



Самое распространенное заболевание в мире — **кариес**. Девять человек из десяти знают об этом заболевании не понаслышке. Естественно, что вокруг такой популярной болезни бродит множество выдумок и заблуждений.

Миф первый. Кариес возникает, если есть много сладкого

Последние исследования роли углеводов в возникновении кариеса выяснили, что все дело — во времени их пребывания в полости рта после еды. Мелкие частицы пищи остаются между зубов, в складках слизистой оболочки и на языке. Сахар, сладкие напитки, шоколад и некоторые кондитерские изделия быстро растворяются слюной и вымываются, а вот сложным углеводам, находящимся в хлебобулочных изделиях, мясных продуктах или фруктах, требуется больше времени, поэтому прямо в полости рта начинается их расщепление. В нем участвуют не только ферменты слюны, но и микроорганизмы. Выделяемые ими продукты расщепления пищи и являются одним из факторов возникновения кариеса.

Миф второй. Кариес — это дырки в зубах

Большинство пациентов обращаются к стоматологу только тогда, когда замечают дырку в зубе или когда возникает острая зубная боль. На самом деле первые признаки кариеса становятся видны задолго до появления дырок. На зубах возникают участки, которые теряют блеск, становятся более светлыми, иногда даже кажутся рыхлыми. Это — уже кариес. На этой стадии можно обойтись без бормашины, консервативными методами.

Если же на этом этапе стоматолог ваши зубы не видел, процесс усугубляется, в зубной эмали появляется углубление. Пока еще не больно, но появляются неприятные ощущения во время приема горячей, холодной или кислой пищи. Тут уже нужна пломба. Боль возникает уже при среднем и глубоком кариесе, именно на этой стадии человек и бежит к врачу. И врач ставит ему сложные пломбы. А если бы пациент обратился к доктору, когда еще не было боли, возможно, все зубы остались бы целыми. Вот почему стоматологи советуют проходить профилактический осмотр два раза в год, даже когда зубы не беспокоят.

Миф третий. Молочные зубы лечить необязательно — все равно выпадут

Неверно. Обязательно нужно обращаться к детскому стоматологу. Молочные зубы выпадают в результате физиологического рассасывания их корней. Между ними все это время находятся постоянные зубы, которые прорезываются на месте молочных. Если не лечить кариес молочного зуба, он может привести к воспалениям, нарушению сроков прорезывания, недоразвитию эмали или даже к полному расплавлению зачатка постоянного зуба.

Миф четвертый. Больные или здоровые зубы — вопрос наследственный. Если зубы хорошие, за ними можно и не ухаживать, а если плохие, как ни старайся, будет кариес

Это миф. Наследственность играет некоторую роль в состоянии зубов. Но кариес от наследственности зависит мало. Простые профилактические меры могут помочь предотвратить кариес, независимо от того, хорошие у мамы были зубы или не очень. Кстати, кариесом в нашей стране болеют 90% населения. И людей с полностью здоровыми зубами у нас практически нет.

Миф пятый. Лечить больной зуб «до последнего» не стоит, лучше удалить

Нет. Удаление зуба приведет к постепенному смещению соседних зубов, что отразится на внешнем виде и может создавать серьезные проблемы с жеванием. Смещение произойдет обязательно, потому что каждый из зубов зубочелюстной системы несет свою функцию и нагрузку. Поэтому лучше лечить зуб «до последнего». Но если

удаления не избежать, лучше сразу поставить имплант.

Миф шестой. Здоровая эмаль — белая эмаль

Нет. Абсолютно белых зубов в природе не бывает. Их цвет зависит от дентина и передается по наследству. Считается, что самые крепкие ткани зуба — те, цвет которых желтоватый.

Регулярные посещения стоматолога могут уберечь и от развития такого неприятного заболевания, как пародонтит. Первый «звоночек», указывающий на возможность развития этого заболевания, — если во время чистки зубов появляется кровь. Второе — когда на зубах появляется так называемый камень. Видели наверняка накипь внутри чайника. Примерно так зубной камень и выглядит. Если правильно, профессионально соблюдать гигиену полости рта, вовремя снимать зубной налет и зубной камень, то пародонтит не будет развиваться.