

# AKTUELNO: XXXIV Nedelja zdravlja usta i zuba

17.05.2024

â€žÄŒEVAM SVOJE ZUBE, PONOSIM  
SE OSMEHOMâ€•

U Republici Srbiji tradicionalno se od 1991. godine, u treÄ‡oj nedelji maja meseca, obeleÄ¾ava Nedelja zdravlja usta i zuba. Kampanju sprovodi Institut za javno zdravlje Srbije â€žDr Milan JovanoviÄ‡ Batutâ€• sa mreÄ¾om instituta/zavoda za javno zdravlje i StomatoloÅjkim fakultetom u Beogradu, a uz podrÄ¾ku Ministarstva zdravlja Republike Srbije. U 2024. godini Nedelja zdravlja usta i zuba se obeleÄ¾ava od 13. do 19. maja pod sloganom â€žÄŒevam svoje zube, ponosim se osmehomâ€•. Slogan naglaÅjava znaÄ•aj dobrog oralnog zdravlja za opÄ‡ite zdravlje i za osnovne funkcije kao Ä‡to su ishrana, disanje i govor, kao i za osmeh i samopouzdanje.

## Tokom Nedelje

zdravlja usta i zuba sprovode se brojne aktivnosti kao Ä‡to su javne manifestacije u kojima uÄ•estvuje struÄ•na javnost i opÄ‡ita populacija sa ciljem informisanja stanovniÄjtva o znaÄ•aju oralnog zdravlja i o merama prevencije, a posebno o potrebi i moguÄ‡nostima da se liÄ•nim i kolektivnim angaÄ¾ovanjem i pozitivnim ponaÅjanjem Ä•uva i unapreÄ•uje zdravlje usta i zuba. Pored ovih aktivnosti, svake godine u okviru kampanje organizuje se i konkurs za izbor najboljih likovnih radova i literarnih sastava dece u predÅjkolskim ustanovama i za uÄ•enike u osnovnim Åjkolama u Republici Srbiji. Konkurs ima za cilj podsticanje zdravstvenovaspitnog rada u vrtiÄ‡ima i osnovnim Åjkolama na temu oralnog zdravlja i edukaciju dece o znaÄ•aju i naÄ•inima oÄ•uvanja zdravlja usta i zuba. Nosioci i koordinatori ovih aktivnosti na nivou okruga su okruÄ¾ni instituti i zavodi za javno zdravlje, a za teritoriju svake opÄ‡itine sluÅ¾be stomatoloÅke zaÄ‡ite domova zdravlja, uz aktivno uÄ•eÄ‡iÄ‡e privatne stomatoloÅke prakse, lokalne zajednice, privatnog sektora i udruÅ¾enja graÄ‘ana.

## KljuÄ•ne Ä•injenice o oralnom zdravlju

Oralne bolesti, iako se u velikoj meri mogu spreÄ•iti, predstavljaju veliki javnozdravstveni teret za mnoge zemlje i utiÄ•u na ljude tokom njihovog Ä¾ivota, uzrokujuÄ‡i bol, nelagodnost, unakaÄ¾enost, pa Ä•ak i smrt.

Oralne bolesti obuhvataju niz bolesti i stanja koja ukljuÄ•uju Zubni karijes, parodontalnu bolest, gubitak zuba, karcinom oralne regije, orodentalne traume i uroÄ‘ene defekte kao Ä‡to su rascep usne i nepca, a Ä•eÄ‡iÄ‡e pogaoÄ‘aju najugroÄ¾enije populacione grupe.

VeÄ‡ina oralnih bolesti i stanja uzrokovana je faktorima rizika koji su zajedniÄ•ki za mnoge nezarazne bolesti kao Ä‡to su bolesti srca i krvnih sudova, maligne bolesti, hroniÄ•ne respiratorne bolesti i dijabetes. Ovi faktori ukljuÄ•uju konzumaciju Ä‡jeÄ‡era, upotrebu duvana i alkohola i loÅju higijenu.

Procenjuje se da na globalnom nivou 3,5 milijardi ljudi ima neko oralno oboljenje.

## Od neleÄ•enog

<http://www.zjzvranje.org.rs>

Powered by Joomla!

Generisano: 5 September, 2025, 03:25

karijesa na stalnim zubima pati oko dve milijarde ljudi i to je najčešće zdravstveno stanje.

Â

### Pokazatelji u vezi sa oralnim zdravljem u Republici Srbiji

Prema poslednjem Istraživanju zdravlja stanovništva Srbije iz 2019. godine, u Srbiji 55,3% odraslog stanovništva procenjuje stanje svojih zuba i usne duplje kao dobro, a i 57,8% stanovnika pere zube više od jedanput dnevno.

Istraživanje o oralnom zdravlju dece i omladine u Republici Srbiji koje je sprovedeno 2019–2020. godine pokazalo je da u Srbiji 13,4% dece jaslenog uzrasta (12–36 meseci) ima jedan ili više karijesnih mlečnih zuba, kao i da više od polovine dece (52,9%) u ovom uzrastu svakodnevno konzumira slatkiše. Isto istraživanje je pokazalo i da 50,9% dece vrtiškog uzrasta (36–71 mesec) ima karijes ili neku njegovu komplikaciju, kao i da 80% dece ovog uzrasta svakodnevno konzumira slatkiše.

Rezultati Istraživanja ponapanja u vezi sa zdravljem dece školskog uzrasta u Republici Srbiji 2022. godine pokazali su da naviku svakodnevnog pranja zuba šećere od jednom dnevno ima nešto više od dve trećine (71,6%) uobičajena petih, sedmih razreda osnovne škole i prvih razreda srednje škole, značajno više devojčica nego dečaka (81,2% prema 60,7%).

Â

### Opštite preporuke za održavanje oralnog zdravlja

Opštite preporuke za održavanje oralnog zdravlja koje se plasiraju u okviru ove kampanje nisu usmerene samo na značaj održavanja adekvatne higijene i redovnih poseta stomatologu, već obuhvataju i preporuke za smanjenje unosa šećera, a podstiče se i uključivanje poruka o bezbednom fizičkom okruženju, kao i o uticaju konzumiranja alkohola i pušenja na oralno zdravlje.

Â

### Preporuke za održavanje oralnog zdravlja su:

briga o zdravlju usta i zuba deteta od rođenja i prva preventivna poseta dečjem stomatologu u periodu od četvrtog meseca do navršene prve godine života;

u zavisnosti od starosti deteta, pranje zuba, pomoći i/ili nadzor nad pranjem zuba deteta od strane roditelja/staratelja uglavnom do desete godine života;

održavanje adekvatne  
higijene što podrazumeva redovno pranje zuba ujutru i uveče pred spavanje, kao  
i posle svakog obroka pastom za zube sa fluorom i korištenje konca za zube;

posete stomatologu  
radi redovne kontrole najmanje jednom u četiri meseci, ukoliko nije potrebno  
učestalije zbog lečenja i uklanjanja zubnog kamenca od strane stomatologa;

vezivanje  
sigurnosnih pojaseva u vozilu, kao i pravilno korištenje dešljih auto-sedišta;

izbalansirana  
ishrana bogata voćem, povrćem i mlečnim proizvodima sa smanjenim unosom želježera  
(izbegavati unos slatkih gaziranih napitaka i grickalica);

prestanak pušenja;

smanjenje ili  
prestanak konzumiranja alkohola;

korištenje zaštitne  
opreme za sportske aktivnosti (kaciga, štitnik za  
zube...).  
Â Â Â Â Â

Â

Izvor:

World Health Organization. Oral health Overview. [https://www.who.int/health-topics/oral-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/oral-health#tab=tab_1)

World Health Organization. Oral health Key facts. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>

Institut za javno  
zdravlje Srbije Čeština Dr Milan Jovanović Batut. Istraživanje zdravlja stanovništva  
Srbije 2019. godine. 2021; <https://www.batut.org.rs/download/publikacije/ZdravljeStanovnistva2019.pdf>

Marković D, Marković  
D, Perić T, Vuković A, Kilibarda B, Jovanović V, Petrović B, Marković E,  
Soldatović I. Oralno zdravlje dece i omladine u Republici Srbiji. Stomatološki  
fakultet, 2020

Institut za javno  
zdravlje Srbije Čeština Dr Milan Jovanović Batut. Rezultati istraživanja ponašanja u  
vezi sa zdravljem dece Čajkolskog uzrasta u Republici Srbiji 2022. godine.  
2023; <https://www.batut.org.rs/download/publikacije/IstrazivanjeHBSC2022.pdf>

Â

