

AKTUELNO: XXV Nedelja zdravlja usta i zuba – Osmehni se zdravo

22.05.2015

Nedelja zdravlja usta i zuba u Srbiji obeležava se svake godine u trećoj nedelji maja meseca brojnim aktivnostima kao što su javne i druge manifestacije u kojima učestvuje stručna javnost, ali i opšta populacija, a posebno su aktivna deca predškolskog i osnovnoškolskog uzrasta, nastavnici i roditelji. Tokom Nedelje zdravlja usta i zuba intenziviraju se aktivnosti na informisanju stanovništva o značaju oralnog zdravlja i merama prevencije, a posebno o potrebi i mogućnostima da se ličnim i kolektivnim angažovanjem i pozitivnim ponašanjem čuva i unapređuje zdravlje usta i zuba. Kampanja ima za cilj i da se dodatno motivišu pojedinci, porodice, zajednica i donosioci odluka za aktivan odnos prema unapređivanju oralnog zdravlja, obzirom da oboljenja usta i zuba, karijes (zubni kvar) i parodontopatije (oboljenje potpornog aparata zuba), imaju veliki zdravstveni, socijalni i ekonomski značaj, te predstavljaju javnozdravstveni problem u mnogim zemljama sveta.

Ovogodišnja kampanja se obeležava od 18. do 24. maja 2015. godine pod sloganom – Osmehni se zdravo, a sprovode je Institut za javno zdravlje Srbije – Dr Milan Jovanović Batuta i Stomatološki fakultet Univerziteta u Beogradu uz podršku Ministarstva zdravlja Republike Srbije. Nosioci i koordinatori aktivnosti tokom Nedelje zdravlja usta i zuba na nivou okruga su okružni instituti i zavodi za javno zdravlje, a za teritoriju svake opštine služe stomatološke zaštitne domove zdravlja, uz aktivno učestvovanje privatne stomatološke prakse, lokalne zajednice, privatnog sektora i udruženja građana. Ciljevi obeležavanja Nedelje zdravlja usta i zuba su: – Ukazati na značaj oralnog zdravlja i na mogućnost da se primenom adekvatnih mera dobro oralno zdravlje može održati tokom čitavog života. – Uticati na poboljšanje zdravlja usta i zuba dece i na stvaranje navike pravilnog održavanja higijene i primenu mera neophodnih za očuvanje oralnog zdravlja. – Doprineti da se poveća broj ljudi sa očuvanim oralnim zdravljem. – Podsticati donosiocima odluka za podršku merama za unapređenje oralnog zdravlja stanovništva. – Mobilisati sve sektore društva na zajedničke akcije koje imaju za cilj promociju oralnog zdravlja. – Oralno zdravlje ima veliki uticaj na opšte zdravlje, samopouzdanje, probleme u društvenim odnosima, a utiče i na ključne funkcije kao što su govor i spavanje. U svetu 60-90% školske dece ima zubni kvar, a 30% stanovništva 65-74 godine starosti nema nijedan svoj zub. Mnoga oboljenja usta i zuba se mogu izbjeći uz povećanu podršku vlada, zdravstvenih udruženja i društva, kao i kroz programe finansiranja prevencije, otkrivanja i lečenja. Prva linija oralne zdravstvene zaštite sprovodi se sa pojedincem kroz prevenciju, i pre svega se odnosi na dobre navike pranja zuba i redovne preglede kod stomatologa. Obeležavanje Nedelje zdravlja usta i zuba jedan je od načina da se podstaknu aktivnosti koje će pomoći da se smanji opterećenje ovim bolestima na nacionalnom nivou. Radeći zajedno možemo ujediniti napore da sprečimo epidemiju karijesa, bolesti desni i gubitak zuba i da pomognemo u održavanju zdravih zuba tokom života. – Ovogodišnja tema – Osmehni se zdravo – naglašava značaj dobrog oralnog zdravlja za svakodnevne aktivnosti kao što su govor i smeh. U obeležavanju Nedelje zdravlja usta i zuba tradicionalno učestvuju zdravstvene ustanove, predškolske ustanove, škole, udruženja građana, lokalna zajednica, stomatolozi i drugi zdravstveni radnici i saradnici, javnost i mnogi drugi. Svako treba da učini ono što može da podigne svest i ohrabri ljude da pokrenu akciju da se smanji teret oralnih bolesti. – Značajne činjenice o zdravlju usta i zuba kod stanovnika Republike Srbije: – Prema poslednjem istraživanju zdravlja stanovništva Srbije iz 2013. godine, u Srbiji je 45,6% stanovništva procenilo stanje svojih zuba i usne duplje kao dobro, čak 14% više nego 2006. godine, što govori u prilog poboljšanju oralnog zdravlja stanovništva Srbije. Uprkos porastu broja stanovnika koji svoje oralno zdravlje procenjuju kao dobro, ovaj procenat bi trebalo da bude znatno veći. – Samo 8,3% stanovnika uzrasta 25 godina i više imaju sve svoje zube. – Najviši procenat onih koji redovno peru zube (72,9%) su mladi uzrasta od 15 do 24 godine. – Iako je došlo do porasta broja bezubih (sa 10,2% u 2006. na 12,4% u 2013. godini), ohrabruje činjenica da je porasla učestalost upotrebe dentalnih proteza u ovoj grupi stanovništva (sa 79% u 2006. na 82,3% u 2013. godini). – Stanovnici nižeg obrazovnog statusa i lošijeg materijalnog stanja u značajno većem procentu lično sopstveno oralno zdravlje procenjuju kao loše i u značajno manjem procentu lično redovno peru zube. – Ovo ukazuje na potrebu iznalaženja načina da se poveća obuhvat stanovnika u ovih ciljnih grupa zdravstvenovaspitanim radom i preventivnim stomatološkim pregledima. – Glavni faktori rizika, kao što su pušenje, fizička neaktivnost i hrana sa velikom količinom masti, soli i šećera doprinose razvoju niza hroničnih oboljenja, uključujući tu i bolesti usta i zuba. – Rizik obolevanja od malignih bolesti usne duplje je 15 puta veći kada se kombinuje više faktora rizika kao što su upotreba duvana i alkohola. Takođe, upotreba duvana je razlog za polovinu svih periodontalnih bolesti. Imajući u vidu visok procenat pušaća (34,7% stanovništva starijeg od 15 godina) potrebno je da se i stomatolozi uključe aktivnije u prevenciju pušenja. Opšte preporuke za očuvanje oralnog zdravlja su: – Održavanje adekvatne higijene što podrazumeva redovno pranje zuba ujutru i uveče pred spavanje, kao i posle svakog obroka pastom za zube sa fluorom i korišćenje konca za zube. – Posete stomatologu radi redovne kontrole, uklanjanje zubnog kamenca od strane stomatologa. – Smanjenje unosa šećera i izbalansirana ishrana. – Prestanak pušenja. – Prestanak konzumiranja alkohola. – Korišćenje zaštitne opreme za sportske aktivnosti (kaciga, štita za zube...) – Vezivanje sigurnosnih pojaseva u vozilu, kao i pravilno korišćenje dečijih auto sedila. – Mere zaštite zuba treba sprovoditi tokom čitavog života počevši i pre nicanja zuba, tj. tokom trudnoće. Posebno značajna ciljna grupa za preventivan rad su trudnice i deca predškolskog i predškolskog uzrasta kod kojih se mogu sprovesti skoro sve mere zaštite stalnih i preostalih mlečnih zuba. U predškolskom i školskom uzrastu se i mnogo toga nauči o oralnom zdravlju i navike o higijeni se ustaljuju. – Kao i prethodnih godina, u okviru kampanje, u saradnji sa – Prosvećnim pregledom Srbije – raspisan je konkurs za literarni sastav i likovni rad u okviru kampanje XXV Nedelje zdravlja usta i zuba 2015. godine na temu: OSMEHNI SE ZDRAVO. Nakon izbora najboljih likovnih i literarnih radova na nivou okruga, biće proglašeni i najbolji radovi na republičkom nivou. – Centar za promociju zdravlja Zavod za javno zdravlje Vranje