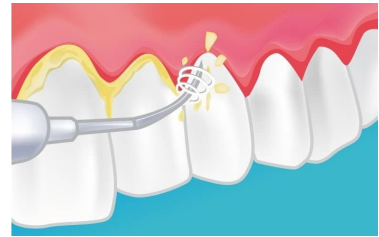


FUNTSEZKO JARDUERAK

DBE kobratzen duten pertsonekin, ikerketa bat egin dugu eta emaitzak aztertu ondoren hainbat patologia amankomunean azaltzen direla ikusi dugu. Patologiak hauek, txantxarra, gingibitisa, periodontitisa eta hortzen galerak dira. Hau konpondu ahal izateko, ondorengo tratamendu eskainiko ditugu klinikan:

- **Profilaxia:** gingibitisa tratatzeko eta gaixotasuna aurrera ez joateko egiten den hortzeginen garbiketa da. Honekin batera, higiene egokia nolakoa izan behar den azalduko diogu eta higiene ohitua har dezaten, eskuila, pasta eta haria oparitu diegu. Horrela, gaixotasuna berriro garatzea ekidin dezakegu.



- **Erroen arraspatzea eta leuntzea:** periodontitisa tratatzeko aplikatzen den tratamendua da. Tratamendu honek eragingo du gaixotasuna aurrera ez joatea eta hortzagina osasuntsu mantentzea..

- **Protesiak:** hortzeginik ez duten pazienteei, protesiak jarriko dizkiegu, ahoaren funtzionaltasuna ez galtzeko eta elikagaiak ondo murtxikatzeko. Protesiak aurretik daramatzaten pazienteei, errebisioak egingo dizkiogu eta protesia gaizki egokituta egonez gero, errebaseak egingo ditugu.



- **Betetzeak:** txantxarrak tratatzeko egiten den prozedura da. Honen helburua, hortzeginak ahoan mantentzea eta aho eta gorputz osasuntsu bat lortzea izango da.

Ahoa osasuntsu mantendu ahal izateko, honako informazioa ematen dugu:

- **Prebentzio orokorra:**

Osasuna, ongizate fisikoa, psikologikoa eta soziala da eta gizakia osasuntsu mantentzeko, beharrezkoa dugu gure ahoa zaintzea beste gauza askoren artean. Aho eta hortzen higienari buruz hitz egiten dugunean, ez gara bakarrik eskuilatzeaz ari, bizi ohitura egokiek ere eragin handia dute eta baita odontologoak erregularri bisitatzea, gutxienez urtean behin. Kontuan izan behar dugu, ez baditugula produktu eta material egokiak erabiltzen gure eguneroko higiene egiteko eta gure teknika ez bada egokia, gure osasuna kaltetzen egon gaitzkeela.

- **Aho eta hortzen higiene:**

Hortz-eskuila, pasta eta haria ezinbestekoak dira.

Hortz eskuilak, zuntz bigunak izan behar ditu, ondoko ehun bigunak ez kaltetzeko. Eskuilak 3 hilabetez behin aldatu behar dira higiene baldintzengatik. Gainera oso garrantzitsua da pazienteak gogoraraztea, eskuilarekin



hartzak ez ezik, oia eta mihia ere eskuilatu behar dira, odol-fluxua eragiteko eta mikroorganismoak kentzeko.

Pastari dagokionez, fluor eta fluor gabeko pastak existitzen dira. Fluorra dutenak, umeentzat gomendagarriak izan daitezke, txantxarrak saihesten laguntzen duelako. Hala ere kontuan hartu behar da, egunero fluorra hartzen dugula uraren bidez.

Hariari dagokionez, egunero pasatu behar da, otordu bakoitzaren ostean. Haria pasatzeko, 45cm hari hartu eta atzamar nagian bildu behar da gogor eusteko. Hatz lodi eta bizkorra erabili behar da haria tente mantentzeko. Haria atzetik aurrera mugitu behar da, indarra ez da egin behar.



- Bizi ohiturak:



Ahoan hainbat motatako gaixotasunak gerta dakizkiguke. Ohikoenak, txantxarrak, gaitz periodontalak, aho-minbiziak, gaixotasun infekziosoak eta traumatismo fisikoak dira. Gaixotasun gehienak saihesteko ematen ditugun gomendioak hauek dira:

- Dieta orekatua eramatea.
- Ez erretzea eta alkoholaren kontsumo oso txikia izatea.
- Eskuilatze teknika egokia aplikatzea.
- Dentistarenera gutxiene urtean behin joatea.
- Hartzaginak objektuak mozteko ez erabiltzea.