

Finska - Råd och information gingivit och parodontit

Ohjeita ja tietoja ientulehduksesta ja hampaiden irtoamisesta

Terveet ikenet

Terveet ikenet ovat väriltään vaaleanpunaiset, hieman nystyiset ja ne ympäröivät hampaita kauluksen tavoin. Ikenen ja hampaan välissä on ientasku, joka on terveessä suussa 1-3 mm syvyinen. Terveet ikenet eivät vuoda verta harjattaessa hampaita oikealla tavalla.



Ientulehdus (gingiviitti)

Ientulehduksen aiheuttavat bakteerit. Mikäli muodostunut bakteeripeite, plakki, saa olla hampaan ympärillä, se aiheuttaa ientulehduksen eli gingiviitin. Tämän merkinä ikenet punottavat, turpoavat ja vuotavat helposti verta. Turvotus aiheuttaa ientaskun syvenemisen hampaan ympärillä, jolloin hampaiden puhdistaminen vaikeutuu. Ientulehdus voi parantua jättämättä pysyviä vaurioita. Tämä edellyttää hyvää ja säännöllistä suuhygieniää.



Hampaiden irtoaminen (parodontiitti)

Hoitamaton ientulehdus saattaa vaurioittaa hampaan kiinnitystä leukaluuhun ja johtaa hampaiden irtoamiseen, parodontiittiin.

Ientaskuun jäävät bakteerit kalkkeutuvat ja muodostavat hammaskiveä. Tällöin ientasku syvenee ja bakteerit tunkeutuvat entistä syvemmälle ja vahingoittavat hampaan kiinnityskudosta. Hammas alkaa liikkua ja pahimmassa tapauksessa se irtoaa täysin kiinnityksestään.



Parodontiitti paranee hoidolla, mutta siitä jää pysyvä kudosaaurio, joka tarkoittaa sitä, että menetetty hampaan kiinnityskudos ei uusiudu.

On tärkeää muistaa, että parodontiitti on krooninen sairaus, joka uusiutuu, mikäli suuhygieniä huononee tai keskeytyy hoidon jälkeen.

Miten voit ehkäistä ientulehdusta ja hampaiden irtoamista?

Itsehoito on tärkeintä

- Harjaa hampaat aamulla ja illalla, erityisen huolellisesti ikenien reunat.
- Pudista hampaiden välit hammaslangalla tai väliharjalla ja/tai hammastikulla.
- Säännölliset käynnit hammashygienistillä tai hammaslääkärissä ovat tärkeitä, jotta mahdollinen sairaus havaitaan aikaisessa vaiheessa.

Hampaiden irtoaminen havaitaan tarkkailemalla verenvuotoa ientaskuista (tulehdus) ja mittaamalla taskujen syvyyttä ja tutkimalla samanaikaisesti röntgenkuvia.

Hammashuollosta saat neuvoja juuri sinulle parhaista apuvälineistä.

Tupakointi ja diabetes

Tupakointi lisää huomattavasti hampaiden irtoamisriskiä. Tupakoinnin vuoksi sairaus etenee nopeammin ja paraneminen hoidon jälkeen vaikeutuu. Tulehtuneet ikenet saattavat näyttää terveiltä, koska tupakointi saa verisuonet supistumaan.

Myös hankalahoitoinen diabetes haittaa paranemista.

Miten hoito tapahtuu?

Hoito tapahtuu siten, että hammaslääkäri tai hammashygienisti:

- Informoi sairaudesta
- Antaa neuvoja itsehoidosta, näyttää selkeästi miten sinun tulee hoitaa suuhygieniaasi. Sekä hammasharjaa että muita hammasvälien puhdistukseen tarkoitettuja apuvälineitä on käytettävä säännöllisesti. On erittäin tärkeää, että tämä toimii, jotta hoito onnistuu.
- Mittaa ientaskujen syvyyden ja hampaiden liikkuvuuden saadakseen selville miten paljon kiinnityskudoksesta on menetetty.
- Poistaa bakteeripeitteet ja hammaskiven.

Hoito vaatii useimmiten useita käyntejä. Mitä aikaisemmin hoito aloitetaan, sitä parempi on hoitoennuste. Hoidon tavoitteena on saada sairauden eteneminen pysähtymään parantamalla tulehdus.

Tietyissä tapauksissa hammaslääkärin tai hammashygienistin on tehtävä lähete parodontologian eli hampaiden irtoamissairauksien erikoislääkärille.

Svenska - Råd och information gingivit och parodontit

Råd och information gingivit och parodontit

Det friska tandköttet

Ett friskt tandkött är blekt rosa, något knottrigt och omger tanden som en krage. Mellan tandköttet och tanden finns en tandköttsficka som i en frisk mun är en till tre millimeter djup. Ett friskt tandkött blöder inte när du borstar på rätt sätt.



Tandköttsinflammation (gingivit)

Inflammation i tandköttet, gingivan, orsakas av bakterier. Får bakteriebeläggningar, plack, bildas och ligga kvar kring tanden så orsakar detta en inflammation i tandköttet, gingivit. Det märks genom att tandköttet blir rött, svullet och lättblödande. Svullnaden gör att tandköttsfickan mellan tanden och tandköttet blir djupare vilket gör det svårare att hålla rent. Tandköttsinflammationen kan läka ut helt utan bestående skada. Detta förutsätter god och regelbunden munhygien.



Tandlossning (parodontit)

Obehandlad tandköttsinflammation kan angripa tandens fäste i käkbenet och leda till tandlossning, parodontit.

Får bakterierna ligga kvar i tandköttsfickan förkalkas de och blir till tandsten. Tandköttsfickan blir allt djupare och bakterierna tränger längre ner, vilket leder till att tandens fäste förstörs. Tandens blir alltmer rörlig och kan i värsta fall förlora hela sitt fäste.



Tandlossning läker efter behandling med en bestående vävnadsskada det vill säga det fäste som tanden förlorat återbildas inte.

Viktigt att komma ihåg är att tandlossning är en kronisk sjukdom vilket innebär att den kommer tillbaka om den dagliga munhygien efter behandlingen försämras eller upphör

Hur undviker du att få tandköttsinflammation och tandlossning?

Egenvården är viktigast

- Borsta tänderna morgon och kväll, extra noga vid tandköttskanten.
- Gör rent mellan tänderna med tandtråd, mellanrumsborste och/eller tandsticka.
- Regelbundna besök hos tandhygienist eller tandläkare är viktigt för att upptäcka sjukdom tidigt.

Tandlossning upptäcks genom att kontrollera om tandköttsfickorna blöder (inflammation) och mäta om de är fördjupade och samtidigt se på röntgenbilder.

Hos tandvården får du råd om de bästa hjälpmedlen för dig.

Rökning och diabetes

Risken för tandlossning ökar väsentligt om du röker. Rökning gör att sjukdomen utvecklas snabbare och medför sämre läkning efter behandling. Tandköttet kan se friskt ut fastän det är inflammerat eftersom blodkärlen drar ihop sig vid rökning.

Har du en svårkontrollerad diabetes så påverkar detta med sämre läkning.

Vad innebär behandlingen?

Behandlingen innebär att tandläkaren eller tandhygienisten:

- informerar om sjukdomen
- ger råd om egenvård, visar tydligt hur du skall sköta din munhygien på ett bra sätt. Både tandborste och andra hjälpmedel för att göra rent mellan tänderna måste användas regelbundet. Det är mycket viktigt att detta fungerar för att behandlingen skall lyckas.
- mäter tandköttsfickor och tandrörlighet för att få en uppfattning om hur mycket fäste som förlorats
- tar bort bakteriebeläggningar och tandsten.

Behandlingen kräver oftast flera besök. Ju tidigare behandling desto bättre prognos. Målet med behandlingen är att få sjukdomen att avstanna genom att få inflammationen att läka ut.

I vissa fall kan tandläkaren eller tandhygienisten behöva skicka en remiss för behandling till en specialist (parodontolog) i tandlossningssjukdomar.