

УДК 616.314-083-057.87:378.6:61(477.54-25)

АНАЛІЗ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ТА ПРЕДМЕТІВ ОСОБИСТОЇ ГІГІЄНИ ПОРОЖНИНИ РОТА СЕРЕД СТУДЕНТІВ З КУРСУ ХАРКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Р.С. Назарян, О.В. Тищенко, А.С. Поляшенко, А.М. Лаппа, А.Ю. Афанасьєва

*Харківський національний медичний університет
Кафедра стоматології дитячого віку, дитячої щелепно-лицевої хірургії та імплантології*

Метою нашого дослідження став аналіз діапазону засобів і предметів для індивідуального догляду за порожниною рота серед студентів. Було опитано 70 студентів ХНМУ у віці від 18 до 22 років. Учасникам дослідження було запропоновано такі питання: середня кількість разів чистки зубів в день; основні рухи, які застосовуються під час чищення; середній час чищення; вид використовуваної зубної пасти; критерії вибору зубної щітки; застосування допоміжних засобів гігієни: флоса, зубочисток, жувальної гумки, ополіскувача та іригатора, частота відвідувань стоматолога з метою профілактичного огляду, наявність шкідливих звичок (куріння). Обробка отриманих даних показала, що дівчата більше юнаків піклуються над усуненням косметичних і фізичних проявів недостатньої гігієни порожнини рота, використовуючи більшу різноманітність засобів і предметів. Використання іригатора було на низькому рівні як серед юнаків, так і серед дівчат, що свідчить про необхідність активного проведення різних заходів гігієнічного навчання і виховання на базі індивідуального підходу.

Ключові слова: гігієна, профілактика, зубні щітки, зубні пасти, іригатор.

Актуальність. Індивідуальна гігієна порожнини рота є частиною первинної профілактики стоматологічних захворювань і давно займає провідне місце в розділі загальної гігієни людини. Саме нові сучасні технології дозволили здійснити різкий ривок вперед у цій галузі. В першу чергу, це стосується розробки і створення нових засобів для індивідуальної гігієни порожнини рота [1, 2].

Гігієнічний стан порожнини рота є істотним чинником ризику розвитку стоматологічних захворювань та є першою і провідною ланкою екзогенної профілактики карієсу зубів. Правильний і щоденний догляд за порожниною рота запобігає утворенню і скупченню бактеріального нальоту, який є однією з основних причин виникнення карієсу і запалення ясен. Головна роль в збереженні здоров'я ротової порожнини приділяється правильному підбору та використанню якісних засобів гігієни порожнини рота з урахуванням віку дитини.

Зустрічається багато інформації про вивчення загальної захворюваності студентів в літературі, а про захворюваність стоматологічну недостатньо [3]. Обстеження студентів показує, що у 58,3 % рівень інтенсивності карієсу середній або високий, а потреба в стоматологічному лікуванні більше 80 % [4]. Тому питання ефективності лікувально-профілактичних заходів у студентів мають важливе значення, бо стоматологічне здоров'я є невід'ємною складовою якості життя.

Студенти є особливою групою населення, оскільки переважна їх більшість (особливо у великих містах) є приїжджими, а це означає, що крім стресових навантажень у процесі навчання у них є додаткові джерела стресу — зміна звичайного життя та існування у специфічній обстановці в умовах гуртожитку. У студентів відбувається зміна клімату, режиму дня, відпочинку, якісного та кількісного складу їжі, вони відчувають великі психоемоційні та розумові навантаження.

Стан здоров'я молоді є необхідною умовою, що визначає момент добробуту суспільства та його прогресивного розвитку [5].

Мотивація студентів до дотримання правил догляду за порожниною рота є фактором, який багато в чому визначає кількість зубів, що залишаться в майбутньому в порожнині рота [6, 7].

Мета роботи — проаналізувати діапазон засобів та предметів, що використовуються для особистого догляду за порожниною серед студентів.

Матеріали і методи. Для дослідження було опитано 70 студентів ХНМУ віком від 18 до 22 років, серед яких 27 осіб склали юнаки, 43 — дівчата. Учасникам дослідження поставлені наступні запитання: середня кількість разів чищення зубів на день; основні рухи, що застосовуються при чищенні; середній час чищення; вид зубної пасти; критерії вибору зубної щітки; застосування допоміжних засобів гігієни: флоса, зубочисток, жувальної гумки, ополіскувача та

іригатора, частота відвідувань стоматолога з метою профілактичного огляду, наявність шкідливих звичок (паління).

Результати дослідження. За результатами дослідження встановлено наступне: 82,8 % опитаних кожного дня чистять зуби вранці та ввечері протягом двох-трьох хвилин різноманітними рухами, обираючи для цього щітку середньої жорсткості, а також користуються зубною ниткою, зубочисткою, ополіскувачем. Майже 65 % опитаних надають перевагу зубній пасті з відбілюючими властивостями. Між прийомами їжі для підтримки чистоти порожнини рота та свіжого дихання 84,2 % опитаних користуються жувальною гумкою без цукру; 68,5 % використовують ополіскувач; 45,7 % використовують зубочистки. З досліджуваної групи іригатором користувалися 12,8 %. З метою профілактичного огляду звертаються 70 %, та є й ті, хто відвідує стоматолога лише після виникнення скарг – 30 %. Мають звичку палити – 24,2 % опитаних.

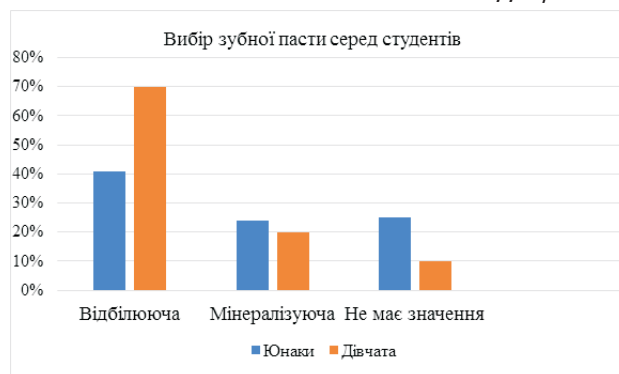
З опитаних дівчат 72 % кожного дня чистять зуби вранці та ввечері. Протягом двох-трьох хвилин чистять 76,7 % опитаних, різноманітними рухами користуються 67,4 %. Звертають увагу на жорсткість зубної щітки 84 % респондентів. Використовують зубну пасту з відбілюючими властивостями 70 %, обирають пасти з мікроелементами 20 %, не звертають увагу на властивості пасти 10 %. Дівчата використовують такі додаткові засоби гігієни, як ополіскувач 69,7 %, зубочистки 32,5 %, жувальну гумку 88,3 %, флос 67,4 %, іригатор 14 %. Відвідують стоматолога з метою профілактичного огляду 70 %, мають шкідливі звички 21 %.

Серед опитаних юнаків 74 % кожен день чистять зуби вранці та ввечері, протягом двох-трьох хвилин чистять 92,5 %, різноманітними рухами користуються 59,2 %. Звертають увагу на жорсткість зубної щітки 74 % опитаних. Використовують зубну пасту з відбілюючими властивостями 41 %, обирають пасти з мікроелементами 24 %, не звертають увагу на властивості пасти 25 %. З додаткових засобів гігієни юнаки використовують наступні: ополіскувач 64,2 %; зубочистки 66,6 %; жувальна гумка 78 %; флос 63 %, іригатор 11 %. Відвідують стоматолога з метою профілактичного огляду 70 %, мають шкідливі звички 30 %.

Серед юнаків та дівчат найбільш популярною виявилася паста з відбілюючим ефектом, до того ж респонденти користуються нею постійно, також жодний з них не пояснив свій вибір всупереч рекомендації стоматолога. Як ми бачимо, молодь не враховує те, що відноситись до відбілювання зубів навіть за допомогою зубних паст треба дуже обережно, а також потрібно пам'ятати, що кожна паста має свої показання до застосування (діаграма 1).

Всі опитувані користуються в тій чи іншій мірі додатковими засобами та предметами гігієни. Найбільш частіше респонденти використовують жувальну гумку та ополіскувач (діаграма 2).

Діаграма 1



Діаграма 2



Невеликий відсоток опитаних мав шкідливу звичку – паління, що призводить до виснаження захисних властивостей організму та погіршенню результатів особистої гігієни ротової порожнини.

Щодо використання іригаторів, дані, отримані від юнаків та дівчат, збігаються, проте відсоток користувачів був дуже невеликий.

Отримані дані свідчать на користь того, що дівчата більше за юнаків піклуються над усуненням найменших косметичних та фізичних проявів недостатньої гігієни ротової порожнини, використовуючи різноманітні засоби.

Висновки. Мотивація студентів до правильної гігієни ротової порожнини є складним, але дуже важливим завданням. Багато студентів вважають себе дорослими та кажуть, що вдосконалювати свої знання з гігієни немає необхідності, що вони досить знайомі з причинами виникнення стоматологічних захворювань і методами їх попередження. Тому їх треба переконати в необхідності зміни своїх звичок для поліпшення стану ротової порожнини.

Дотримання правил гігієни ротової порожнини сучасною молоддю знаходиться на досить високому рівні, але існують певні недоліки у її проведенні. Водночас отримані результати суттєво відрізняються у представників різних гендерних груп. Це свідчить про необхідність активного проведення різних заходів гігієнічного навчання та виховання на базі індивідуального підходу.

Література

1. Терещенко Е.Н. Средства и методы индивидуальной гигиены полости рта: учеб.-метод. пособие / Е.Н. Терещенко, Т.Н. Манак, Г.Г. Сахар. — Минск: БГМУ, 2006. — 32 с.
2. Петрушанко Т.О. Клінічні та інформаційні аспекти галітозу у майбутніх лікарів і можливості його корекції / Т.О. Петрушанко, Н.В. Іленко, Н.М. Іленко // Современ. стоматология. — 2009. — № 3. — С. 79–82.
3. Цепов Л. М. Работа врача-стоматолога по формированию ответственности пациента за свое здоровье / Л.М. Цепов, Н.А. Голева // Стоматология детского возраста и профилактика. — № 1. — 2009. — С. 3–6.
4. Маслак Е.Е. Актуальные вопросы экспериментальной, клинической и профилактической стоматологии: сб. науч. тр. / Е.Е. Маслак, С.В. Ставская, Е.В. Романчук. — Волгоград, ВолгГМУ, 2009. — С. 75–79.
5. Казакова Р.В. Рівень гігієнічних знань студентів стоматологів / Р.В. Казакова, Н.Б. Кузняк, Н.В. Табачнюк // Новини стоматології. — 2009. — № 3. — С. 68–70.
6. Соколова И.И. Некоторые аспекты гигиены полости рта у детей дошкольного и школьного возраста / И.И. Соколова, Е.Г. Ярошенко // Вопросы экспериментальной и клинической стоматологии : сб. науч. тр. / ХНМУ. — Х., 2013. — Вып. 10: Современные достижения стоматологической науки, практики и образования : материалы научно-практической конференции с участием международных специалистов, посвященной 35-летнему юбилею стоматологического факультета Харьковского национального медицинского университета, Харьков, 18 октября 2013 г. — С. 38–39.
7. Улитовский С.Б. Индивидуальная гигиеническая программа профилактики стоматологических заболеваний / С.Б. Улитовский. — М.: Медицинская книга; Н. Новгород: Издательство НГМА, 2003. — 292 с.

Р.С. Назарян, А.В. Тищенко, А.С. Поляшенко, А.М. Лаппа, А.Ю. Афанасьева

АНАЛИЗ СРЕДСТВ И ПРЕДМЕТОВ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ПОЛОСТИ РТА СРЕДИ СТУДЕНТОВ 3 КУРСА ХНМУ

Целью нашего исследования был анализ диапазона средств и предметов для индивидуального ухода за полостью рта среди студентов. Было опрошено 70 студентов ХНМУ, в возрасте от 18 до 22 лет. Участникам исследования были заданы следующие вопросы: среднее количество раз чистки зубов в день; основные движения, применяемые при чистке; среднее время чистки; вид используемой зубной пасты; критерии выбора зубной щетки; применения вспомогательных средств гигиены: флосса, зубочисток, жевательной резинки, ополаскивателя и ирригатора, частота посещений стоматолога с целью профилактического осмотра, наличие вредных привычек (курение). Обработка полученных данных показала, что девушки больше юношей заботятся над устранением косметических и физических проявлений недостаточной гигиены полости рта, используя большее разнообразие средств и предметов. Использование ирригатора было на низком уровне как среди юношей, так и среди девушек, что свидетельствует о необходимости активного проведения различных мероприятий гигиенического обучения и воспитания на базе индивидуального подхода.

Ключевые слова: гигиена, профилактика, зубные щетки, зубные пасты, ирригатор.

R.S. Nazaryan, O.V. Tishchenko, A.C. Polashenko, A.M. Lappa, A.Yu. Afanasyeva

ANALYSIS OF THE USE OF PERSONAL HYGIENE PRODUCTS AND THINGS AMONG THE 3RD YEAR STUDENTS OF THE KHNMU

The aim of our study was to analyze the range of tools and items for individual oral care among students. During the research 70 students of KHMU, aged 18 to 22 years, were interviewed. Study participants were asked the following questions: the average number of times they brush their teeth per day; main movements used in cleaning; average cleaning time; the type of toothpaste used; toothbrush selection criteria; the use of hygiene aids: floss, toothpicks, chewing gum, rinse and irrigator, frequency of visits to the dentist for a routine examination, the presence of bad habits (smoking). Processing the data showed that female interviewees take better care of the removal of cosmetic and physical manifestations of poor oral hygiene than male interviewees, using a greater variety of tools and objects. The use of the irrigator was low both among boys and girls, which indicates the need for active implementation of various hygiene training and education activities based on an individual approach.

Keywords: hygiene, prevention, toothbrushes, toothpastes, irrigator.