

AFFEZIONI DENTALI

## Gengive che sanguinano?



Se la gengiva sanguina, occorre pulire meglio i denti. L'errore più grave sarebbe smettere di pulirli per non rovinare la gengiva.

(Foto: iStock)

**La saliva che sputate dopo aver lavato i denti contiene tracce di sangue? Non sottovalutate mai il sanguinamento delle gengive: potrebbe essere sintomo di una gengivite o di una parodontite, che a loro volta possono ripercuotersi sullo stato generale di salute.**

Sangue sul filo interdentale, tracce rossastre sugli alimenti che addentate, gengiva arrossata o gonfia: si tratta di segnali d'allarme che vanno presi sul serio, perché sono indicatori di un'infezione. Una gengivite insorge se non puliamo accuratamente i denti. In questo modo, infatti, si forma una patina contenente batteri che possono infiammare la gengiva. Se non si cura l'infezione, un'innocua gengivite può trasformarsi in una parodontite, ossia in un'infezione del parodonto, che avvolge i denti e li an-

cora in maniera elastica nell'osso alveolare, ammortizzando le sollecitazioni. Se la si lascia avanzare indisturbata, l'infiammazione può raggiungere l'osso alveolare e distruggerlo. Così i denti iniziano a vacillare e, mancando loro il sostegno, finiscono per cadere. Di norma, la malattia evolve molto lentamente e nella maggior parte dei casi

>> Continua a pagina 2

---

**> 2** Con due corone d'oro che oramai non servono più o con circa 50 franchi si può aiutare una persona diventata cieca a riacquistare la vista. Grazie al progetto «Oro vecchio per donare la vista» della Croce Rossa Svizzera, i pazienti dei medici dentisti svizzeri possono donare l'oro delle loro vecchie otturazioni per finanziare le operazioni di persone cieche che vivono in Africa e in Asia. Per ulteriori informazioni rivolgetevi al vostro medico dentista SSO o consultate il sito web [www.redcross.ch/it/orovecchio](http://www.redcross.ch/it/orovecchio).

>> Continua da pagina 1

all'insaputa dei pazienti, che non provano alcun dolore. Per questo motivo, se le gengive sanguinano, meglio sottoporsi a una visita dal proprio medico dentista.

### La parodontite va curata

Se si trascura una parodontite, non si rischia solo di perdere i denti, ma si mette anche sotto pressione tutto l'organismo. Da alcuni studi risulta infatti che la parodontite insorge contemporaneamente ad altre malattie sistemiche, come il diabete, e che vi è una correlazione tra queste patologie, tanto che i diabetici soffrono più spesso di parodontite dei non diabetici e che una parodontite può peggiorare il diabete. La parodontite co-

munque non è mai l'unica causa di simili malattie, tuttavia, se viene curata, si diminuisce il rischio di contrarre altre patologie.

### Cosa favorisce il sanguinamento delle gengive

Un'igiene orale insufficiente o non corretta contribuisce all'insorgere di una gengivite o di una parodontite. Anche i cambiamenti ormonali durante una gravidanza o l'adolescenza, lo stress e le malattie sistemiche come il diabete possono favorire il manifestarsi di una parodontite.

I fumatori espongono la loro gengiva e tutto il loro corpo a un rischio accresciuto di infiammazioni e rispondono meno bene ai trattamenti. Nei fuma-

tori, il decorso di una parodontite è nettamente peggiore, perché i tessuti vengono distrutti molto più velocemente che nei non fumatori.

### Se non c'è patina sui denti, non c'è infiammazione

Il decorso di una parodontite può generalmente essere arrestato con un trattamento sistematico. La placca batterica, fattore scatenante della parodontite, deve essere rimossa completamente sottoponendosi a una pulizia professionale nello studio medico dentistico. In tale occasione, il personale specializzato mostra ai pazienti come pulire correttamente i denti e curare la gengiva. Non basta pulire le superfici lisce, chi soffre di parodontite deve rimuovere anche la placca che si deposita negli spazi interdentali e sul bordo gengivale. Pulire i denti è il miglior modo per evitare che le gengive sanguinino. I batteri, infatti, fanno fatica ad annidarsi sui denti puliti, quindi: se non c'è placca, non c'è infiammazione.

La parodontite è l'infiammazione del parodonto, ossia dell'apparato di sostegno dei denti. Il parodonto è formato dalla gengiva, dal cemento radicolare, dal legamento parodontale e dall'osso alveolare.

## SALUTE ORALE

# Salivazione insufficiente negli anziani

Molte persone anziane soffrono di secchezza del cavo orale. A risentirne è la salute orale, perché la saliva ha una funzione antibatterica e neutralizza gli acidi, proteggendo così i denti.



Nella stagione fredda un bel tè fa bene anche alla bocca, a patto che non sia zuccherato. (Foto: iStock)

Rispetto ai giovani, gli anziani sentono meno lo stimolo della sete e in media assumono più farmaci. Molti principi attivi contenuti nei farmaci possono causare, come effetto collaterale, secchezza della bocca. Con il passar degli

anni, quindi, la salivazione diminuisce, il che si ripercuote sulla salute orale. La saliva, infatti, facilita la masticazione e la deglutizione, e aiuta a rimuovere i resti di cibo; inoltre protegge i denti dai batteri e contiene minerali, che rafforzano

lo smalto dei denti. Una salivazione insufficiente può causare alitosi, alterare il gusto, rendere sempre più difficoltosa la deglutizione e la fonazione, e dare una sensazione di bruciore alla lingua e alle labbra. La carie, inoltre, si sviluppa più facilmente e le ferite guariscono più lentamente.

### Come stimolare la salivazione

- Bere molto, soprattutto acqua e tè non zuccherato.
- Masticare gomme senza zucchero.

### Altri consigli in caso di secchezza del cavo orale

- Curare l'igiene orale e usare un dentifricio contenente fluoruri.
- Consumare cibi neutri: evitare alimenti molto acidi, dolci e molto speziati.
- Respirare attraverso il naso e non dalla bocca.
- Parlare con il medico dentista dei prodotti usati per la pulizia dei denti e delle abitudini in fatto di pulizia dei denti.
- Analizzare con il medico i farmaci prescritti e, se del caso, preferire prodotti che non inibiscono la salivazione.
- Non fumare.

# Bambini con denti sani grazie all'Azione Salvadenti

Dopo le gomme da masticare e le caramelle «amiche dei denti», per la prima volta l'Azione Salvadenti conferisce il logo del dentino felice sotto l'ombrello a un dentifricio per bambini. Il dentifricio «edel+white 7 frutti» contiene fluoruro biodisponibile, indispensabile per prevenire la carie.



Certificato dall'Azione Salvadenti: il dentifricio per bambini «edel+white» ai sette frutti.



I prodotti con il dentino felice sotto l'ombrello sono «amici dei denti»: garantito!

Le sostanze contenute nel dentifricio per bambini «edel+white» sono naturali e a misura di bambino: il dentifricio è privo di glutine, non contiene coloranti artificiali, aromi, agenti schiumogeni aggressivi (SLS) o parabeni (conservanti artificiali). La formula protettiva naturale con 500-680 ppm di fluoruro, estratto di tè verde e vitamina E rende più saldi i denti e protegge lo smalto. I sette gusti danno al dentifricio un gradevole sapore di frutta, senza essere dolce. Il dentifricio è ideale per la pulizia quotidiana dei denti dal momento in cui spunta il primo dentino fino ai sei anni. Il dentifricio per bambini «edel+white» ai sette frutti può essere acquistato nelle farmacie Coop Vitality oppure sullo shop online [www.lachstark.com](http://www.lachstark.com).

## Impegnati per la salute orale dei più piccoli

Per garantire che sin da piccoli i bambini capiscano l'importanza della salute orale, nel 2007, in collaborazione con l'associazione che riunisce le responsa-

bili dei preasili, l'Azione Salvadenti ha lanciato un progetto di prevenzione della carie, con il quale promuove merende «amiche dei denti» nei preasili e spiega ai bambini e ai genitori come prevenire la carie. A tale scopo, le responsabili dei preasili seguono un corso gratuito, al termine del quale possono definire il loro preasilo «amico dei denti». Finora oltre 500 responsabili di preasili hanno partecipato al corso.

## Un logo affidabile

Con il marchio del dentino felice sotto l'ombrello, l'associazione garantisce che i prodotti che riportano questo simbolo sul proprio imballaggio non provocano né carie né erosioni. Oltre il 90 per cento della popolazione svizzera conosce il dentino felice che contraddistingue i dolci «amici dei denti». Già a scuola, durante le lezioni in cui si esercitano a pulire i denti, ai bambini viene spiegata la funzione del dentino felice, che è quella di indicare quali sono i prodotti che non danneggiano i denti. Sul sito web dell'Azione Salvadenti sono elencati tutti i prodotti certificati in Svizzera.

L'associazione di utilità pubblica Azione Salvadenti è stata costituita nel 1982 da professori di tutte le cliniche universitarie di medicina dentaria svizzere e, da allora, si impegna a favore della salute orale della popolazione del nostro paese. Con i suoi 1'000 e più soci individuali, tra cui figurano medici dentisti, igieniste dentali e operatrici di prevenzione dentaria, l'associazione Azione Salvadenti può contare su un'ampia rete di specialisti. Anche i pazienti possono aderire all'associazione pagando un contributo annuo di 50 franchi e approfittare così di alcuni vantaggi.

## Per ulteriori informazioni:

[www.zahnfreundlich.ch](http://www.zahnfreundlich.ch); 061 271 22 25; [info@zahnfreundlich.ch](mailto:info@zahnfreundlich.ch)



## Di tutto un po'

### Farmaci nemici dei denti

Diversi farmaci possono provocare danni ai denti, perché contengono molto zucchero o seccano la bocca. Si può però ridurre questo rischio assumendo i farmaci prima dei pasti e pulendo accuratamente i denti dopo ogni pasto. Attenzione con i bambini: meglio somministrare la dose della sera, per esempio dello sciroppo contro la tosse, prima della pulizia dei denti.

### Lo spazzolino del futuro?

Amabrush, una start up austriaca, vuole rivoluzionare l'igiene orale: ha ideato il primo spazzolino automatico che pulisce i denti in soli 10 secondi. L'aspetto è quello di una dentiera con doppia spazzola. Una volta infilata in bocca, basta schiacciare un pulsante, poi una piccola pompa inietta il dentifricio sulle setole e un micromotore le fa vibrare.

### Nell'età della pietra i denti erano dritti

Alcuni ritrovamenti ossei lo dimostrano: le malposizioni dei denti sono un problema dei tempi moderni, i cacciatori e i raccoglitori non avevano praticamente neanche un dente storto. Uno studio recente, infatti, attribuisce questo fatto al cambiamento delle abitudini alimentari in seguito all'avvento dell'agricoltura. Il consumo di cereali, infatti, sollecitava meno la mascella e la mandibola, che si sono così rimpicciolite, mentre i denti sono rimasti delle stesse dimensioni.

### I molari dei sei anni

I primi denti permanenti spuntano dietro agli ultimi molari decidui, generalmente all'età di sei anni e spesso senza che i bambini o i loro genitori se ne accorgano. Affinché questi molari permanenti vengano puliti correttamente sin dall'inizio, i genitori dovrebbero controllare regolarmente se sono già spuntati.

Per ulteriori informazioni su questi temi: [www.sso.ch](http://www.sso.ch)

## AFFEZIONI DENTALI

# Macchie nere sui denti dei bambini

Il «black stain» è un'affezione innocua, che colpisce i denti dei bambini. Nemmeno pulendo accuratamente i denti si riesce a rimuovere le colorazioni nerastre.

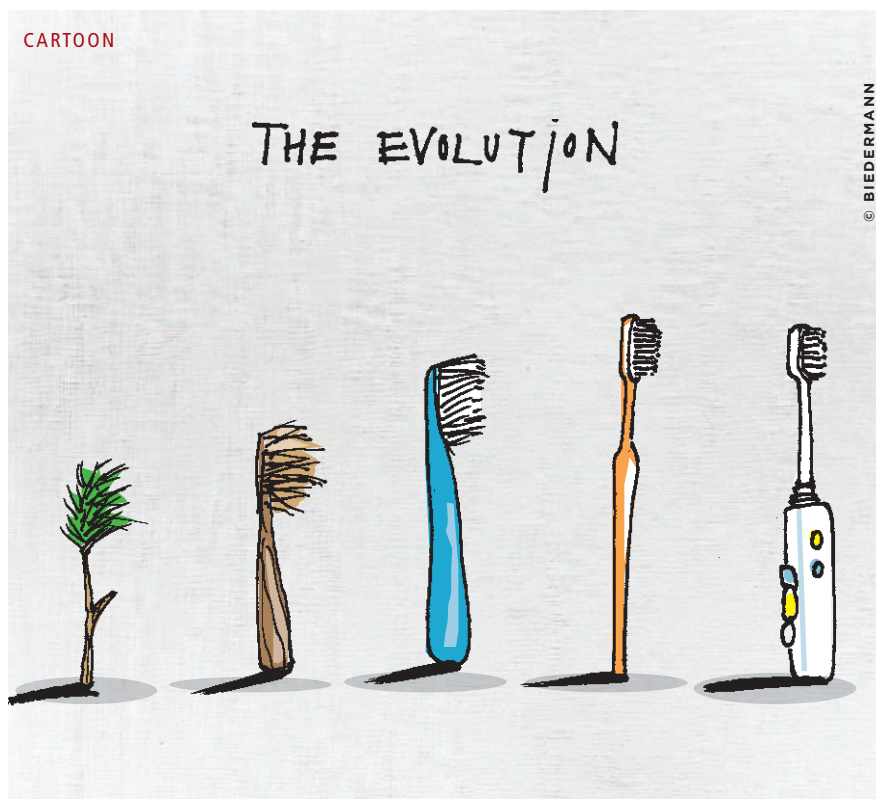
La visione non è proprio delle più belle: una patina persistente e nerastra lungo il bordo gengivale. Il «black stain» è un'affezione dentale che colpisce circa il 4 per cento dei bambini e degli adolescenti tra i 5 e i 15 anni. Nonostante abbiano i denti neri, però, generalmente questi bambini non hanno carie. Dal punto di vista medico, il «black stain» è innocuo, perché la patina nerastra non aggredisce né lo smalto né la gengiva.

### Batteri che colorano i denti

La causa è da ricercare nei batteri cromogeni che, oltre a depositarsi sui denti, li colorano. Il motivo per cui il «black stain» sparisca dopo l'adolescenza non è ancora stato oggetto di studi. Chi soffre di questa

affezione non può rimuovere da solo i depositi neri sui denti, ma deve sottoporsi a una pulizia professionale presso il suo studio dentistico di fiducia, dove i depositi vengono rimossi con una sabbia-trice ortodontica e della pasta specifica. Dopo un po', tuttavia, i denti assumono di nuovo la colorazione nerastra, anche se vengono puliti con cura. Per i diretti interessati questa situazione può essere pesante perché se non si sa di che cosa si tratta, si pensa che la patina sia dovuta a una cattiva igiene orale. Ciò, però, non è vero: nella maggior parte dei casi i bambini e gli adolescenti che soffrono di questa affezione puliscono i denti molto più accuratamente dei loro coetanei, tanto che di solito hanno anche meno carie.

CARTOON



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft  
Société suisse des médecins-dentistes  
Società svizzera odontoiatri  
Swiss Dental Association

**SSO**

*I nostri dentisti.*

**Impressum** Commissione centrale d'informazione, Olivier Marmy / Servizio stampa e d'informazione SSO, casella postale, 3000 Berna 8 **Redattrice responsabile** Rahel Brönnimann  
**Ideazione grafica** Atelier Richner, Berna **Layout** Claudia Bernet, Berna **Stampa** Stämpfli AG, Berna  
**Fotografie** iStock **Copyright** SSO