



HALK SAĞLIĞI UZMANLARI DERNEĞİ

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI GÜNÜ

Ağız ve diş hastalıkları, dünya çapında en yaygın bulaşıcı olmayan hastalıklar arasındadır ve tahmini 3,5 milyar insanı etkilemektedir. Ağız ve diş sağlığı sorunlarının küresel yükü, özellikle düşük ve orta gelirli ülkelerde artarken, nüfus artışı ve yaşlanma nedeniyle ağız sağlığı sorunlarının sağlık hizmetleri üzerindeki yükünün artmaya devam etmesi muhtemeldir¹. Ağız ve diş hastalıkları, özellikle savunmasız ve dezavantajlı grupları daha fazla etkilemektedir. Düşük sosyoekonomik statüye sahip kişiler daha fazla ağız ve diş hastalığı yükü taşımaktadır ve bu ilişki, erken çocukluktan ileri yaşlara kadar yaşam boyu devam etmektedir¹. Ağız ve diş sağlığındaki problemler bireylerde çiğneme bozukluklarına, ağız içinde yaraya, ağız açıklığında kısıtlanmaya, ağız kuruluşuna ve diş eti kanamalarına sebep olabilir. Ağız hastalıkları genel sağlığın ayrılmaz bir parçasıdır.⁴ İnsanların yaşam kalitesini önemli ölçüde etkiler^{3,4}.

Ağız ve diş sağlığı sorunları yalnızca diş çürükleri ve diş ağrısından ibaret değildir. Beslenme, konuşma ve sosyal katılımı da etkileyen, yaşam boyu süren ve en yaygın görülen bulaşıcı olmayan hastalıktır^{1,2}. Ağız ve diş sağlığı hastalıkları; kanser, diyabet, kardiyovasküler hastalıklar gibi kronik hastalıklarla benzer risk faktörlerine sahiptir. Bu risk faktörleri aşırı şeker tüketimi, tütün kullanım ve kötü ağız hijyenidir³.

Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Ağız ve Diş Sağlığı Dairesi Başkanlığı tarafından 2018 yılında Türkiye Ağız Diş Sağlığı Profili Araştırması (TADSAP-2018) yapılmış olup ülkemizdeki belirli yaş gruplarında ağız ve diş sağlığı durumu, diş çürüğü, periodontal hastalıklar, dental florozis, oral mukoza lezyonları ve tedavi ihtiyacı gibi konuları kapsayan bir saha araştırmasıdır. Saha araştırması sonuçlarına göre; 5 yaş grubunun %64,4'ünde en az bir çürük olduğu ve 65-74 yaş grubunda dişsizlik oranının %27,4 olduğu saptanmıştır. Ülkemizde özellikle kırsal bölgede yaşayanların daha önce hiç diş hekimine gitmeme oranı yüksektir³.

Ağız ve diş sağlığının korunması için her yemekten sonra dişlerin fırçalanması ve diş fırçasının en az üç ayda bir değiştirilmesi önerilir. Dişler fırçalandıktan sonra ara yüz temizliği için diş ipi ya da ara yüz fırçası kullanılmalıdır. Dişler fırçalandıktan sonra dil de fırçalanmalıdır, bunun için dil temizleyicileri de kullanılabilir. Portakal, limon gibi asit içeren gıdaların tüketiminden sonra ağız su ile çalkalanmalı buna ek olarak öğün aralarında şekerli gıda tüketiminden kaçınılmalıdır. Ağız kuruluşu problemi olanlar su ile gün içinde gargara yapmalıdır. Mutlaka düzenli diş hekimi kontrolleri yapılmalıdır.⁴

Önemli bir halk sağlığı sorunu olan ağız ve diş sağlığı problemlerinin azaltılması için koruyucu programlar güçlendirilmeli, okul öncesi ve okul çağındaki çocuklar öncelikli olmak üzere ağız diş sağlığının korunması konusunda eğitimler düzenlenmelidir³. Çocukluk döneminde edinilen tecrübe ve davranışlar, ileriki yaşlarda sağlığı şekillendirmek açısından büyük önem taşımaktadır. Okul öncesi çocuklar da dahil olmak üzere florürlü diş macunlarının kullanımı teşvik edilmelidir. Hamilelik planlanıyorsa veya hamile olduğundan şüpheleniliyorsa diş hekimi ziyaret edilmelidir². Ülkemizin ihtiyaçlarına, kaynaklarına ve yapısına uygun gerçekçi hedefler belirlenerek eyleme geçilmeli ve önemli bir halk sağlığı problemi olan ağız diş sağlığı konusuna gereken önem verilmelidir³.

HASUDER Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar Çalışma Grubu adına Uzm. Dr. Burcu Ecem Uğuz tarafından hazırlanmıştır.



HALK SAğLIğI UZMANLARI DERNEğİ

Kaynaklar:

1. Sağlık Hizmetleri Genel M¼d¼rl¼ę¼. Ağız Diş Sağlığı Profili Araştırma Raporu. *T.C. Sağlık Bakanlığı* <https://shgmadsdb.saglik.gov.tr/> (2018).
2. World Health Organization. Oral health. *WHO* https://www.who.int/health-topics/oral-health#tab=tab_1.
3. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel M¼d¼rl¼ę¼. Ağız ve Diş Sağlığı. <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/yasli-sagligi/agiz-ve-dis-sagligi.html>.
4. T¼rk Diş Hekimleri Birlięi. Hamilelik ve Ağız Sağlığı. *TDB* https://www.tdb.org.tr/sag_menu_goster.php?Id=205 (2015).