TLAČOVÁ SPRÁVA

Košice, 21.marec 2018

Študentom Lekárskej fakulty UPJŠ v Košiciach prednášal pri príležitosti Svetového dňa ústneho zdravia svetoznámy stomatológ Jiří Sedelmayer

Originálny program sa rozhodli pripraviť v utorok 20. marca 2018 na Svetový deň ústneho zdravia študenti Lekárskej fakulty UPJŠ v Košiciach. Okrem inštruktáže v dentálnej hygiene pre študentov a zamestnancov oslovili so žiadosťou o prednášku svetoznámeho stomatológa dr. Jiřího Sedelmayera, ktorý pozvanie medikov prijal. Tento pôvodne český emigrant vyštudoval medicínu v Nemecku a dlhé roky pôsobil na Univerzite v Hamburgu, kde ako prvý vôbec pedagóg prakticky vyučoval svojich študentov ústnu hygienu. V tejto oblasti získal svetové uznanie, stal sa otcom myšlienky vzniku jednozväzkovej zubnej kefky a prispel k vývoju extra jemnej a hustej zubnej kefky Curaprox. V školeniach v ústnej hygiene pokračuje aj po odchode do dôchodku a presťahovaní sa z Hamburgu do Prahy, pričom aj po sedemdesiatke organizuje prednášky a workshopy pre zubných lekárov a študentov v rôznych krajinách sveta.

Na Lekárskej fakulty UPJŠ privítala dr. Jiřího Sedelmayera prodekanka pre študijný program Zubné lekárstvo MUDr. Silvia Timková, PhD., ktorá ocenila nielen jeho ústretovosť, ale aj samotný záujem študentov o stretnutie s takouto kapacitou v oblasti ústneho zdravia. Ako poznamenala, študenti tak sami kreujú a obohacujú svoju výučbu.

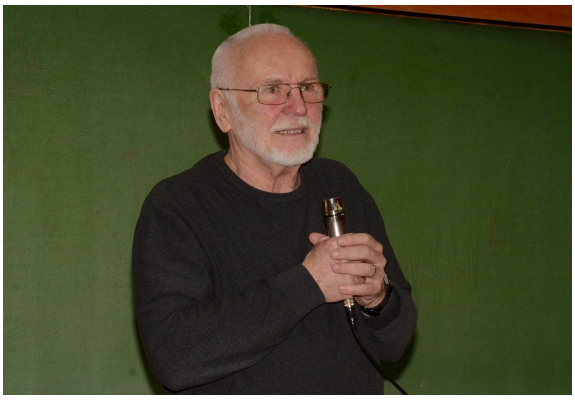

Foto: UPJŠ LF, Žofia Hnátová

V úvode stretnutia so študentmi im Jiří Sedelmayer prezradil čosi zo svojho osobného a profesionálneho života a následne odprednášal 4 prednáškové bloky, ktorých témy boli:

I. *Orálne zdravie obyvateľstva u nás a vo svete*
II. *Preventívne zubné lekárstvo vo výučbe a v praxi - chyby a ich príčiny*
III. *Povlakom podmienené ochorenia zubov, zápal ďasien a jeho vplyv na celkové zdravie*
IV. *Celoživotné zachovanie zdravého chrupu – reálna možnosť alebo utópia?*

Svoje päťhodinové vystúpenie začal varovnými štatistikami a informáciou, že keď je chce niekto zmenu, musí presne definovať neúspech. A ten je podľa neho dramatický, pretože napriek desaťročiam výučby dentálnej hygieny je výsledok mizivý.

Jiří Sedelmayer prednášal veľmi pútavo a odborné informácie okorenil mnohými citátmi podčiarkujúcimi danú tému, ako *„sme to, čo robíme opakovane“* či *„len vtedy si*

Kontakt: adresa: Trieda SNP 1, 040 11 Košice, tel: 055 234 3220, mobil: 0905 344 299
e-mail: jaroslava.oravcova@upjs.sk web: www.medic.upjs.sk

skutočne niečomu porozumel, keď si to schopný vysvetliť aj svojej starej mame“. Ako poznamenal, sám si ako začínajúci stomatológ položil otázku, či je lekár, alebo len opravár. Pretože lekár by podľa neho mal zdravotné problémy príčinne riešiť a predchádzať potenciálnym škodám, nie iba opravovať následky. A o to predovšetkým pri ústnej hygiene ide – predchádzať vzniku nebezpečného zubného povlaku, zápalov ďasien a zubných kazov.

„Zuby si čistia aj niektoré zvieratá, najčastejšie vetvičkami stromov, opice makaky boli dokonca pozorované, ako si čistia medzizubné priestory ľudskými vlasmi... Robia to rovnako amatérsky, ako niektorí ľudia pri používaní dentálnej nite, ktorá môže pri nevhodnom zaobchádzaní narobiť viac škody ako osohu, pretože sa zarezáva do ďasien,“ povedal okrem iného počas svojej prednášky.

Foto: Na UPJŠ LF privítala dr. Sedelmayera prodekanka pre študijný program zubné lekárstvo MUDr. Silvia Timková, PhD. a študent Frederik Orenčák + snímky z prezentácie dr. Sedelmayera a Jiří Sedelmayer s logom SSŚZL

Počas piatich hodín sa študentom snažil jednoducho vysvetliť najdôležitejšie princípy a vtesnať do obmedzeného časového priestoru základy toho, čo sa vyučuje celý semester. Po skončení prednášky sme ho požiadali, aby v krátkosti opísal, ako odporúča čistiť zuby a ďasná. ***„Najefektívnejšie a najšetrnejšie je čistiť si zuby jemne a pomaly, zub za zubom a to nielen veľké plochy, ale predovšetkým medzizubné priestory a oblasť v žliabku medzi zubom a ďasnom, preto by na prvom mieste malo byť použitie medzizubnej kefky so správnymi štetinkami pre konkrétny chrup toho-ktorého človeka. Na ostatné plochy zubov odporúčam použitie mäkkej a hustej rovnej zubnej kefky, ktorá nepoškodzuje zuby ani ďasná, a čo najmenšej, lebo sa lepšie dostane na neprístupnejšie miesta. Taktiež takzvanej jednozväzkovej kefky, ktorej sa hovorí aj sólo alebo singl. Použitie sily ani tvrdé štetiny usporiadané do bizardných tvarov na zuby nepatria, pretože na ich čistenie nepotrebujete obrazne povedané kefu na topánky, ale efektívny jemný nástroj, ktorý zotrie povlak aj zo zle dostupných miest. Zuby zbavené povlaku sú hladučké, no použitie silného tlaku nie je potrebné a ani nie je namieste. Umývanie zubov má vyzerať ako láskanie sa zo zubami... No povedzme si, že je vždy lepšie robiť aspoň niečo, ako nerobiť vôbec nič. A vedeli to už aj***

primitívni ľudia, veď zuby si paličkami z vetvičiek – akýmisi špáradlami - čistili už Neandertálci,“ zdôrazňuje. Znie to veľmi jednoducho, no podľa dr. Sedelmayera je čistenie zubov celá veda, ktorú často neovládajú ani samotní stomatológovia. Preto ani im samým sa nevyhýbajú kazy, zápaly a choroby, ktoré z nich vyplývajú. Pritom ***„len čistý zub nemôže ochorieť,“*** podčiarkuje a lenivcom odporúča používať sonickú elektrickú zubnú kefku.

Za organizátorov akcie hovorí študent študijného programu Zubné lekárstvo, viceprezident Slovenského spolku študentov zubného lekárstva Frederik Orenčák, ktorý dr. Sedelmayera spoznal na odbornom podujatí v Prahe a následne ho oslovil s pozvaním na prednášku pre študentov Lekárskej fakulty UPJŠ v Košiciach: ***„Som veľmi rád, že doktor Sedelmayer prijal naše pozvanie prednášať pre študentov na Lekárskej fakulte UPJŠ a môžem povedať, že pre mnohých bolo stretnutie s ním mimoriadnym zážitkom,“*** hovorí Frederik Orenčák, ktorý tiež so spolužiakmi pripravil pre ostatných študentov a zamestnancov fakulty praktickú inštruktáž ústnej hygieny priamo v priestoroch UPJŠ LF. ***„Povedali sme si, že keď s našou roadshow o správnej technike čistenia zubov cestujeme po celom Slovensku, prečo neponúknuť túto možnosť aj priamo na škole našim spolužiakom, pedagógom a ďalším zamestnancom fakulty. Ako konštatoval sám doktor Sedelmayer, v ústnej hygiene je dôležitá tak pravidelnosť ako správna technika, a veľakrát ani samotní zubní lekári neovládajú správny postup a preto si sami nečistia zuby správne a nenaučia to robiť dobre ani svojich pacientov... Je dôležité zdôrazňovať význam prevencie už u študentov medicíny a bola pre nás veľká česť, že nám o nej prišiel prednášať ‚kráľ českých zubárov‘ Jiří Sedelmayer,“*** dodáva.

Inštruktáž v priestoroch fakulty trvala počas prednášky dr. Sedelmayera od 9. do 14. hodiny a študenti rozdali záujemcom o ňu vyše 500 zubných kefiek. Neskôr mali študenti ešte možnosť stretnúť sa v priestoroch neziskovej organizácie Akadémia Košice na Bačíkovej ulici na workshope s dr. Fabiom Fowlerom z Brazílie, špecialistom na biele zubné plomby.

Foto: z inštruktáže čistenia zubov pre študentov a zamestnancov UPJŠ LF a návšteva dr. Sedelmayera v priestoroch Slovenského spolku študentov zubného lekárstva na fakulte

Túto tlačovú správu nájdete archivovanú na: ***www.medic.upjs.sk***

RNDr. Jaroslava Oravcová, PR manažérka

Kontakt: adresa: Trieda SNP 1, 040 11 Košice, tel: 055 234 3220, mobil: 0905 344 299
e-mail: jaroslava.oravcova@upjs.sk web: www.medic.upjs.sk