

Igemehaigused

Igemepõletikku tekitavad hambakatus elavad mikroobid, mida antakse edasi inimeselt inimesele. Kerget põletikku igemes nimetatakse gingiviidiks, mille korral on ige turses, punetab ja veritseb hambaid pestes. Gingviidi ravimata jätmisel võib see edasi areneda krooniliseks, hammast ümbritsevaid kudesid kahjustavaks, põletikuks – parodontiidiks.

Parodontiidiks nimetatakse igemete kroonilist põletikulist haigust, mille peamiseks põhjuseks on suuõõnes elavad mikroorganismid. Tasub teada, et parodontiidi tekitatud kahjustused on pöördumatud, sest hävinud igeme- ja luukudet ei ole enamasti võimalik enam taastada.

Tekkepõhjused

Igemehaiguste väljakujunemisel on kõige suurem roll ebapiisaval suuhügieenil, kuna põletikku tekitavad mikroobid elavad hambakatu sees. Soodustavad tegurid on veel suitsetamine, diabeet, hormonaalsed muutused ja verehaigused. Mõningal määral mõjutavad igemehaiguste teket ka geneetika ja immuunsüsteem.

Mõju tervisele

Igemepõletik suurendab veres põletikunäitajate taset, mis on soodustavaks faktoriks diabeedile, südameveresoonehaigustele ning raseduskomplikatsioonidele. Ravimata igemepõletiku tagajärjel hävinevad hammast ümbritsevad koed, igemed taanduvad ning hambad muutuvad liikuvaks. Samuti muutuvad hambad tundlikuks ja nihkuvad oma esialgselt kohast, tekivad hambavahed ning esteetiline välimus on häiritud. Halvimal juhul hävinevad hamba tugistruktuurid täielikult ja hambad langevad välja või muutuvad väga liikuvaks.

Igemehaiguste sümptomid

Üks peamisi märke igemepõletikust on igemete veritsemine hammaste pesemisel. Lisaks kuuluvad selle haiguse sümptomite hulka ka igemete turse ja valu, hammaste liikumine, mädaeritus ning halb suulõhn. Samas võivad nähtavad viited põletikule täielikult puududa (eriti suitsetajatel) ja haigus avastatakse juhuslikult.

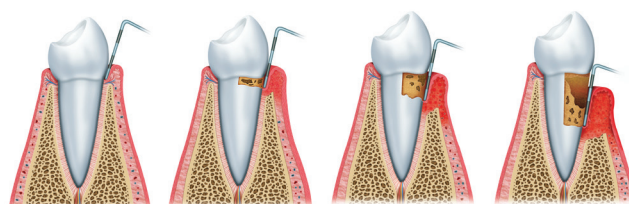
Pärast sümptomite ilmnemist

Abi tasub otsida kohe esimeste sümptomite ilmnemisel, sest tegemist on tõsise põletikulise igemehaigusega, mille ravimata jätmine võib viia hammaste kaotuseni. Pöörduda tuleks igemearavi eriarsti ehk parodontoloogi poole või küsida nõu oma hambaarstilt, kes oskab suunata edasi õige spetsialisti juurde.

Igemehaiguste ravi

Suuhügieenivõtete parandamine juba enne igemearviga alustamist on ravitulemuse seisukohast määrava tähtsusega. Vajalik on hammaste pesu kaks korda päevas 2-3 minutit ning hambavahede hoolas puhastamine hambaniidi või hambavaheharjakestega.

Igemehaiguste ravi seisneb igemetaskute puhastamises mikroobidest, hambakivist ja põletikulisest pehmest koest. Protseduur toimub osade kaupa ja enamasti tuimastusega.



Pärast protseduuri tuleb kahe nädala jooksul kasutada kaks korda päevas suuloputusvedelikku, mis sisaldab kas 0,2% või 0,12% kloorheksidiini. Hammaste pesemise järgselt hoitakse lahust suus üks minut. Pärast ravilahuse kasutamist ei tohi järgneva tunni jooksul süüa, juua ja suud veega loputada.

Pärast kogu suu puhastamist on enamasti vajalik tulla kolme kuu möödudes järelkontrolli. Edasiste kontrollide tiheduse määrab arst. Järgneb nn säilitava ravi faas, mis tähendab, et igemetaskud mõõdetakse ja vajadusel teostatakse korduvpuhastus. Igemehaiguste säilitav ravi kestab elu lõpuni.

Ravitulemuse säilitamine

Kuigi parodontiit on krooniline haigus ning seda ei ole võimalik lõplikult välja ravida, on võimalik haiguse edasiarenemist pidurdada. Ravitulemuse saavutamisel ja püsimisel on tähtis roll patsiendil. Oluline on järgida arsti poolt õpetatud suuhügieenivõtteid ning olla hoolas koduses hambapuhastuses. Loobuge suitsetamisest, sest see soodustab haiguse süvenemist ja vähendab ravi efektiivsust.

Kuidas ennetada hambamuresid ja hoida hambaid tervena?

Suuhügieen olgu põhjalik ja järjepidev. Hambaid tuleb pesta 2 korda päevas, korraga vähemalt 2 minutit. Kord päevas, soovitatavalt õhtul enne hammaste pesemist, tuleb hambavahesid hambaniidi või hambavaheharjakestega puhastada.

Söömise ja hammaste pesemise vahele jäta vähemalt pool tundi pausi – hommikul pese esmalt hambad ja alles siis asu hommikusööki nautima.

Külasta hambaarsti vähemalt kord aastas. Mida varem tekkivad probleemid avastatakse, seda kiirem ja soodsam on raviprotsess. Kord aastas tehtav soodapesu aitab hambaid põhjalikult puhastada ja jõuab kohtadeni, kuhu isegi hambaniit ei ulatu.