

---

# Η οδοντιατρική πρόληψη εκτός ιατρείου

---

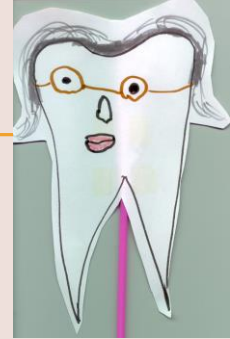
Στέργιος Αρίζος  
DDS, MDentSci (Paed), FRCD(C)  
Παιδοδοντίατρος

---

Ποιες έννοιες  
της στοματικής υγείας πρέπει να μεταφερθούν  
*στο σπίτι και στο σχολείο;*

---

# Γιατί να μεταφερθούν;



## Διότι:

- 1 **Οδοντιατρικά νοσήματα:** *πανδημικά και προλαμβάνονται*
- 2 **Προληπτικά μέτρα αλλά και τα προγράμματα:**  
*απλά, χαμηλού κόστους, εφαρμόσιμα σε επίπεδο ατόμου και κοινότητας*

# Προληπτικά προγράμματα σε επίπεδο κοινότητας

ΔΕΝ είναι  
πανάκεια

- Θεαματικά αποτελέσματα για Τερηδόνα /ουλίτιδα
- Ευεργετούνται λιγότερο οι φτωχοί

ΔΕΝ είναι  
φθηνά

- Ανθρώπινο δυναμικό, πόροι, ασφαλιστικός φορέας
- Αποφέρει πολλαπλά οφέλη

ΔΕΝ είναι  
απλή  
διαδικασία

- Πρωτοβάθμια- Δευτεροβάθμια, κοινωνική πολιτική και προτεραιότητες, αλλαγή συμπεριφοράς
- Σχεδιασμός, οργάνωση, χρηματοδότηση, αξιολόγηση, συνεργασίες ιδιωτ-δημόσιου τομέα

---

Ποιες έννοιες  
της στοματικής υγείας πρέπει να μεταφερθούν  
*στο σπίτι και στο σχολείο;*

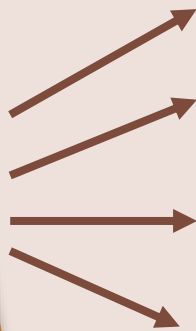
---

# Νόσοι Τερηδόνα & ουλίτιδα

---

Μολυσματικές, αλλά ανατάξιμες

Απλά  
προληπτικά  
μέτρα



στο σπίτι  
στο σχολείο  
στο οδοντιατρείο  
στην κοινότητα

Γιατί  
μολυσματικές  
νόσοι ;;



αίτιο  
μικροβιακή πλάκα



Αποκάλυψη μικροβίων  
«μπογιά η μαρτυριάρα»

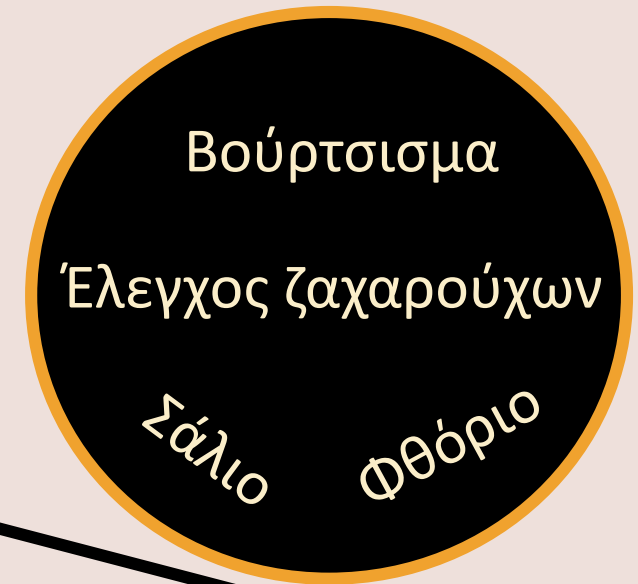


# Το παιχνίδι της τραμπάλας

Παράγοντες  
προσβολής



Παράγοντες  
προστασίας



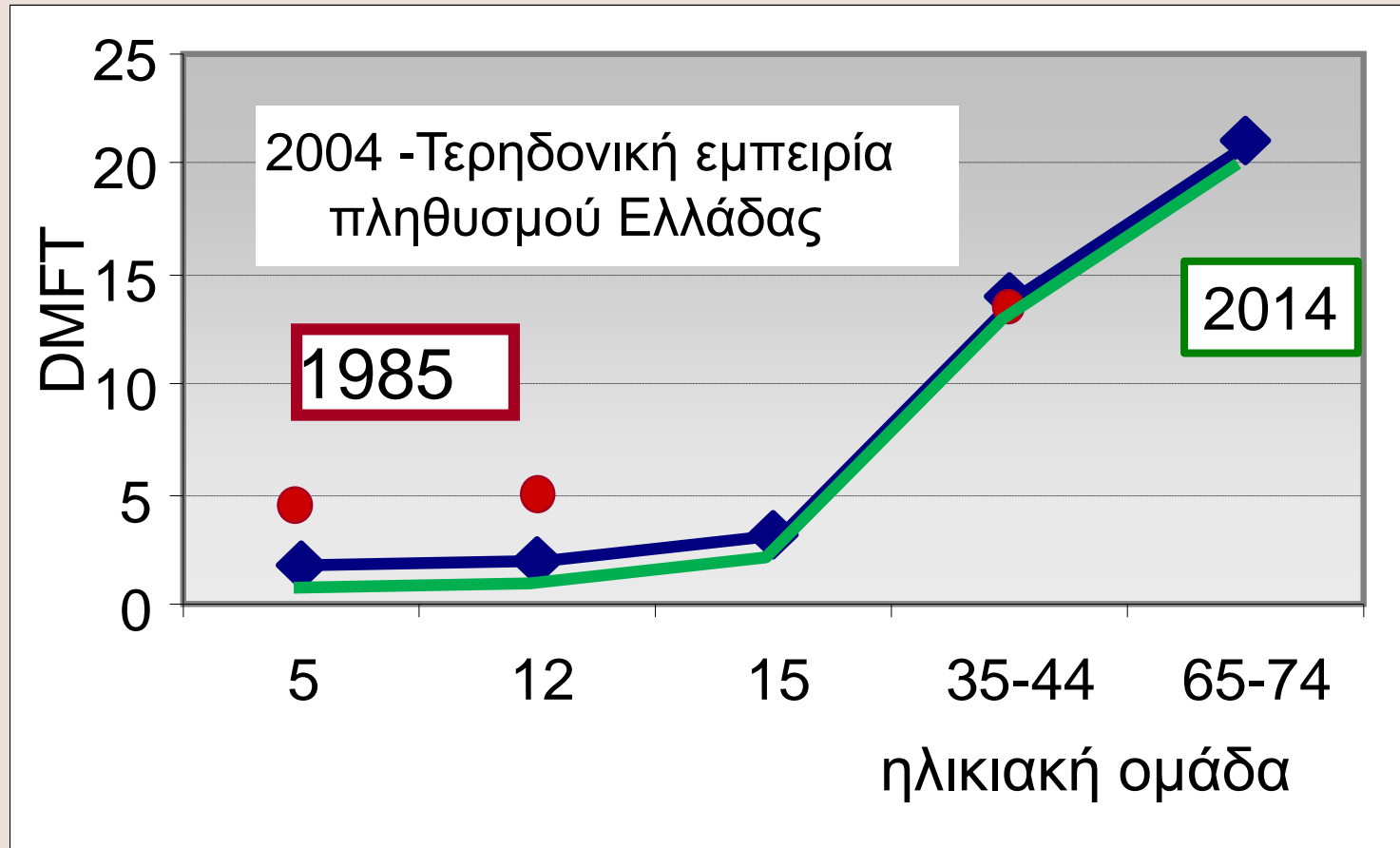
Τερηδονική  
βλάβη

Υγιές δόντι



# Ελλάδα

## Πορεία του δείκτη DMFT

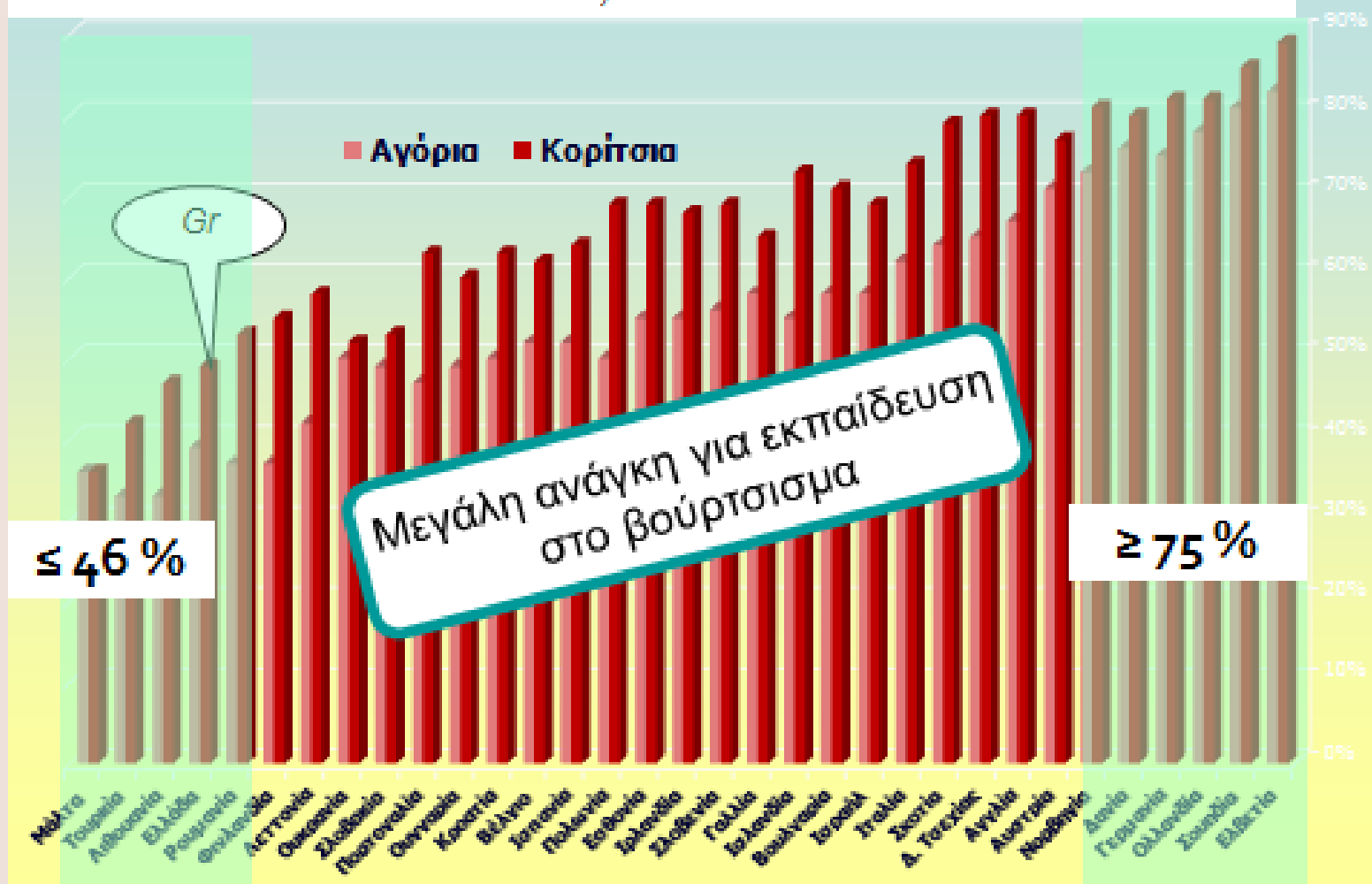


**DMFT**  
ενηλίκων  
**DT** ↑  
**FT**

**MT** ↓

# Πρωτοβάθμια Φροντίδα (Στοματικής) Υγείας

Ημερήσιο βούρτσισμα, 11χρ σε Ευρώπη  
WHO, 2005 - 06



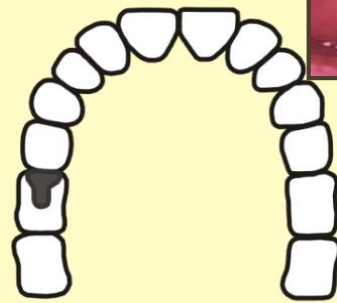
# Πρωτοβάθμια Οδοντιατρική Φροντίδα

20 έτη ολοκληρωμένου Προληπτικού προγράμματος  
Συνεργασία φορέων Εκπαίδευσης, Νομαρχίας, Κ. Υγείας

12 ΕΤΩΝ



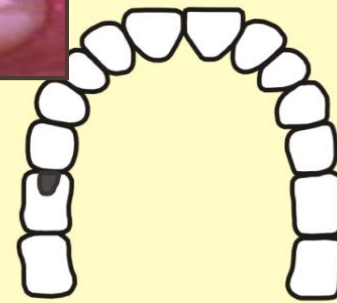
1989  
DMFT=4.5



1996  
DMFT=2.5



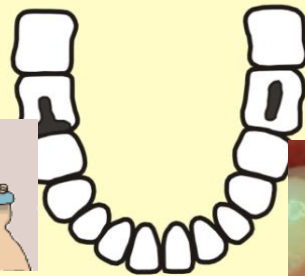
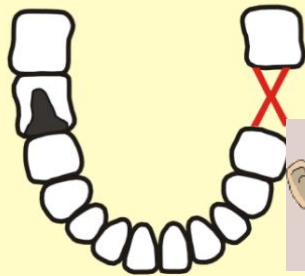
1997



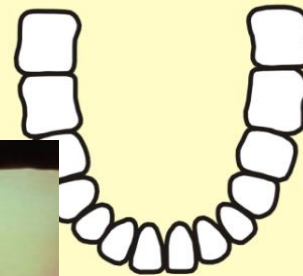
2004  
DFT=1.1



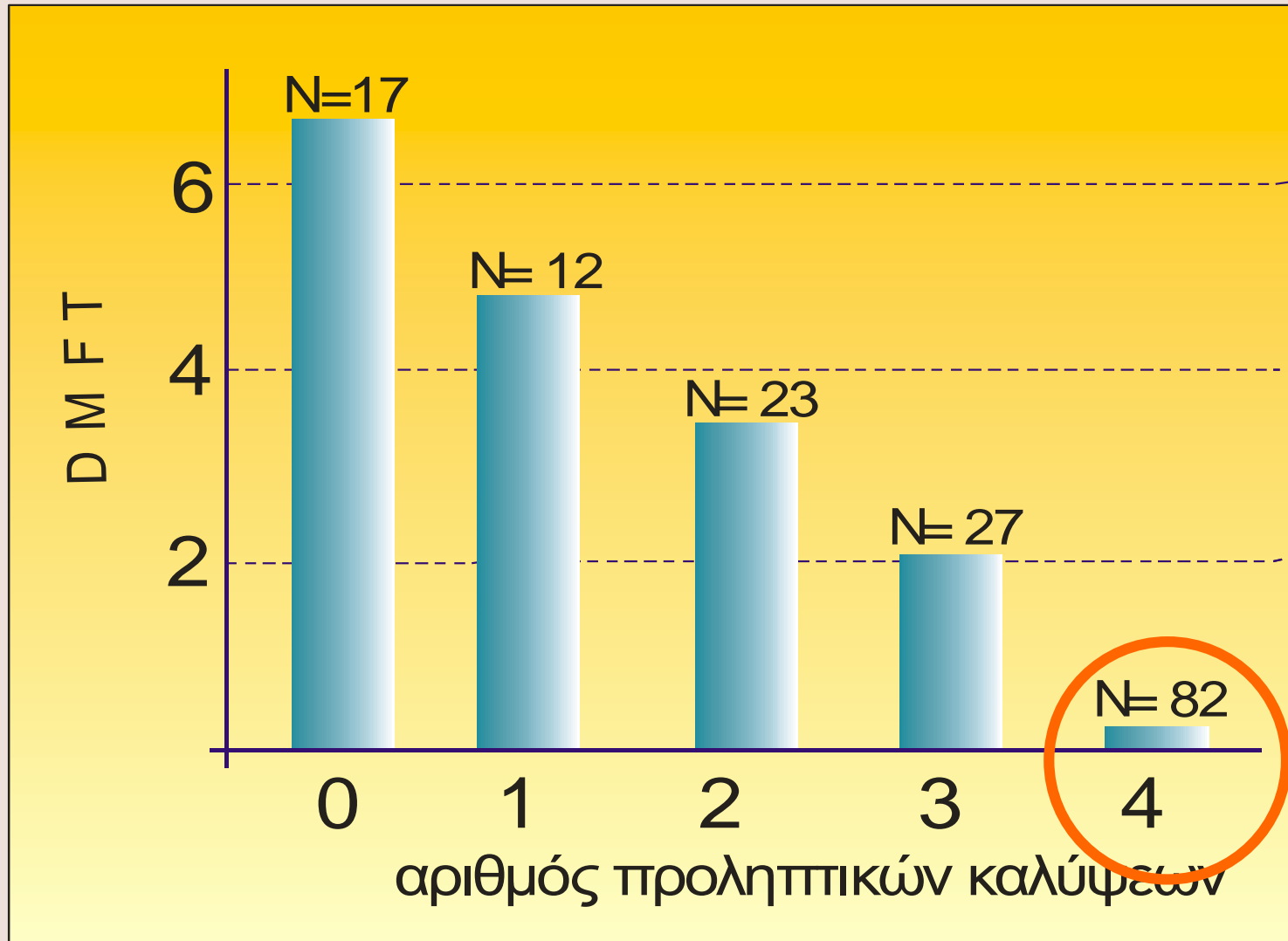
2010  
κάθε 3 παιδιά  
1 δόντι



2003



# Οι προληπτικές καλύψεις μειώνουν δραστικά τον δείκτη τερηδόνας



180 παιδιά 12 χρ

---

**Πώς να οργανώσω ένα μάθημα  
Αγωγής Στοματικής Υγείας  
με τη βιωματική μέθοδο διδασκαλίας;**

# Προετοιμασία

---

1. Πληροφορίες για τον αριθμό, την ηλικία των παιδιών
2. Οδοντόβουρτσες, οδοντόκρεμες (δείγματα)
3. Χαρτί κουζίνας, ποτηράκια πλαστικά μιας χρήσης
4. Μοντέλο γνάθων (πλαστικό, γύψινο)
5. Αποκαλυπτική χρωστική πλακών (δισκία/υγρό, 2 τόνων)
6. Καθρέπτης χειρός
7. Φωτοτυπίες με σχεδιαγράμματα δοντιών, για ζωγραφική
8. Ενημέρωση του Τοπικού Οδοντιατρικού Συλλόγου

# Επίσκεψη στο σχολείο

---

Ο οδοντίατρος ενημερώνεται από την δασκάλα για:

- τις γνώσεις των παιδιών
- την οργάνωση της τάξης σε ομάδες των 4-6 παιδιών
- την οργάνωση του βουρτσίσματος των δοντιών
- την οργάνωση του χώρου σε πιθανή ενδοστοματική εξέταση

# Επίσκεψη στο σχολείο

1

Ο οδοντίατρος λύνει απορίες της τάξης  
Με κατάλληλες ερωτήσεις κάνει επανάληψη στα  
σημαντικότερα

1. Τερηδόνα, Ουλίτιδα, κοινό αίτιο
2. Συχνότητα ζάχαρης
3. Καθημερινό βούρτσισμα
4. Νερό, Γάλα vs Αναψυκτικά
5. Φθόριο
6. Τραύμα, Ορθοδοντικά



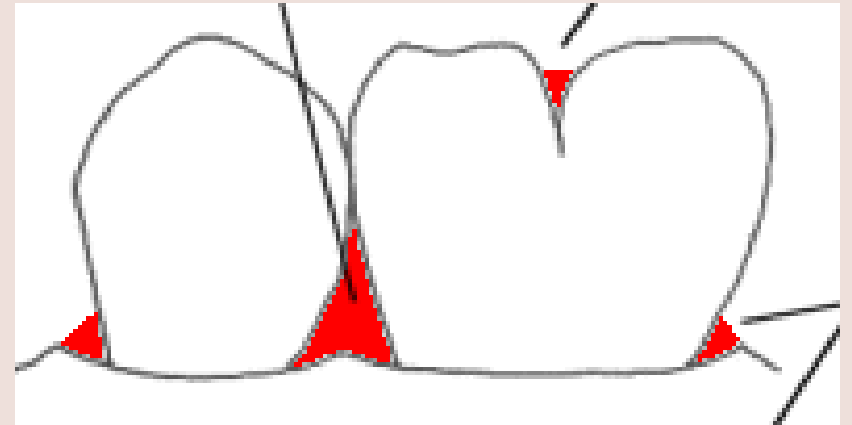
# Κρυμμένη ζάχαρη

Πόση ζάχαρη υπάρχει  
σε ένα κουτί αναψυκτικού ;

$10 \% \times 330\text{ml} = 33\text{gr}$   
(8 κουταλάκια)

# Καθημερινό βούρτσισμα

Σημασία έχει η επιδεξιότητα,  
όχι η συχνότητα



Στοχευμένες κινήσεις  
σε αυχένες,  
αύλακες,  
σχισμές

# Φθόριο : Γιατί χρειάζεται καθημερινά ;

Διότι

Ενισχύει τη δύναμη του Σάλιου

Οπότε

- Εμποδίζει την έναρξη της τερηδονικής βλάβης
- Καθυστερεί την εξέλιξή της
- Δρα επουλωτικά στα αρχικά στάδια

# Φθόριο

- ✘ στη φύση – στο νερό
- ✘ στις οδοντόκρεμες
- ✘ στα φθοριούχα προϊόντα

# Επίσκεψη στο σχολείο

2 Ο οδοντίατρος αποκαλύπτει τις οδοντικές πλάκες σε μικρές ομάδες παιδιών



Οδηγίες στοματικής  
υγιεινής

Δάσκαλος

Μαθητές

# Παιδαγωγικές δραστηριότητες

Πόσα δόντια έχει ο καθένας μας  
στο στόμα του;



A handwritten table on lined paper with the title 'Πόσα δόντια έχουμε;'. The table lists 20 children's names and the number of teeth they have. Most children have 24 teeth, but two children, Αλεξάντρα and Μαρτίδα, have 15 teeth.

Όνομα	Πόσα δόντια έχουμε;
Αντωνία	23
Σοφία	24
Αντώνης	24
Αντωνία	24
Αντωνία	24
Αντωνία	24
Αλεξάντρα	15
Μαρτίδα	15
Χρύση	24
Μαρία	24
Γεωργία	24
Αίμα	24
Αποστολός	24
Αγγελός	23
Ανέτα	23
Κική	24
Όλγα	24
Μαχίλης	24
Ορέστης	24
Θωμάς	24
Λεωνίδας	24

Τα παιδιά  
μετρήσανε τα δόντια τους

οι περισσότεροι  
είχαν 24 !!!

# Επίσκεψη στο σχολείο

---

3

## Ενδοστοματική εξέταση

### Στόχοι

- × Καταγραφή θεραπευτικών αναγκών  
(τερηδονικές κοιλότητες, οδοντικοί τραυματισμοί, ορθοδοντικά προβλήματα)
- × Φθορίωση
- × Ενημέρωση των γονέων σχετικά με την κατάσταση της στοματικής υγείας του παιδιού

# Συμπεράσματα

---

- Σύμπραξη φορέων είναι εφικτή και αποτελεσματική
- Παιδιά: *Εξοικείωση με τον οδοντίατρο*
  - Εκπαίδευση στο βούρτσισμα των δοντιών
- Οδοντίατροι: *Κατανόηση του πολυδιάστατου ρόλου τους*



# Τι μπορεί να κάνει ο δάσκαλος

Ενσωμάτωση  
εννοιών

Αγωγής Υγείας στα μαθήματα

*Ποιοι κίνδυνοι απειλούν τα δόντια μας ;*

---

## Η επίσκεψη στο οδοντιατρείο

Ο φαφούτης παππούς ζητά από την οδοντίατρο



- 🌹 καινούργια μασέλα για τον ίδιο*
- 🌹 συμβουλές για τον εγγονό του, για να μη χάσει τα δόντια του*

# Παραδείγματα

**Μαθηματικά** - προβλήματα

**Ελληνικά** - υγεία / υγιεινή

**Συμπεριφορά Καταναλωτή** – κρυμμένη ζάχαρη στα προϊόντα διατροφής, επιλογή προϊόντων στοματικής υγιεινής

**Ζωγραφική** - δόντι υγιές / τερηδονισμένο / εμφραγμένο

# Υπουργείο Εθνικής Παιδείας & Θρησκευμάτων

Προγράμματα Αγωγής Υγείας από το 1998

Το κυνήγι  
του Ζαχαρένιου



Καβάλα

# Τι μπορεί να κάνει ο Οδοντίατρος

*Ενημέρωση Ενεργοποίηση  
με ενθουσιασμό*

Εξήγηση - Επίδειξη - Εκπαίδευση

Λέω - Δείχνω - Κάνω

Τα πρακτικά θέματα  
διδάσκονται με πρακτικό τρόπο

## Τι οφείλει να πράξει η Πολιτεία

- ❖ Προγράμματα πρόληψης
- ❖ Έλεγχο κυλικείων, διαφημίσεων
- ❖ Μετακίνηση παιδιών σε Κέντρα Υγείας
- ❖ Προληπτικά ιατρεία (ΙΚΑ, Κ.Υ. αστικού τύπου)
- ❖ Αγωγή στοματικής υγείας στα σχολεία

Προαγωγή υγείας

Με μνημόνια

Ευχαριστώ

Πρόληψη !!!

Είναι  
τρόπος ζωής ...