Кариес – это процесс медленного гниения зуба. Патология начинается с разрушения эмали и продолжается поражением твердых тканей. Это одно из наиболее распространенных заболеваний в стоматологии. Без мер профилактики и своевременного лечения патология распространяется на здоровые зубы. В пораженных тканях формируются полости, в которых могут скапливаться бактерии. В итоге это приводит к воспалительным процессам и потере зуба.

Причины

Основной причиной заболевания является активность патогенных бактерий на зубной ткани. В ротовой полости находится около миллиона микроорганизмов. Количество бактерий резко снижается после чистки зубов. Однако спустя несколько часов это число полностью восстанавливается. Бактерии прикрепляются к зубной эмали и постепенно начинают её разрушать. Активность патогенных микроорганизмов зависит от различных факторов, в том числе от сопротивляемости организма.

Среди основных причин развития кариеса нужно отметить следующие:

- нерегулярная или неправильная чистка зубов;

- избыток мягких углеводов и дефицит сырых овощей в рационе;

- недостаточное содержание кальция, фтора и фосфора в питьевой воде;

- патология формирования зубов, связанная с детским туберкулезом и рахитом;

- пониженный иммунитет;

- заболевания желудочно-кишечного тракта.

Все эти факторы приводят к росту числа бактерий. Для предупреждения процесса разрушения необходимо применять эффективные меры профилактики.

Стадии

Врачи выделяют следующие стадии кариеса:

- начальная,

- средняя,

- глубокая.

На начальной стадии на зубной эмали образуются пятна. В первую очередь появляются белые области деминерализации. После этого эмаль начинает темнеть и приобретает характерную шероховатость.

На средней стадии поражается слой дентина, который лежит сразу за эмалью. На этом этапе формируются кариозные полости.

При глубоком кариесе начинаются воспалительные процессы, которые приводят к различным осложнениям.

Меры профилактики

Развитие болезни можно предотвратить правильной чисткой зубов. Данная гигиеническая процедура должна осуществляться два раза в день. При этом чистка продолжается не менее двух минут. В процессе чистки необходимо уделить внимание межзубным пространствам, языку и околодесневой области. Для максимальной эффективности процедуры важно выбрать правильную пасту и щетку.

Другой мерой профилактики является использование ополаскивателя для рта каждый раз после приема пищи. Кроме того, жидкостью нужно пользоваться после утренней и вечерней чистки зубов.

Избежать кариеса можно восполнением дефицита фтора. В некоторых регионах эта проблема стоит особенно остро. Недостаток фтора приводит к потере прочности эмали. Проблема решается фторированием воды или применением специальных ополаскивателей с содержанием данного микроэлемента. В качестве дополнительной меры в рацион можно добавить морепродукты.

Для предупреждения заболевания избегайте приема резко холодной и горячей пищи. Температурный контраст приводит к появлению микротрещин на эмали. Эти разрушения провоцируют скопление патогенных бактерий.

Лучшим способом профилактики является регулярное посещение стоматолога. Обращайтесь в нашу клинику в любое время.