

Anna Ostrowska

Wpływ nawyków żywieniowych na stan zdrowia jamy ustnej 18-letniej młodzieży licealnej

STRESZCZENIE

Schorzenia jamy ustnej są obecnie jednymi z najczęściej występujących schorzeń w społeczeństwie. Dotyczą one zarówno uzębienia jak i tkanek podtrzymujących zęby i stanowią problem leczniczy od najmłodszych lat do późnej starości.

Ze względu na wieloczynnikową etiologię tych schorzeń trudno jest wyodrębnić populację osób szczególnie na nie narażonych i jednocześnie wdrożyć odpowiednią celowaną profilaktykę w tym kierunku. Szeroko opisywany w literaturze wpływ higieny jamy ustnej na stan zdrowia znalazł swoje odzwierciedlenie w promocji odpowiednich past, szczoteczek oraz innych akcesoriów ułatwiających jej utrzymanie

Jednym z istotnych czynników etiologicznych schorzeń jamy ustnej są nawyki żywieniowe. Odpowiednio skomponowana i właściwie spożywana dieta powinna stanowić istotną część programu profilaktycznego, mającego na celu poprawę sytuacji zdrowotnej dzieci i młodzieży. Ocena stanu narządu żucia dzieci i młodzieży wskazuje na duże problemy zdrowotne jamy ustnej i potrzebę podejmowania stosownych działań profilaktycznych już we wczesnym okresie życia dziecka.

Celem pracy była ocena współzależności próchnicy i chorób przyzębia z nawykami żywieniowymi w populacji osiemnastolatków z liceów ogólno-kształcących. Badano również związek występowania chorób jamy ustnej z warunkami socjalno-bytowymi. Praca miała na celu zweryfikowanie nawyków żywieniowych sprzyjających profilaktyce i leczeniu schorzeń jamy ustnej. Dokonano również pomiaru stężenia wybranych cytokin prozapalnych (IL-6, IL-8, TNF-alfa) w ślinie niestymulowanej i podjęto próbę ich zdefiniowania jako markerów występowania próchnicy.

Grupę badawczą stanowiła osiemnastoletnia młodzież licealna z Białegostoku. Badanie składało się z trzech części. W części pierwszej, w której uczestnicy odpowiadali na pytania kwestionariuszowe z zakresu nawyków żywieniowych i warunków socjalno-bytowych, wzięło udział 368 uczniów.

Kolejną część stanowiło kliniczne badanie stomatologiczne, na które wyraziło zgodę 284 osiemnastolatków. Ocenę stanu uzębienia i przyzębia przeprowadzono posługując się wskaźnikami PUW, Pl.I oraz GI.

Ostatni etap obejmował ocenę stężenia cytokin IL-6, IL-8, TNF- α w ślinie niestymulowanej. Badanie stężenia cytokin wśród tych uczniów przeprowadzono w grupie trzydziestu pięciu osób. W celu zbadania związku stanu zdrowia jamy ustnej ze stężeniem cytokin IL-6, IL-8 oraz TNF-alfa w ślinie pacjentów, zostały wydzielone grupy: kontrolna, obejmująca 9 osób bez objawów aktywnej próchnicy ($P=0$) oraz badana, obejmująca 26 osób z aktywną próchnicą ($P>0$).

W uzyskanych wynikach zaobserwowano wysoką frekwencję próchnicy, obejmującą badaną grupę w 100%, którą przeanalizowano pod kątem ich miejsca zamieszkania i nawyków żywieniowych. Wśród zwyczajów żywieniowych istotny wpływ na występowanie próchnicy odgrywało pojadanie między głównymi posiłkami i częstość spożywania słodczy. Średnia arytmetyczna liczba zębów z aktywną próchnicą (P) w przypadku osób pojadających (1,9) była niemal czterokrotnie wyższa w porównaniu do osób niepojadających (0,5). Najwyższe wartości wskaźnika PUW (wartość średnia 12,4), odnotowano w grupie osób spożywających słodczy codziennie, podczas gdy wartość średnia tego wskaźnika wśród osób spożywających słodczy co najwyżej kilka razy w miesiącu wynosiła 10,1 .

Prowadzone badania wykazały istnienie znacznego wpływu żywienia na występowanie schorzeń przyzębia. Pojadanie owoców między posiłkami zmniejszało odkładanie się płytki nazębnej (mediana wskaźnika Pl.I dla osób pojadających 0,3, dla niepojadających 0,5). Natomiast pojadanie kanapek, słodczy i potraw z wysoką zawartością tłuszczów nasyconych sprzyjało odkładaniu się płytki.

Część nawyków żywieniowych miała również wpływ na stan kliniczny dziąseł badanych osób. Pozytywny wpływ miały: pojadanie owoców (mediana wskaźnika GI dla osób pojadających 0,1, dla niepojadających 0,3), pojadanie warzyw (mediana wskaźnika GI dla osób pojadających 0,0, zaś dla niepojadających 0,2), spożywanie mleka (mediana wskaźnika GI dla osób często spożywających mleko 0,0, zaś dla spożywających je rzadko 0,2), spożywanie jabłek (mediana dla osób spożywających je często 0,1, dla spożywających rzadko 0,3) oraz spożywanie marchwi (mediana dla osób spożywających ją często 0,1, dla spożywających rzadko 0,3). Niekorzystnie na kondycję dziąseł wpływało: pojadanie chipsów między posiłkami (mediana wskaźnika GI dla osób pojadających 0,2, zaś dla niepojadających

0,0) oraz korzystanie z barów szybkiej obsługi (mediana wskaźnika GI dla osób korzystających 0,5, zaś dla niekorzystających 0,1).

Wyniki badań śliny wykazały, że średnie stężenia cytokin prozapalnych w ślinie takich jak IL-6, IL-8 i TNF-alfa są statystycznie wyższe u pacjentów z próchnicą aktywną w stosunku do osób bez objawów próchnicy aktywnej.

W świetle uzyskanych wyników zostały sformułowane następujące wnioski. W badanej grupie młodzieży stwierdzono 100% frekwencję próchnicy przy stosunkowo dobrej kondycji klinicznej dziąseł i niskim wskaźniku gromadzenia się płytki nazębnej. Nawyki żywieniowe (w szczególności pojadanie) oraz miejsce spożywania posiłków (bary szybkiej obsługi) miały istotny wpływ na stan zdrowia uzębienia i dziąseł badanej młodzieży. Dieta bogata w warzywa i owoce oraz produkty mleczne wpływała korzystnie na stan zdrowia jamy ustnej. Niekorzystne zaś skutki w tej kwestii stwierdzono w przypadku spożywania nadmiernej ilości tłuszczów nasyconych, słodczy i produktów wysokoprzetworzonych. Oceniane w ślinie badanych uczniów z aktywną próchnicą stężenia wybranych cytokin prozapalnych (IL-6, IL-8, TNF-alfa) były istotnie wyższe w porównaniu do grupy młodzieży wolnej od próchnicy aktywnej.

W związku z wysoką frekwencją próchnicy wśród dzieci i młodzieży istotną staje się potrzeba wyodrębnienia grupy osób szczególnie na nią podatnych. Ślina, jako przy-stępny materiał diagnostyczny, może być wykorzystana do wczesnej diagnostyki stanów patologicznych w jamie ustnej już u najmłodszych dzieci, a stężenie zawartych w niej cytokin prozapalnych markerem zmian próchnicowych w uzębieniu.