



Tisková zpráva

Světový den ústního zdraví 2022

„Nečistiš, zaplatíš!“

Česká stomatologická komora se už tradičně – každým rokem v březnu – zapojuje do velkého mezinárodního projektu World Oral Health Day, který od roku 2008 organizuje Světová dentální federace (FDI) společně s více než 150 národními dentálními asociacemi a ve spolupráci s globálními partnery. Tato preventivní osvětová akce, která se každým rokem slaví 20. března, má velký celosvětový úspěch a každoročně přibývají další a další země, které se k oslavám připojují.

V České republice se projektu Světového dne ústního zdraví (SDUZ) ujala Česká stomatologická komora (ČSK) se svými partnery a pro pořádané aktivity získává pravidelně záštitu Ministerstva zdravotnictví. Letošní ročník SDUZ je zarámován mottem „Nečistiš, zaplatíš!“. Jeho význam na následujících řádcích přibližuje členka představenstva České stomatologické komory MUDr. Štěpánka Bálková, která je garantem projektu.

Neteče krev. Tedy ze zánětlivých dásní ano. Ale na přitáhnutí pozornosti k dentální prevenci to nestačí.

Jak tedy zaujmout? Navíc s pocitem, že se neustále opakujeme. Snad každý už ví, že se zuby mají čistit a většina si myslí, že zuby čistí. Existuje nějaké povědomí o souvislosti mezi zubním kazem a cukrem. Přesto je zájem Čechů o dentální prevenci převážně vlažný. Často v ordinacích slyšíme, že se kazy a parodontóza „dělí“. Co se parodontózy a kazivosti týká, zapomeňte na mýty o genetice. Věděli jste, že zdraví svých zubů a dásní můžete ovlivnit vy sami?

Proč „nečistiš, zaplatíš“? Protože špatné zuby vás můžou stát dost peněz, bolesti a v neposlední řadě vás můžou sociálně omezovat. Prevence je velmi účinná a v porovnání s případným ošetřením i levná. Ale něco přece jen stojí, stojí váš čas a úsilí. Každodenní důsledná rutina se vám zkrátka vyplatí, ale její efekt nepocítíte hned.

Proč pečovat o zdravý úsměv? Protože zdravé zuby za to stojí. Plní důležitou funkci při artikulaci, zpracování potravy a v neposlední řadě jsou součástí našeho vzhledu a sociálního kontaktu. Zdravý chrup ovlivňuje náš celkový zdravotní stav. Špatný stav chrupu zvyšuje riziko srdečního infarktu, chronických zánětů v těle a vzniku Alzheimerovy choroby...

Jak na to?

- 1. pravidelná, pečlivá a důsledná domácí dentální hygiena*
- 2. omezení cukrů v potravě a zejména v nápojích*
- 3. preventivní prohlídky*
- 4. nekouřit a omezit alkohol*
- 5. při sportu, kde hrozí úraz, chránič*

Tento text připravuji v době, kdy celý svět s napětím sleduje dění na Ukrajině. Mnoho lidí přišlo o život, včetně dětí. Tisíce lidí muselo opustit své domovy, aby si zachránili to nejcennější, své životy. Z tohoto pohledu je péče o chrup luxusem. Přesto by měla zůstat standardem. Ostatně zubní kartáček by měl být součástí každého evakuačního zavazadla, případně hygienického balíčku humanitární pomoci. Přesto si myslím, že vojáci na frontě, či děti ukrývající se před náletem v metru asi nemyslí na zubní kaz a jeho následky. Využijme toho, že my nejsme ve válečném stavu a můžeme si dovolit zamyslet se nad tím, co můžeme udělat pro sebe a své zdraví. A používat zubní kartáček, protože když nečistiš, tak zaplatíš...

V tomto duchu chceme osvětu v oblasti ústního zdraví šířit prostřednictvím informačních materiálů i na akcích pořádaných pro děti i dospělé. Ve spolupráci se svými partnery a spolupracujícími organizacemi připravila ČSK informační brožuru pro veřejnost se základními pravidly preventivní péče o ústní dutinu. Kromě toho budou v průběhu měsíce března v řadě měst ČR studenti zubního lékařství, studenti dentální hygieny a dentální hygienistky předávat své teoretické i praktické zkušenosti v mateřských a základních školách. Navíc dentální hygienistky připravily ve svých ordinacích Dny otevřených dveří.

Různé akce pro veřejnost pořádá ČSK ve spolupráci s partnery v Praze, Brně, Jihlavě, Karlových Varech, Olomouci nebo Plzni. Největší z nich je letos realizována ve spolupráci s MČ Praha 13. Akce se koná na zelené ploše před radnicí této městské části, a to v pondělí 21. března 2022 v čase od 8.00 do 17. 00. Akce je určena především dětem, které budou seznamovány s principy ústní hygieny formou her a soutěží. Děti získají spoustu užitečných rad a informací, ale díky zábavné formě edukace pochopí, že ústní hygiena může být také záživná a veselá. Čekají na ně pokusy, opravdová sanitka, zubařské křeslo... Připraveny jsou také krátké filmy a čtyři divadelní představení.

Informace o správné péči o ústní dutinu, řada dalších užitečných rad a zajímavých videí a úplný kalendář všech akcí pořádaných v rámci oslav letošního Světového dne ústního zdraví jsou zveřejněny na webových stránkách www.republikabekzaku.cz/sduz.

Světový den ústního zdraví 2022 organizuje Česká stomatologická komora společně se svými partnery Elmex, Philips, Herbadent, Listerine, JPS, GSK, Profimed, CzechDent, Enzymel, Oral-B, Dr. Max a BlueM. Mediálním partnerem je Stoma Team. Na organizaci akcí se podílí Asociace dentálních hygienistek ČR, SSS ČR, Dětský úsměv, 3. LF UK a Soukromá VOŠ zdravotnická pro dentální hygienistky, s.r.o.