I NOSTRI DENTI...

IMPARIAMO A CONOSCERLI E AVERNE CURA

Forhans

Passion4Oralcare

PREFAZIONE

Questo opuscolo ha lo scopo di riassumere brevemente quelle semplici norme che ciascuno di noi deve conoscere e mettere in pratica per poter conservare la salute dei propri **denti**.
Gran parte di quanto leggerai ti sarò stato certamente già riferito dal tuo Dentista ma per assecondare la sua opera e far sì che tu possa tenere sempre presenti le sue raccomandazioni, ti consigliamo di prendere con te e leggere con la dovuta attenzione questo opuscolo.
Troverai in più qualche breve notizia sui tuoi **denti** che speriamo possa interessarti.
Inoltre, per sottolineare l'importanza che hanno i **denti** nell'ambito della salute sia della nostra bocca che dell'intero organismo, abbiamo pensato di far sì che ogni volta che ne leggerai la parola tu non possa fare o meno di ricordartene, perché la vedrai evidenziata in modo particolare.

BUONA LETTURA

I NOSTRI DENTI...

IMPARIAMO A CONOSCERLI E AD AVERNE CURA

Forhans
Passion4Oralcare

1. Crescita dei denti. Denti da latte e denti permanenti

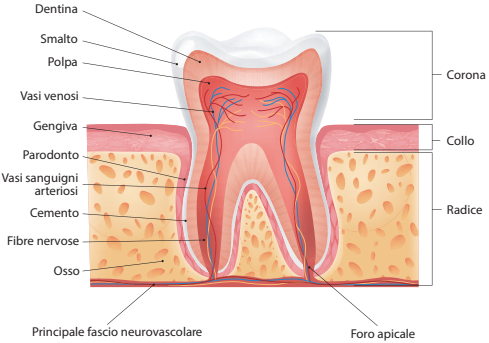
I **denti**, a seconda dell'epoca di comparsa, si possono distinguere in **DENTI DECIDUI**, o da latte, e **DENTI PERMANENTI**.
I **Denti** Decidui sono 20 spuntano tra il sesto mese e il secondo anno di vita del bambino: i primi o comparire sono gli incisivi centrali inferiori; gli ultimi i secondi molari superiori.
I **Denti** da Latte, sebbene siano transitori, svolgono un ruolo molto importante, e per nessuna ragione vanno trascurati.
La loro funzione preminente è la masticazione, permettendo così al bambino di passare dall'alimentazione liquida dei primi mesi ai cibi semiliquidi prima e solidi poi. Inoltre essi fungono da "apri-strada" per i **denti** permanenti, creando loro lo spazio sufficiente per una corretta crescita. Infatti se un **dente** da latte viene tolto troppo presto, i **denti** vicini occuperanno una parte dello spazio a lui destinato; così il **dente** permanente, quando cercherà di uscire e troverà il suo "posto" occupato, dovrà metterli fuori fila. Tale dentizione si mantiene fino a circa 6 anni, dopodichè viene progressivamente sostituita dalla dentizione definitiva.

I **Denti** Permanenti sono 32 e la loro eruzione comincia verso i 6 anni con la comparsa del primo incisivo inferiore, per completarsi verso i 18/20 anni con il terzo molare, detto **dente** del giudizio.

2. Come è fatto un dente

Dei **denti** noi vediamo solo la parte esterna. Ma come è fatto effettivamente un **dente**? Esaminiamolo dall'esterno, possiamo distinguere tre parti: la **CORONA**, è la parte che sporge dalla gengiva. Bianca, durissima, ha forma diversa a seconda della funzione del **dente**.
Il **COLLETTO** è la zona di transizione tra la corona e la radice.
La **RADICE** fissa il **dente** all'osso. Giallastra, molto dura, presenta all'apice il foro apicale per permettere l'ingresso dei vasi sanguigni che nutrono il **dente**, e dei nervi. Esaminato in sezione un **dente** presenta i seguenti strati dall'esterno all'interno:

- lo **SMALTO**: riveste la corona. È il tessuto più duro presente nel corpo umano e rappresenta la vera barriera contro la carie.



Forhans
Passion4Oralcare

• Il **CEMENTO**: riveste la radice fino al colletto, dove si incontra con lo smalto.
• La **DENTINA**: simile all'avorio, costituisce la maggior parte del **dente**. Racchiude al suo interno la polpa dentale.
• La **POLPA DENTALE**: tessuto molle ricco di vasi sanguigni e di nervi che vi arrivano attraverso il foro apicale. Ricalca morfologicamente la forma esterna del **dente**.

Il **dente** è saldamente legato all'osso per mezzo del legamento alveolo-dentale, che ne impedisce la fuoriuscita dalla cavità ove esso è contenuto. Esternamente l'osso è ricoperto da un tessuto morbido e delicato, la gengiva, dal cui stato di salute dipendono le funzioni di sostegno dell'osso sottostante.

3. I DENTI E LE LORO FUNZIONI. INCISIVI, CANINI, PREMOLARI E MOLARI

I **denti**, a seconda della funzione che svolgono durante la masticazione, possono essere distinti in:

INCISIVI: in numero totale di otto, con la funzione di tagliare il cibo

CANINI: in numero di quattro, con la funzione di strappare il cibo

PREMOLARI: in numero di otto; servono a lacerare il cibo

MOLARI: dodici in tutto; servono per schiacciare e triturare il cibo.

Forhans
Passion4Oralcare

4. SALUTE DEI DENTI SALUTE GENERALE

AVERE DENTI SANI E PULITI È IMPORTANTE!

Non solo ti permetterà di avere l'alito fresco e sempre ok, ma ti aiuterà a mantenere l'igiene della tua bocca e le buone condizioni dell'organismo. Spesso, infatti, i **denti** potrebbero essere la sede iniziale di una banale infezione che poi, attraverso il sangue, può propagarsi ad altri organi come rene, cuore e articolazioni, provocando malattie ben più gravi.
Quindi...

DENTI SANI E PULITI ANCHE PER LA SALUTE DEL NOSTRO ORGANISMO

5. MALATTIE DEI DENTI

Le malattie più frequenti nella nostra bocca sono lo carie e la malattia parodontale (piorrea). Data l'elevata incidenza con cui si manifestano, vengono oramai considerate malattie sociali:
La **CARIE** è la più frequente malattia del **dente**; ha decorso lento e progressivo senza nessuna tendenza a guarire spontaneamente. Comincia sotto forma di un piccolo forellino sulla superficie del **dente** e lentamente si approfondisce prima nello smalto, poi nella dentina, infine, se non viene fermata, nella polpa dentale, fino a provocare la totale distruzione del **dente**.

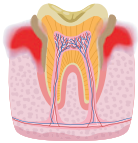
I sintomi sono diversi a secondo del grado di evoluzione: nelle prime fasi la carie non dà fastidio e, anche per questo motivo, viene trascurata; successivamente si manifestano dolore, formazione di ascessi e granulomi. Le carie, a seconda del grado di evoluzione, possono essere distinte in 4 gruppi:
Carie di 1° Grado: molto superficiali, interessano solo lo smalto e sono quindi indolori.
Carie di 2° Grado: interessano anche la dentina: si ha un dolore in seguito a stimoli di caldo/freddo e di dolce/salato.
Carie di 3° Grado: è interessata anche la polpa; il dolore è fortissimo. Si può manifestare la formazione di ascessi e granulomi.
Carie di 4° Grado: ha come esito la morte della polpa che, a seguito dell'infezione prolungata, va incontro a processi putrefattivi. Il **dente**, largamente compromesso, non è più dolente e rimane il caratteristico cattivo odore della putrefazione. L'estrazione è oramai inevitabile.

Forhans
Passion4Oralcare

Le cause che provocano la formazione della carie sono principalmente: lo zucchero e la scarsa pulizia dei derti.
Entrambi questi fattori favoriscono la formazione di una sottile pellicola che aderisce a **denti** e gengive: la **PLACCA DENTALE** (agglomerato di batteri e saliva).
La placca dentale, se non viene rimossa spazzolando regolarmente i **denti**, porta progressivamente alla formazione della carie.

MALATTIA PARODONTALE (Piorrea)

- È una malattia più lenta e insidiosa della carie.
- È caratterizzata da una progressiva retrazione della gengiva tanto da far sembrare i **denti** interessati più lunghi. I **denti** sono realmente meno stabili e le gengive sono gonfie e sanguinanti.
- Se non è curata può anche provocare la caduta dei **denti** per il mancato sostegno dell'osso alveolare sottostante. Si può avere quindi la perdita di **denti** cariati, ma anche di quelli perfettamente sani.



- Colpisce più **denti** contemporaneamente, provocando gravissimi problemi per la masticazione.
- Le cause principali dell'insorgenza di tale malattia sono la placca dentale, specialmente quella calcificata con tartaro (dovuta ad una prolungata cattiva igiene orale) e lo scarso massaggio gengivale. Il tartaro, fortemente irritante sia per le gengive che per l'osso sottostante, deve essere asportato periodicamente dal Dentista.

PREVENZIONE

*Affinché i criteri di prevenzione vengano imparati e messi in pratica, bisognerà abituare i bambini fin da piccoli ad avere cura dei loro **denti**.*
Molto importante in questo caso sarà il ruolo educativo dei genitori e degli insegnanti.

Forhans
Passion4Oralcare

6. IGIENE DENTALE E ALIMENTARE, FLUORO E VISITE PERIODICHE

Abbiamo visto che la CARIE i disturbi parodontali (PIORREA) sono le malattie più frequenti della bocca e che la loro incidenza è tanto alta da aver creato ormai la diffusa opinione che sia impossibile debellarle. La pratica medica ci insegna però che esiste un metodo valido per combatterle efficacemente: LA PREVENZIONE.

PREVENZIONE

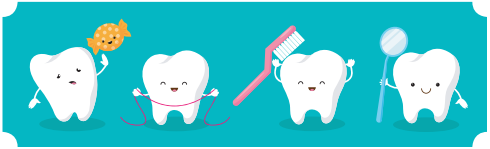
I pilastri su cui si basa la PREVENZIONE sono costituiti da norme elementari che ciascuno di noi può mettere in pratica con successo purché disponga di costanza e buona volontà.
Tali norme andrebbero imparate fin da bambini e praticate poi quotidianamente per tutta la vita. Esse sono:
a. Igiene dentale (lotta alla placca dentale)
b. Igiene alimentare (lotta allo zucchero)
c. Fluorizzazione
d. Visite periodiche di controllo dal Dentista
Esaminiamole ora, una alla volta, per comprendere bene ciò che ognuna di esse significa:

IGIENE DENTALE (lotta alla placca dentale)

La placca dentale è il più terribile nemico dei nostri **denti**. Si forma subito dopo aver consumato del cibo e si attacca poi tenacemente ai **denti** e alle gengive. È composta di saliva, residui alimentari e batteri.

Svolge lo sua azione demolendo progressivamente le difese dei **denti** sino a provocare la formazione della carie.
La placca dentale può impregnarsi di sali di calcio e, attaccandosi ai **denti**, formare il TARTARO, molto duro e irritante per le gengive.
Il tartaro va asportato dal Dentista almeno ogni 6 mesi. La placca dentale va invece asportata quotidianamente con i mezzi a tua disposizione: spazzolino, dentifricio, collutorio e filo interdentale.
La spazzolino, se usato nella corretta maniera, è l'arma migliore in tuo possesso per debellare la placca dentale.

- Scegli uno spazzolino pratico, con manico diritto e una testina piccole per arrivare a tutte le zone della bocca.
- Le setole della testina devono essere sempre integre e preferibilmente in nylon a punta arrotondata.



CAMBIA LO SPAZZOLINO ALMENO OGNI TRE MESI!

NON RISPARMIARE SULLO SPAZZOLINO A SCAPITO DELLA SALUTE DEI TUOI DENTI E DELLE TUE GENGIVE!

Forhans
Passion4Oralcare

NON SOTTOVALUTARE LA SCELTA DEL TUO DENTIFRICIO!

L'azione di rimozione della placca dentale, iniziata dallo spazzolino, sarà completata dal dentifricio, elemento essenziale per l'igiene della bocca. Un buon dentifricio dovrebbe:

- contenere fluoro nella giusta percentuale, per rafforzare lo smalto dei **denti**;
- avere possibilmente azione antisettica e astringente per le gengive;
- contenere sostanze pulenti senza però danneggiare lo smalto.

PULISCI ACCURATAMENTE I TUOI DENTI DOPO OGNI PASTO CON SPAZZOLINO E DENTIFRICIO

IL FILO INTERDENTALE

Il FILO INTERDENTALE è un ottimo complemento all'azione dello spazzolino. Ti sarà utile per rimuovere i residui alimentari e la placca dagli spazi interdentali, ove dovrai inserirlo e farlo scorrere con delicatezza.

IGIENE ALIMENTARE

Lo zucchero è l'elemento più cariogeno che esista, sia se consumato da solo che mischiato ad altri alimenti. Manifesta la sua azione cariogena facilitando la rapida formazione della placca dentale e la proliferazione dei batteri in esso contenuti. Una corretta igiene alimentare si basa quindi nel consumare degli alimenti che non contengono eccessive quantità di zuccheri.

<< Vengono considerati cibi NON cariogeni: la Carne, il Pesce, la Frutta, la Verdura, i Formaggi.

>> Cibi altamente cariogeni sono invece: Dolci, Marmellate, Frutta secco e Candita. Cioccolata. Gomme da masticare. ecc.

Forhans
Passion4Oralcare

FLUORIZZAZIONE

Il Fluoro è un elemento indispensabile nella lotta alla carie. Esso esplica infatti la sua azione rinforzando lo smalto, unica sola barriera dei **denti** contro l'azione della carie, e rendendolo quindi meno attaccabile da parte della Placca Dentale. Molto importante è la fluorizzazione nell'età compresa tro zero e dodici anni, cioè durante il periodo della crescita e dello sviluppo dei **denti** permanenti. Negli anni successivi il fluoro esplica comunque la sua azione benefica anche se localmente e transitoriamente.

VISITE PERIODICHE DI CONTROLLO DAL DENTISTA

Pur seguendo scrupolosamente i consigli sopra esposti, sarà molto utile effettuare almeno ogni sei mesi un controllo dal Dentista.
Il Dentista effettuerà un accurato esame dei tuoi **denti** accertandosi che non vi siano inizi di carie e che le gengive non siano infiammate. Potrà inoltre darti preziosi consigli sull'uso e sul tipo di spazzolino e di dentifricio da usare.

UNA VISITA DI CONTROLLO DAL DENTISTA TI FARÀ RISPARMIARE DOLORI E SPESA CONSEGUENTI A UNA IGIENE ORALE NON CORRETTA

RIASSUMENTO...

LE 10 REGOLE

FONDAMENTALI PER UNA CORRETTA IGIENE ORALE

1. Non consumare cibi troppo zuccherati, e comunque...
2. Pulisciti i **denti** sempre dopo ogni pasto.
3. Uso uno spazzolino con le setole sempre integre e preferibilmente di nylon.
4. In aiuto allo spazzolino usa anche un buon dentifricio al fluoro ed il filo interdentale.
5. Con spazzolino e dentifricio pulisci tutti i **denti**, anche quelli più difficili da raggiungere, seguendo questa regoletta:
6. **"Dal rosso della gengiva al bianco del dente".**
7. Durante i pasti consuma la frutta dopo il dolce.
8. Dopo lo pulizia serale dei **denti** non consumare nessun altro cibo.
9. A merenda, se dopo non hai l'occasione di poter lavare i **denti**, consuma preferibilmente solo un frutto.
10. Come ultimo cosa, ma certo non meno importante, fai delle visite periodiche di controllo dal tuo Amico Dentista.

Forhans
Passion4Oralcare

Forhans

Dal 1951 l'igiene orale medicata in farmacia

Una perfetta sinergia contro il sanguinamento gengivale.

Forhans
ZincoCloruro

Una efficace azione antibatterica per il cavo orale.

Forhans
Clorexidina

La salute naturale delle mucose orali.

USO QUOTIDIANO

Forhans
Lattoferrina

Prevenzione quotidiana per la protezione dello smalto dentale e contro la sensibilità dentinale.

USO QUOTIDIANO

Forhans
Idrossiapatite

Una completa igiene orale si realizza tramite la scelta del giusto spazzolino e l'uso quotidiano del filo interdentale.

Forhans
Passion4Oralcare

Forhans
Passion4Oralcare

Uragme Srl
Via della Bufalotta, 374 – 00139 Roma – Italy

+ 39 0687201580

info@uragme.it

www.uragmeonline.com

forhansitalia

forhansitalia

Versione digitale

Cod. 19604