

## بیماری لته منشاء بسیاری از بیماری هاست

اغلب افراد هنگامی که سخن از بهداشت نامناسب دهان و دندان پیش می آید، مشکلاتی مانند پوسیدگی دندان ها، ناراحتی لته بوی بد دهان در ذهن آنها خطور می کند.

کارشناسان می گویند دهان پر از باکتری می تواند به برز انواع بیماری ها در سراسر بدن مانند بیماری قلبی، دیابت، عفونت خونی و حتی تولد نوزادان کم وزن بینجامد و علت بسیاری از آنها بیماری لته است.

جین کونور بهداشت کار دهان و دندان در کمبریج می گوید: «اغلب مبتلایان به بیماری های لته به عفونت های مزمن نیز مبتلا هستند و بدین گونه سلامت تمام بدن می تواند به خطر بیافتد.»

تحقیقات روزافزون نشان می دهد بیماری لته که در صورت درگیری انساج نگهدارنده دندان بیماری پرودونتال نامیده می شود می تواند دسته گسترده ای از بیماری ها را تشدید کند. براساس اعلام موسسه ملی تحقیقات دندان، مجموعه و صورت، از هر پنج آمریکایی چهار تن به بیماری لته مبتلا است.

بیماری لته از طریق جریان خون در بروز بیماری ها نقش دارد. باکتری های دهان وارد گردش خون می شوند و به سایر قسمت های بدن می روند و التهاب گسترده ای ایجاد می کنند. عفونت های دهانی با تحریک دستگاه ایمنی بدن باعث ایجاد التهاب در دیگر قسمت های بدن می شوند. مطالعات اخیر نشانگر افزایش خطر ابتلا به بیماری قلبی و سکت در مبتلایان به عفونت های لته است. هرچه عفونت شدیدتر باشد خطر نیز بیشتر می شود. بیماری لته مقدار زیادی باکتری تولید می کند. اگر کسی مشکل دریچه قلب داشته باشد باکتری می تواند قلب را گرفتار کند.

همچنین به نظر می رسد بین دیابت و عفونت های لته ارتباطی وجود داشته باشد.

بیماران دیابتی بیشتر به بیماری های لته مبتلا می شوند. دیان بومکامپ بهداشت کار دهان و دندان در انجمن بهداشت کاران دهان و دندان آمریکا می گوید: «عفونت خونی ناشی از بیماری لته حتی می تواند به پس زدن ایمپلنت مصنوعی کمک کند و مفصل تعویضی را نیز از کار بیندازد»

سایر محققان دریافته اند زنانی که بیماری لته دارند احتمال زایمان زودرس در آنها دو برابر سایر زنان است. مشکلاتی مانند پایین بودن وزن نوزاد هنگام تولد و نقاصی مادرزادی نیز می تواند بروز کند. بیماری لته در دوران بارداری احتمال بروز مشکلاتی را در دوران بارداری و زایمان افزایش می دهد.

بیماری لته از شکل شایع و جزئی ژنئویوت (عفونت نسخ نرم لته) تا اشکال جدی تر پرودونتیت (عفونت نسخ نرم لته بعلاوه استخوان نگهدارنده دندان و الیاف دور دندان) را در بر می گیرد.

این بیماری مهمترین علت از دست دادن دندان ها در بزرگسالان است پوسیدگی دندانانی عامل اصلی از دست رفتن دندان ها در سنین زیر سی سالگی است و بیماری های لته و انساج نگهدارنده دندان بعد از سی سالگی عامل اصلی از دست رفتن دندان ها می باشد. در این حالت دندان ممکن است عاری از پوسیدگی باشد ولی بدلیل لق شدن (عفونت لته و پرودونتیت) بایستی از دهان خارج شود.

مسواک زدن بطور مرتب و کامل و استفاده از نخ دندان اولین اقدام دفاعی در مقابله با بیماری لته است. تغذیه مناسب عاری از تنقلات و نوشیدنی های قندی راه دیگر مقابله با این بیماری است.

اسید موجد در برخی نوشیدنی های گازدار می تواند به دندان و لته آسیب برساند.

مصرف روزانه پنج وعده سبزی و میوه های پر الیاف به سلامت دهان و دندان کمک می کند و تأمین مواد معدنی سطح دندان ها در مراحل اولیه پوسیدگی دندان موثر است.

والدین به ویژه کسانی که بیماری لثه دارند نباید با کودکان از یک ظرف غذا بخورند یا آب بنوشند. حتی عمل ساده فوت کردن به غذا برای خنک کردن آن می تواند باکتری های دهان را از والدین به کودک منتقل کند. مصرف آب حاوی فلوراید و استفاده از خمیردندان حاوی فلوراید نیز حائز اهمیت است. مصرف آب بطری افراد را از یکی از بهترین منابع برای پیشگیری از پوسیدگی دندان محروم می کند.

عدم مصرف دخانیات و مشروبات الکلی نیز نقش مهمی دارد. سیگارها هفت برابر غیر سیگارها به بیماری لثه مبتلا می شوند و بالاخره مراجعه مرتب به دندان پزشک می تواند به تشخیص و درمان زودهنگام بیماری های دهان کمک کند.

\* دکتر حمید میر شمسی (جراح دندانپزشک)  
\* الهام نومیبری (کارشناس اداره نظارت بر درمان)