

L'anatomia dei nostri denti.

L'uomo ha due serie di denti naturali durante la sua vita. La prima serie chiamata dentizione primaria o decidua, è composta da 20 denti che cominciano a spuntare all'età di 6 mesi. L'eruzione è di solito completa a circa 2 anni. Verso i 6 anni inizia l'eruzione della serie successiva, detta dentizione permanente, che termina a circa 21 anni e comprende 32 denti, da valorizzare e mantenere per tutta la vita.

Ciascun dente è formato da tre parti: la corona è la parte esposta al di sopra della linea gengivale e contiene una cavità centrale contenente la polpa dentaria, il colletto è la parte più ristretta compresa tra corona e radice e la radice è la parte alloggiata entro l'alveolo dentario. La porzione solida del dente comprende la dentina, che forma la maggior parte del dente, lo smalto che ricopre la corona ed il cemento che ricopre la radice.



Arriva la carie...

I nostri denti svolgono un ruolo fondamentale nel processo della digestione e nell'articolazione della parola. Purtroppo i denti vengono spesso colpiti dalla **carie dentale**: si tratta di un lento—ma inesorabile -

processo di distruzione dei tessuti duri (smalto e dentina) che costituiscono i componenti principali del dente. La carie è la più frequente patologia dentaria a anche una delle malattie più diffuse

nell'uomo: in Italia, circa il 90% della popolazione ne è affetto. La carie è causata dall'azione dei batteri abitualmente presenti nella bocca, primo fra tutti lo *Streptococco mutans*.

Sommario:

L'anatomia dei nostri denti	Pag. 1
Arriva la carie...	Pag. 1
... ma non è la sola!	Pag. 2
Per la salute di denti e gengive...	Pag. 3
... spazzolino, dentifricio e filo interdenta-	Pag. 3
“Sbiancare” i denti?	Pag. 4
Problemi di alitosi?	Pag. 4

Richiedi al tuo farmacista i numeri arretrati di

Punto Salute:

N. 1	Dolori mestruali
N. 2	Cellulite
N. 3	Abbronzatura e solari
N. 4	Depilazione e peli superflui
N. 5	I capelli



Quest'ultimo, associandosi ai residui del cibo, formano sulla superficie dei denti una pellicola molto aderente detta placca dentale che si forma nel giro di 24 ore. Nel caso in cui la pulizia dei denti non sia fatta dopo ogni pasto e accuratamente, i batteri producono degli enzimi, sostanze organiche che agiscono sugli amidi e sugli zuccheri contenuti

nei residui del cibo, producendo una sostanza lesiva: l'acido lattico. Questo, già presente un'ora dopo il pasto, comincia ad attaccare lo smalto, cioè la copertura protettiva del dente, poi corrode lo strato successivo, la dentina. In questo modo si produce nel dente una cavità, da cui deriva dolore, soprattutto durante e dopo la masticazione di cibi dolci.

Lo sviluppo di carie dentarie è determinata anche da fattori ereditari. Altre condizioni che favoriscono l'insorgenza della carie, oltre ad una scarsa igiene orale, sono: una dieta povera di fluoro, Sali minerali e vitamine, cattive condizioni generali di salute, irritazioni croniche provocate da anomalie di struttura o di posizione dei denti stessi e gravidanza.

... ma non è la sola!!!

Al secondo posto per diffusione nelle patologie dentarie si trova la **gengivite**. È un'inflammatione delle gengive che inizia intorno al collo del dente e causa emorragie: attenzione, se non è curata può provocare danni permanenti alle gengive e caduta dei denti. I sintomi sono: spiccata sensibilità, emorragie gengivali e dolore all'atto della masticazione. Se non si inizia tempestivamente una cura, nelle tasche gengivali si può formare pus con conseguenti ascessi. La mancanza di igiene accurata dei denti è

una delle cause della gengivite: i residui di cibo si fermano tra i denti e le gengive permettendo ai batteri presenti nella bocca di iniziare la loro azione infettiva sulle gengive stesse.

Una gengivite non curata il più delle volte provoca una **parodontite**: è un'inflammatione del parodonto, cioè del complesso degli elementi che fissano il dente nella sua sede: è la causa più comune di perdita d e l d e n t e nell'adulto!!! Gli elementi che favoriscono la comparsa possono essere, oltre ad una scarsa igiene

orale, un'otturazione usurata, una protesi malmessa ...

Oltre ai denti, anche la mucosa buccale può essere compromessa e causare anche crisi dolorose. In ordine di frequenza si tratta dell'aftosi (erosione superficiale della mucosa che insorge notoriamente in periodi di stress) e della stomatite, è un processo infiammatorio della cavità buccale che può avere diverse cause ed è favorita dall'azione di sostanze irritanti come tabacco, spezie, da alcuni farmaci e da carenze alimentari (ad deficit di vit.C).

La carie e la maggior parte delle altre patologie del cavo orale sono evitabili con un'efficace opera di prevenzione e di igiene.

Per la salute di denti e gengive...

Malgrado la tendenza verso una graduale riduzione dell'incidenza della carie, l'educazione ad una corretta igiene orale rimane l'unica soluzione valida. Spesso, infatti, si commettono errori grossolani, ma non trascurabili, come dedicare troppo poco tempo allo spazzolamento dei denti (in media 30 secondi ogni volta, contro i 2 minuti ottimali) o non provvedere a una tempestiva so-

stituzione dello spazzolino (la durata media è di circa 13 mesi anziché i 2-3 mesi consigliati dai produttori), che in tal modo perde la capacità di rimuovere in maniera efficace la placca batterica. Poiché l'igiene orale sia condotta in modo corretto, occorre seguire alcune semplici regole che vanno dalla scelta dello spazzolino, a quella del dentifricio e del filo interdentale.



...spazzolino,

Dev'essere adeguato alla conformazione della bocca: di solito i più indicati sono quelli con le setole morbide e la testa piccola, che consente di raggiungere anche le zone di più difficile accesso. Va sostituito quando le setole cominciano a sfilacciarsi, o dopo un'infezione delle vie respiratorie che può comportare la presenza di microrganismi patogeni tra le setole. Ai portatori di apparecchi ortodontici fissi, inoltre, andrebbe consigliato l'impiego di due diversi spazzolini, uno per la pulizia dei denti, l'altro per quella dell'apparecchio. La pulizia dei denti andrebbe effettuata dopo ogni pasto e si deve spazzolare per almeno 2 minuti. E' importante spazzolare anche la lingua al fine di rimuovere microrganismi responsabili dell'alitosi e della placca batterica.

dentifricio e...

E' importante che sia appositamente studiato per prevenire la placca o, nel caso ce ne fosse la necessità, ridurre la sensibilità di denti e gengive. Oggi esiste una grande scelta e, a seconda dei casi è possibile utilizzare prodotti mirati al caso specifico.

I dentifrici anticarie sono tutti a base di fluoro che svolge azione preventiva sulla carie. Il fluoro stabilizza la composizione della placca batterica durante il consumo degli zuccheri evitando la predominanza di *S. mutans* con conseguente formazione di una placca meno spessa. Dentifrici antisettici contengono clorexidina, sanguinaria e vari sali organici aumentano le proprietà antisettiche della saliva aumentando la sua efficacia antisettica nei confronti della flora batterica che si sviluppa nella bocca.

Per problemi di sensibilità

filo interdentale.

gengivale è possibile usare prodotti specifici che attraverso vari meccanismi: i sali bloccano l'impulso nervoso responsabile del dolore, altre sostanze possono occludere i tubuli dentinali esposti e responsabili della spiccata sensibilità. I dentifrici antitartaro contengono sali in grado di prevenire la formazione di cristalli di fosfato di calcio responsabili della formazione della placca e successivamente del tartaro.

Il filo interdentale è fondamentale per rimuovere i residui alimentari che si depositano negli spazi interdentali e va utilizzato preferibilmente la sera, o subito dopo il pasto in caso di permanenza di materiale grossolano. Il filo non cerato è indicato in caso di spazi molto stretti; in caso di forte spaziatura è consigliabile ricorrere agli scovolini disponibili in forma e diametro variabile.

“Sbiancare” i denti?

La sempre maggiore attenzione all'estetica del proprio corpo spesso porta all'uso di prodotti che rendano i denti più bianchi. Prima di tutto occorre ricordare che una buona igiene orale è il migliore sbiancante a disposizione di tutti. I dentifrici sbiancanti contengono due tipi di sostanze attive sulle macchie: gli abrasivi e gli sbiancanti veri e propri. I primi sono polveri come il bicarbonato di sodio che vengono disperse nel dentifricio e svolgono un'azione meccanica di abrasione superficiale del dente; i secondi svolgono invece un'azione chimica.

Va comunque precisato che i dentifrici sbiancanti possono solo rimuovere le discromie ma non modificare il colore del dente. Questo, infatti, oltre ad essere prestabilito geneticamente, si modifica anche con l'età a causa dell'usura dello smalto che lascia trasparire sempre più il colore giallobruno della dentina sottostante.

Problemi di alitosi?

Sempre più diffusa, oltre che semplicemente dalla placca batterica non rimossa con uno spazzolamento accurato, dipende in gran parte dal consumo di carne e di alimenti proteici. Alcuni batteri presenti nel cavo orale trasformano gli aminoacidi solforati, sostanze essenziali per il nostro organismo, da cui si generano “gas chimici maleodoranti” da cui deriva l'odore sgradevole. Nella maggior parte dei casi si può ridurre l'alitosi spazzolando, anche con gli spazzoli a cerchio appositi, la lingua dove abitualmente si insediano batteri. Spezie e altri alimenti saporiti (cipolle, peperoncino, aglio, salami, caffè, birra, vino ...) si lasciano dietro olii essenziali che restano anche dopo aver ingerito il cibo.

Attenzione! In alcuni casi l'alitosi può dipendere da altri problemi legati ad esempio a disturbi digestivi.

Controllate lo stato generale della vostra salute!!!

www.farmaciadimuria.it

Centro salute Farmacia Dr. Di Muria
Via Nazionale, 199 Padula Scalo SA Tel 097574587 Fax 097574760