

# KAIP ATPAŽINTI DANTŲ ĖDUONĮ?

REKOMENDACIJOS TĖVAMS/GLOBĖJAMS

## ĖDUONIES ETIOLOGIJA

- **Dantų ėduonis** - lėtinė, infekcinės kilmės kietųjų danties audinių liga, sukianti emalio ir dentino demineralizaciją\*.
- Dantų ėduoniui susidaryti būtini trys veiksniai: dantis, mikroorganizmai, angliavandeniai. Ėduonis susidaro tik tada, kai šie veiksniai veikia kartu.

### Pagrindiniai ėduonį sukiantys mikroorganizmai:

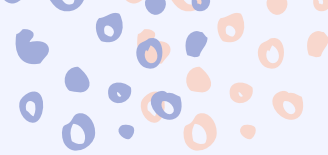
- *Streptococcus mutans* ir *Lactobacillus acidophilus*.
- Jų atsiranda išdygus pirmiesiems vaiko dantims, nors naujagimio burna būna sterili.
- Mikroorganizmais naujagimį užkrečia juo besirūpinantys asmenys, dažniausiai tėvai.

### Angliavandeniai:

- Vartojamas maistas turi įtakos dantų ėduonies susidarymui, nes suteikia maisto medžiagų burnoje gyvenantiems mikroorganizmams.
- Maiste esantį cukrų ir kitus lengvai fermentuojamus angliavandenius apnašų bakterijos metabolizuoja į rūgštis, susidaręs žemas pH skatina bakterijų augimą, palengvina jų kolonizaciją ant danties paviršiaus.
- Maiste, kuriame mažai cukraus bei kitų lengvai fermentuojamų angliavandenių ir gausu kalcio (pvz., sūrio), skatina remineralizaciją\*\*.

### Dantis:

- Danties vainikas turi penkis paviršius, kurie nevienodai pažeidžiami ėduonies.
- Danties paviršiai yra: kramtomasis, kontaktinis (esantis tarpdančiuose), liežuvinis (gomurininis), lūpininis (žandinis).



## KAIP ATPAŽINTI ĖDUONI?

- Pirminėje stadijoje ėduonis atrodo kaip balzguna dėmelė emalio paviršiuje. Esant palankioms sąlygoms, dėmelė gali susidaryti per dvi - tris savaites.
- Plika akimi ėduonis gali būti matomas po mėnesio ar vos ilgesnio laikotarpio.
- Aktyviajam dantų ėduoniui būdinga balta dėmė prie pat danties kaklelio, šiurkštus, matinis danties paviršius.
- Stabilizuotam dantų ėduoniui būdingos gelsvos, tamsiai rudos ar juodos spalvos dėmės, nutolusios nuo dantenų krašto apie 1 - 1.5mm, lygaus, blizgaus paviršiaus.
- Negydant dantų ėduonies, tirpsta vis daugiau audinių, jaučiamas trumpalaikis gėlimas, skausmas nuo šaltų, karštų, saldžių, rūgščių produktų. Gali būti sunku kramtyti, matoma ertmė, joje stringa maistas.
- Toliau didėjant ir gilėjant danties ėduoniui, pažeidžiama pulpa. Toks dantų ėduonis vadinamas komplikuoju.

**\*Demineralizacija** - mineralinių medžiagų pašalinimas iš danties emalio jonų pavidalu, kitaip sakant, emalio tirpimas

**\*\*Remineralizacija** - mineralinių medžiagų atkūrimas ir stiprinimas

## KAIP IŠSAUGOTI SVEIKUS VAIKO DANTIS?

### **UGDYTI TEISINGUS DANTŲ PRIEŽIŪROS ĮPROČIUS**

- Valyti dantis reikia ryte ir vakare po 2 - 3 minutes, valymui naudoti minkštą dantų šepetėlį ir pastą su fluoru. Dantų šepetėlį keisti kas du - tris mėnesius.

### **RODYTI GERĄ PAVYZDĮ**

- Daugelis vaikų mėgsta mėgdžioti savo tėvus ir valyti dantis patys, tačiau ikimokyklinio amžiaus vaikai nepajėgūs gerai išsivalyti dantų, todėl iki 10 - 12 metų jų dantis turi valyti tėvai.

### **LANKYTIS PAS VAIKŲ ODONTOLOGĄ**

- Pirmasis apsilankymas pas gydytoją odontologą turėtų būti išdygus pirmajam dančiui. Svarbu supažindinti vaiką su odontologu tada, kai jam nieko neskauda, tai padės išvengti odontologinių procedūrų baimės. Paaugus lankytis pas gydytoją odontologą būtina du kartus per metus.

### **VENGTI CUKRAUS IR LIPNAUS MAISTO**

- Patartina vengti greitųjų angliavandenių, saldžių gėrimų, saldumynų, lipnių maisto produktų (pvz., kukurūzų, bulvių traškučių, bandelių, trapučių), toks maistas ypač sunkiai pašalinamas nuo danties paviršių ir skatina ėduonies atsiradimą.