dla ich wygody, ale oznacza także, że otrzymujemy bardziej spójny obraz – powiedziała David del Val, autor tych badań.

Profilaktyka to najlepsze rozwiązanie i pacjenci powinni mieć świadomość, że wczesne wykrywanie i leczenie mają kluczowe znaczenie w walce z chorobami jamy ustnej i problemami zdrowotnymi, jakie choroby te wywołują.

W trosce o zdrowie jamy ustnej wspieramy pozytywne inicjatywy poprzez promocję kampanii i informacji o Światowym Dniu Zdrowia Jamy Ustnej. 📍