

## XXVII Недеља здравља уста и зуба 2017.

### „Осмехни се здраво“

Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут“ са мрежом института/завода за јавно здравље и Стоматолошким факултетом Универзитета у Београду од 15. до 21. маја 2017. године обележавају Недељу здравља уста и зуба под слоганом „Осмехни се здраво“.

Недеља здравља уста и зуба, се, од 1991. године, обележава традиционално треће недеље маја бројним активностима као што су јавне и друге манифестације у којима учествује стручна јавност, али и општа популација. Носиоци и координатори активности током Недеље здравља уста и зуба на нивоу округа су окружни институти и заводи за јавно здравље, а за територију сваке општине службе стоматолошке заштите домова здравља, уз активно учешће приватне стоматолошке праксе, локалне заједнице, приватног сектора и удружења грађана.

Мере заштите зуба треба спроводити током читавог живота почевши и пре ницања зуба, тј. током трудноће. Посебно значајна циљна група за превентивни рад су труднице и деца школског и предшколског узраста код којих се могу спровести скоро све мере заштите сталних и преосталих млечних зуба. У предшколском и школском узрасту се и много тога научи о оралном здрављу и навике о хигијени се устаљују. Из наведених разлога, у оквиру ове кампање посебно су активна деца предшколског и основношколског узраста, наставници и родитељи.

Главни фактори ризика, као што су пушење, употреба алкохола и неправилна исхрана са великом количином масти, соли и шећера доприносе развоју болести уста и зуба. Ризик обољевања од малигних болести усне дупље је 15 пута већи када се комбинује више фактора ризика као што су употреба дувана и алкохола. Стога је у оквиру Недеље здравља уста и зуба, поред препорука које се односе на редовне контроле код стоматолога и одржавање хигијене, потребно нагласити и значај ових фактора ризика.

Циљеви обележавања Недеље здравља уста и зуба су:

- Указати на значај оралног здравља и на могућност да се применом адекватних мера добро орално здравље може одржати током читавог живота.
- Утицати на побољшање здравља уста и зуба деце и на стварање навике правилног одржавања хигијене и примену мера неопходних за очување оралног здравља.
- Допринети да се повећа број људи са очуваним оралним здрављем.
- Подстицати доносиоце одлука за подршку мерама за унапређење оралног здравља становништва.
- Мобилисати све секторе друштва на заједничке акције које имају за циљ промоцију оралног здравља.

Орално здравље има велики утицај на опште здравље, самопоуздање, проблеме у друштвеним односима, а утиче и на кључне функције као што су говор и спавање и не представља само здравље зуба већ и усне дупље укључујући и здрав језик, меко и тврдо непце, десни, усне. Као и претходне године слоган кампање „Осмехни се здраво“ указује на значај доброг оралног здравља за свакодневне активности као што су говор и смех.

Опште препоруке за очување оралног здравља су:

- Одржавање адекватне хигијене, што подразумева редовно прање зуба ујутро и увече као и после сваког оброка и коришћење конца за зубе
- Смањење уноса шећера и избалансирана исхрана
- Коришћење заштитне опреме за спортске активности и придржавање прописаних мера безбедности у саобраћају
- Безбедно физичко окружење
- Посете стоматологу ради редовне контроле, уклањање зубног каменца од стране стоматолога
- Престанак или смањење конзумирања алкохола
- Престанак пушења.

#### Показатељи оралног здравља становништва Србије

- Према последњем истраживању здравља становништва Србије из 2013. године, у Србији је мање од половине (45,6%) становништва проценило стање својих зуба и усне дупље као добро.
- Становници нижег образовног статуса и лошег материјалног стања у значајно већем проценту сопствено орално здравље процењују као лоше и у значајно мањем проценту редовно перу зубе. Ово указује на потребу изналажења начина да се повећа обухват становника из ових циљних група здравственоваспитаним радом и превентивним стоматолошким прегледима.
- Само 8,3% становника узраста 25 година и више имају све своје зубе.
- Највиши проценат оних који редовно перу зубе (72,9%) су млади узраста од 15 до 24 године.

#### Подаци о оралном здрављу у свету

- У свету 60–90% школске деце и близу 100% одраслог становништва има зубни квар.
- Трећина становништва 65–74 године старости у свету нема ниједан свој зуб.
- У свету је, међу децом узраста 6–12 година, 16–40% деце имало неку трауму зуба услед небезбедних игралишта и школског окружења, саобраћајних удеса и насиља.
- Обољења потпорног апарата зуба, која могу довести до губитка зуба, присутна су код 15–20% светске популације старости 35–44 године.
- Инциденција (број нових случајева) малигнух обољења уста се креће од 1 до 10 случајева на 100.000 људи у већини земаља.
- Број оболелих од карцинома уста је релативно чешћи међу мушкарцима, старијим људима и људима са лошијим социоекономским статусом. Употреба дувана и алкохола су главни фактори ризика повезани са овим малигнух обољењима.