

UVEREJNENÉ: 6.6.2015 o 8:09 h.

www.skolskyservis.sk

Študenti poučili o správnom čistení zubov približne 4500 ľudí

Naučiť ľudí za pomoci inštruktáže správnu techniku čistenia zubov je cieľom najväčšej preventívnej akcie v oblasti ústneho zdravia na Slovensku, ktorá vyvrcholila v Košiciach.

Košice 6. Mája (TASR) – Roadshow nazvaná Spolu za zdravý a krásny úsmev odštartovala 22. Apríla v Bratislave a prešla postupne 19 miest. Zorganizoval ju Slovenský spolok študentov zubného lekárstva v duchu hesla "Keď neprídu pacienti do ambulancie, musia ísť (budúci) lekári do ulíc".



"Okrem Košíc sa nám podarilo zaškoliť v ústnej hygiene asi 4500, obyvateľov, z ktorých každý vďaka našim partnerom získal zubnú kefkú, medzizubnú kefkú alebo tzv. Single kefkú, s ktorými trénovali správnu techniku čistenia zubov," hovorí vedúci projektu Jakub Bavlšík, študent 4. Ročníka Lekárskej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (LF UPJŠ) v Košiciach. Medzi účastníkmi inštruktáží boli podľa neho rôzne vekové skupiny, prevažovali však deti. To vnímajú organizátori pozitívne, pretože starostlivosť o ústne zdravie má svoj význam aj pri mliečnych zúbkoch a návyky sa zakladajú už od útleho veku. Na treťom ročníku podujatí sa podieľala zhruba stovka študentov z troch slovenských univerzít – LF UPJŠ, LF Univerzity Komenského a Slovenskej zdravotníckej univerzity v Bratislave.



K častým chybám Slovákov pri čistení zubov patrí podľa Bavlšíka nesprávna technika v kombinácii so zubnou kefkou. Odporúča pritom používať radšej mäkkú zubnú kefkú, keďže je pre ľudí v používaní jednoduchšia. Pri tvrdej kefke totiž hrozí poškodenie mäkkých tkanív. ***"Vo všeobecnosti platí, že ak máme mäkkú zubnú kefkú, môžeme ňou robiť krúživý pohyb a očistíme celý zub. Niektorí majú radšej tvrdú zubnú kefkú, ale s ňou nie je dobré robiť krúživý pohyb, naopak je nutné robiť pohyb stieravý smerom od ďasna k zubu, aby nedošlo k odhaleniu zubných krčkov a k zničeniu úponu ďasna a zuba. To je to základné, čo sa snažíme ľuďom povedať,"*** priblížil pre TASR.

Slovensko sa nachádza vo výskyte zubného kazu na nelichotivých priečkach. Aj roadshow podľa študentov potvrdila, že Slováci majú čo doháňať – neraz im chýbajú dôležité informácie a správne návyky, ukazuje sa však aj isté zlepšenie. ***"Osobne vnímam, že ústnou hygienou sa zaoberá čoraz viac ľudí a zlepšujú sa aj ich návyky. Potvrdili sme si, že čoraz viac ich používa medzizubné a jednozväzkové kefky, ktoré dokážu zuby lepšie zbaviť zubného povlaku,"*** dodal Bavlšík.

Aktivitu študentov ocenil dekan LF UPJŠ Daniel Pella, podľa ktorého robia užitočnú aktivitu pre širokú verejnosť. ***"Popri tom nadobúdajú neoceniteľné skúsenosti v kontakte s pacientmi, ktoré neskôr v praxi využijú, keďže získajú dôležité zručnosti v komunikácii s pacientom rôzneho vzdelania a veku,"*** konštatoval.

Podľa odborného garanta projektu prednostu Kliniky stomatológie a maxilofaciálnej chirurgie LF UPJŠ a UNLP Andreja Jenču majú Slováci vo všeobecnosti veľké nedostatky v starostlivosti o ústne zdravie a praktické inštruktáže v zubných ambulanciách zjavne nestačia. ***"Takáto forma osvety je pre ľudí nevtieravá a osožná. Veľmi príjemnou formou***

môžu získať vedomosti a zafixovať si správne návyky v oblasti ústnej hygieny," poznamenal.



Čítajte na:

<http://skolskyservis.teraz.sk/vysoke-skoly/spravne-cistenie-zubov/18788-clanok.html>