

PROFILASSI

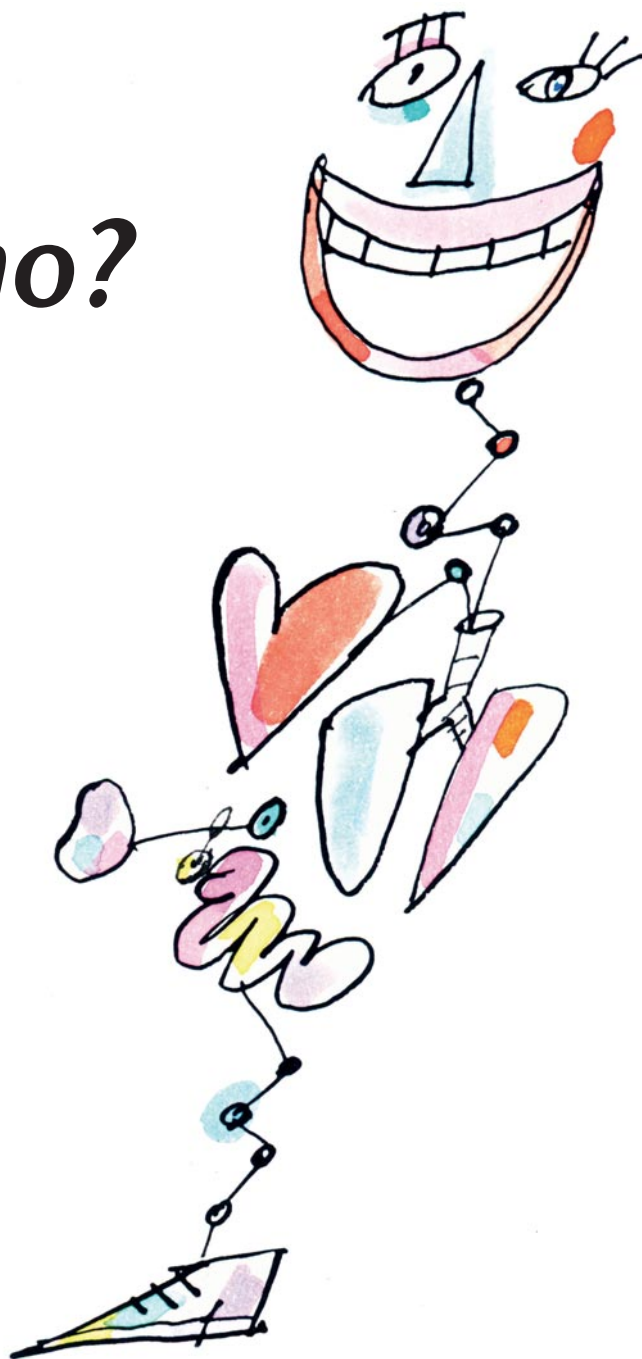
Bocca sana in corpore sano?

Tutti sanno che se non ci si lava i denti può formarsi una carie. Quasi nessuno, però, collega una cattiva igiene orale a una polmonite, a un parto prematuro o a un infarto, ma la correlazione c'è, eccome. La salute orale e lo stato di salute generale si influenzano a vicenda.

Le infiammazioni in bocca possono avere effetti su tutto l'organismo: i batteri presenti nel cavo orale possono finire in circolo nel sangue e causare problemi di salute. L'infiammazione dei tessuti di sostegno dei denti è provocata dai batteri presenti nella patina che si forma sui denti, sulla lingua, negli spazi interdentali e sul margine gengivale.

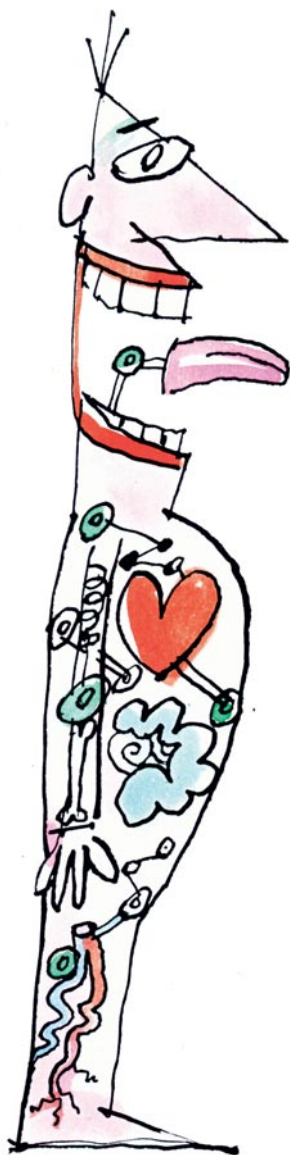
Diabete

La parodontite (l'infiammazione dei tessuti di sostegno dei denti) influisce sul decorso del diabete, una malattia metabolica. I diabetici non producono abbastanza insulina per regolare il tasso di zucchero nel sangue, o presentano una cosiddetta resistenza all'insulina. Se un diabete viene riconosciuto troppo tardi o non viene curato, si rischiano malattie secondarie e complicazioni, o addirittura la morte. I diabetici, infatti, possono perdere la vista o essere colpiti da infarto cardiaco. Per evitare simili complicazioni, i diabetici dovrebbero tenere sotto controllo la loro glicemia, per esempio seguendo una dieta sana, facendo movimento e usando preparati a base di



>> Continua a pagina 2

> 50 Oltre il 50% della popolazione europea soffre di affezioni alle gengive o al parodonto. Per frenare l'infiammazione e per guarire i tessuti, il medico dentista o l'igienista dentale rimuovono la placca batterica che si è formata sui denti malati. I pazienti devono comunque collaborare e pulire tutti i giorni i denti e gli spazi interdentali in maniera accurata. Una buona igiene orale è il presupposto per una terapia efficace.



insulina prescritti dal medico. La parodontite rende più difficile regolare il tasso di zucchero nel sangue: i focolai d'infiammazione in bocca fanno sì che le cellule non reagiscano sufficientemente all'insulina, che in questo modo ha un effetto minore sulla glicemia. D'altro canto, il diabete ha ripercussioni sulla salute dei denti e della gengiva. Rispetto alle persone sane, i diabetici hanno una maggiore predisposizione alle infezioni batteriche, perché nel loro sangue vi sono più mediatori d'infiammazione. Inoltre, hanno spesso un sistema immunitario indebolito, il che permette ai batteri presenti in bocca di moltiplicarsi. Di conseguenza, i diabetici hanno maggiori probabilità di soffrire di parodontite o di carie.

Parti prematuri

Alcuni ricercatori hanno scoperto che il pericolo di un parto prematuro aumenta sensibilmente se la futura mamma soffre

di una parodontite trascurata. Al momento sono state formulate due ipotesi: i batteri presenti nel cavo orale provocano la rottura prematura delle membrane e quindi le doglie, oppure inibiscono la crescita del feto.

Durante la gravidanza, il rischio di gengivite e di parodontite aumenta. A causa dei cambiamenti ormonali, la gengiva risulta più sensibile e reagisce in misura maggiore agli stimoli esterni: i batteri presenti nella placca che si crea sui denti irritano maggiormente e più velocemente la gengiva.

Problemi cardiocircolatori

Se trascurata, una parodontite aumenta il rischio di problemi cardiocircolatori, che possono avere esito letale. I batteri responsabili della parodontite possono, da un lato, essere trasportati dal sangue nel resto dell'organismo e, dall'altro, restringere i vasi, peggiorando così l'irrorazione sanguigna e ostruendo le arterie. Il sangue coagula più velocemente, aumentando così il rischio di infarto cardiaco. In caso di parodontite grave, inoltre, il rischio di ictus è da due a tre volte più alto.

Malattie delle vie respiratorie e reumatiche

Una cattiva igiene orale aumenta il rischio di malattie delle vie respiratorie. I batteri presenti nel cavo orale vengono aspirati in gola e nei polmoni, dove possono provocare malattie come la bronchite e la polmonite.

Anche tra le parodontiti e le malattie reumatiche vi è una correlazione. Queste patologie hanno un decorso molto simile tra loro e si rafforzano a vicenda: in seguito a un'infiammazione, gradualmente il tessuto endogeno dell'organismo, per esempio le cartilagini e le ossa, vengono intaccate. Un'artrite reumatoide, per esempio, può peggiorare l'infiammazione del parodonto e aumentare il riassorbimento osseo, d'altro canto l'enzima di un determinato tipo di batterio della parodontite favorisce

l'infiammazione e la distruzione delle articolazioni.

Avere cura della propria igiene orale conviene

Un'igiene orale accurata non permette solo di evitare la carie e di risparmiare denaro, ma riduce pure il rischio di contrarre numerose malattie sistemiche. Si consiglia quindi di pulire i denti e gli spazi interdentali dopo ogni pasto, di usare un dentifricio contenente fluoruri e di seguire una dieta povera di zuccheri e acidi.

Gengiva irritata? Subito dal dentista!

Una gengiva che risulta arrossata, gonfia, retratta o che sanguina, i colletti dei denti sensibili o un alito cattivo sono segnali di allarme di una parodontite. In tutti questi casi conviene andare da un medico dentista SSO. La cosa migliore, comunque, è sottoporsi regolarmente a visite di controllo e farsi controllare i denti e la gengiva. Sottoponendosi a visite dall'igienista dentale e a controlli dal medico dentista si mantengono sani sia la bocca che il corpo.



Ulteriori informazioni su www.boccasana.ch

La campagna «Azione Salute orale in Svizzera» di quest'anno è dedicata alla correlazione tra salute orale e stato di salute generale. La campagna è organizzata ogni due anni dalla SSO, da Swiss Dental Hygienists e dalla Ricerca elmex®.

Sul sito www.boccasana.ch trovate maggiori informazioni sul tema e un concorso con fantastici premi.





Chi cura la propria igiene orale evita danni ai denti. Il sistema attuale di cure dentarie punta sulla responsabilità del singolo e sulla prevenzione: una ricetta vincente. (Foto: iStockphoto.com)

ASSICURAZIONE PER LE CURE DENTARIE

Un'assicurazione malattia obbligatoria per le cure dentarie?

Da qualche tempo i partiti di sinistra di diversi cantoni della Svizzera occidentale chiedono che i costi per le cure dentarie siano coperti da un'assicurazione malattia obbligatoria. La Società svizzera odontoiatri SSO si oppone a questa proposta: una simile assicurazione metterebbe in pericolo il modello svizzero, che si è rivelato vincente, e avrebbe dei costi molto elevati.

Carolina Bianchi* ha 32 anni e in tutta la sua vita ha avuto una sola carie. Ciò, però, non è dovuto al caso: dopo ogni pasto, Carolina si lava a fondo i denti con un dentifricio contenente fluoruri, consuma raramente bevande zuccherate o dolci, e prima di andare a dormire pulisce gli spazi interdentali con il filo. Una volta all'anno va dall'igienista dentale e ogni due anni si sottopone a una visita di controllo dal medico dentista: generalmente si tratta di visite brevi. Ogni anno, Carolina spende circa 150 franchi per queste visite.

La situazione è ben diversa per il suo collega Teo*, che prende un po' alla leggera la sua igiene orale. Anche se gli basterebbe dedicare pochi minuti alla cura quotidiana dei propri denti, Teo si accontenta di una pulizia superficiale. Di conseguenza non stupisce che, a ogni visita di controllo, la sua denti-

sta debba otturarli una carie e che le sue fatture per le cure dentarie siano più salate di quelle di Carolina.

I danni ai denti si possono evitare

Nessuna malattia presenta una correlazione così chiara e provata scientificamente tra comportamento personale e insorgenza della stessa quanto le patologie del cavo orale: chi ha cura della propria igiene orale, evita i danni ai denti. Per questo motivo le cure dentarie per i danni evitabili non sono incluse in quelle riconosciute dall'assicurazione malattia, ma si basano sulla profilassi e sulla responsabilità del singolo. Chi, come Carolina, ha un'igiene orale accurata, viene premiata con una buona salute orale e con cure dentarie poco costose.

Il sistema è corretto ed equo, ciononostante vi sono persone che lo vorreb-

bero cambiare: nel canton Vaud i partiti di estrema sinistra hanno lanciato un'iniziativa con la quale chiedono che le cure dentarie siano coperte da un'assicurazione obbligatoria, da finanziare con una deduzione salariale del 1%, di cui metà a carico dei lavoratori e l'altra metà a carico dei datori di lavoro. Carolina guadagna 6500 franchi al mese. Lei e il suo datore di lavoro dovrebbero quindi pagare 65 franchi al mese per un'assicurazione dentaria inutile, pari a 780 franchi annui, ossia a cinque volte quanto Carolina spende in un anno per le sue visite di controllo dal dentista. In questo modo sarebbe costretta a contribuire ai trattamenti dentari di Teo, che ha meno cura dei suoi denti. Nella stessa situazione di Carolina si troverebbe la maggioranza dei vodesi, perché

>> Continua a pagina 4

Di tutto un po'

Il biofilm: un'impronta

Da uno studio americano risulta che la composizione della placca batterica che si forma in bocca (il cosiddetto biofilm) cambia da una persona all'altra. In determinati gruppi sociali, infatti, si trovano gli stessi tipi di batteri. Il biofilm svela quindi a quale gruppo di popolazione appartiene una persona.

Riciclaggio

Dove buttare i vecchi spazzolini e i tubetti di dentifricio vuoti? Basta raccogliergli e spedirli per posta alla ditta Terracycle, che dà una nuova vita agli oggetti di plastica come gli spazzolini da denti o le penne a sfera: www.terracycle.ch

Dentifrici sbiancanti

I dentifrici che promettono di sbiancare i denti non fanno miracoli: sono molto meno efficaci di un bleaching professionale o di una visita dall'igienista dentale. Chi usa tutti i giorni i dentifrici sbiancanti può persino danneggiare i denti, poiché le sostanze abrasive contenute in tali dentifrici possono «smerigliare» lo smalto.

Bisfosfonati

Spesso, le persone affette da osteoporosi e i malati di cancro vengono trattati con bisfosfonati. Chi assume questi medicinali deve aspettarsi gravi complicazioni dopo trattamenti o operazioni molto invasive (p. es. l'estrazione di un dente), come problemi di rimarginazione delle ferite o distruzione dell'osso mascellare o mandibolare. È fondamentale che i pazienti che assumono bisfosfonati lo comunichino al loro dentista.

La tecnica di pulizia corretta

Non siete sicuri di pulirvi correttamente i denti? Chiedete consiglio al vostro dentista o alla vostra igienista dentale, che vi potranno fornire informazioni utili su come pulire i denti usando la tecnica corretta.

Per ulteriori informazioni su questi temi: www.sso.ch

>> Continua da pagina 3

le persone che vivono in Svizzera godono di un'ottima salute orale e in media spendono lo 0,6 per cento del loro salario per le cure dentarie.

Le cure dentarie non sono un lusso

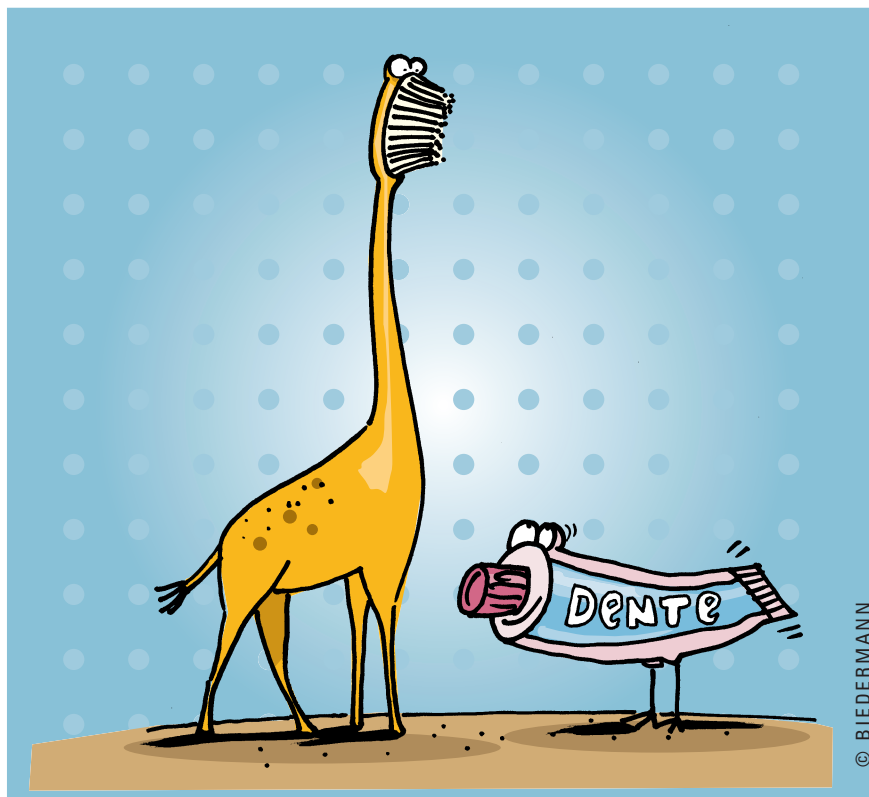
Gli iniziativaisti sostengono che in Svizzera le cure dentarie sono un lusso che non tutti possono permettersi, tanto che le persone bisognose rinuncerebbero a cure d'urgenza necessarie. È vero invece il contrario: anche le persone con un reddito modesto, come i beneficiari di aiuti sociali o i pensionati che hanno bisogno delle prestazioni complementari, hanno accesso alle cure dentarie. In caso di affezioni ai denti che non sono insorte per colpa del diretto interessato, come quelle dovute a una malattia sistemica, a un infortunio o a un'infermità congenita, i costi per le cure sono già oggi a carico delle assicurazioni sociali. Per i pochi casi che hanno effettivamente bisogno di aiuto occorrono soluzioni più mirate di un'assicurazione obbligatoria che si basa sul principio dell'innaffiatoio, quindi per

esempio programmi di prevenzione o aiuti finanziari mirati. Un'assicurazione obbligatoria per le cure dentarie farebbe esplodere i costi perché implicherebbe un aumento della burocrazia, più spese e meno stimoli a evitare i costi: perché mai curare i denti se le cure vengono coperte dall'assicurazione?

Il modello svizzero

Grazie alla responsabilità individuale e alla prevenzione, negli ultimi 50 anni la carie tra gli allievi in Svizzera è diminuita del 90 per cento e, nel confronto internazionale, la salute orale delle persone che vivono nel nostro paese è ottima. La qualità delle nostre cure dentarie è eccellente: i nostri medici dentisti SSO adeguano perfettamente le cure ai bisogni dei loro pazienti, il che non sarebbe più possibile se un'assicurazione stabilisse le regole e imponesse i piani di cura. Sarebbe un vero peccato mettere a repentaglio con superficialità il modello svizzero, che si è dimostrato ampiamente vincente!

*Nome cambiato dalla redazione.



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 Redattori responsabili Felix Adank e Rahel Brönnimann Ideazione grafica Atelier Richner, Berna Layout Claudia Bernet, Berna Stampa Stämpfli Publikationen AG, Berna Fotografie iStockphoto Copyright SSO