

Parodontitida – možnosti samoléčby

Olga Nedopílková, Pavlína Podešvová

Ústavní lékárna, Fakultní nemocnice Ostrava, Ostrava-Poruba

Parodontitida neboli parodontóza je zánětlivé a destruktivní onemocnění parodontu – závěsného aparátu zubu, který drží zub na svém místě. Projevuje se příznaky typickými pro parodontitidu – ustupující dásně, krvácení a zápach z úst. V pokročilém stadiu se zuby následkem porušeného vaziva viklají, což v konečné fázi může vést až ke ztrátě zubů. Léčba je dlouhodobá a je zaměřena na zpomalení destrukce parodontu a zmírnění následků onemocnění. Správná dentální hygiena hraje nejdůležitější roli v prevenci i léčbě již vzniklé parodontitidy.

Klíčová slova: parodontitida, parodont, zubní plak, dentální hygiena, zánět.

Periodontitis – self-care options

Periodontitis is an inflammatory and destructive disease of the periodontium – the supporting apparatus of the tooth that holds the tooth in place. Typical symptoms of periodontitis are recession of gingiva, bleeding and bad breath. In the advanced stage, the teeth wobble as a result of the broken ligament, which in the final stage can lead to the loss of teeth. The treatment is long-term and is aimed at slowing down the destruction of the periodontium and mitigating the consequences of the disease. Correct dental hygiene plays the most important role in the prevention and treatment of already established periodontitis.

Key words: periodontitis, periodontium, tooth plaque, dental hygiene, inflammation.

Co je to parodontitida, výskyt a vznik

Parodontitida je zánětlivé bakteriální onemocnění závěsného aparátu zubů – parodontu. Parodont obklopuje a udržuje zub ve své pozici. Zánět vzniká působením parodontálních bakterií v plaku na povrchu zubu. Působením bakterií dochází k poškození tkání v bezprostředním okolí zubů a jeho dalšího rozšíření. Parodontitida tak vždy začíná gingivitidou, která vzniká ulpíváním zubního plaku na okrajích dásní. Dalšími faktory, které působí na rozvoj parodontitidy, jsou: přítomnost zubního kamene (mineralizovaného plaku), nevyhovující zubní náhrady, odchylky v postavení zubů, dědičnost. S věkem se výskyt parodontitidy zvyšuje (1). U kuřáků je výskyt parodontitidy 4–7× vyšší než u nekuřácké populace (2).

Příznaky a diagnostika parodontitidy

Zarudnutí, zduření okraje dásní a krvácení dásní, které se objevuje při čištění zubů (někdy i při jídle) jsou obvykle prvními příznaky chronického zánětu dásní (gingivitidy). Hlavním příznakem parodontitidy je pak vznik tzv. pravých parodontálních chobotů, jejichž vlivem dochází k rozšíření šterbinovitého prostoru mezi dásní a zubem. Přítomností zubního plaku a parodontálních chobotů je způsoben zápach z úst, který je přítomen u všech pacientů s parodontitidou. Pro parodontitidu jsou typické obnažené krčky zubů, u kterých bývá zvýšená citlivost. Příznakem pokročilé parodontitidy je pak rozvoj viklavosti až putování zubů, který je způsoben úbytkem kosti zubního lůžka (2). Samotná diagnostika parodontitidy se dá shrnout třemi kroky – klinické, rentgenologic-

ké a mikrobiologické vyšetření. Zubní lékař či dentální hygienista vyšetří stav dásní pomocí parodontální sondy. Hodnotí tak krvácivost, přítomnost zubního plaku, kamene a parodontálních chobotů. Rentgenologickým vyšetřením se zjistí přítomnost zubního kamene pod dásněmi v chobotech a změny kostěného zubního lůžka. Mikrobiologickým testem se pak zjišťuje přítomnost parodontálních patogenů a obranných látek ve slinách i v krvi. Po určení diagnózy je navržena léčba, která vede ke zpomalení (ideálně zastavení) destrukce parodontu a zmírnění průběhu parodontitidy (3).

Dentální hygiena a možnosti samoléčby

Prvořadá je kvalitní péče správnými pomůckami, správnou technikou, důkladné odstraňování zubního plaku a pravidelné návštěvy

zubního lékaře a dentálního hygienisty. Doporučeno je použití zubních kartáčků, které příliš nepoškodí dásně. Jsou to kartáčky s měkkými vlákny a s co největším počtem vláken. Ideální zubní kartáček má mít malou hlavičku (o délce 2–3 cm), aby se dostal i do těžce přístupných míst v dutině ústní i částečně do mezizubních prostor.

Dalšími pomocníky pro hygienu v dutině ústní jsou mezizubní kartáčky, dentální nit a ústní sprcha. Mezizubní kartáčky odstraňují zbytky jídla a plaku v prostorech mezi zubem a dásní. Správnou velikost kartáčku doporučí dentální hygienista, případně zubní lékař. Příliš malý kartáček neodstraní všechny přítomný plak a je neúčinný, příliš velký může způsobit poranění dásně. Nejčastěji si pacient vystačí se dvěma velikostmi mezizubních kartáčků.

Dentální nit je nepostradatelná v úzkých prostorech, kde nelze využít mezizubní kartáček. Mezizubní nitě se vyrábí z různých materiálů (přírodní, teflon, nylon, polyamid) s různou povrchovou úpravou (voskované, nevoskované, s příchutí, s fluoridem, bělicí...). Existují i speciálně upravené zubní nitě tzv. superflossy a flosspiky. Superfloss je nit se zpevněnými konci, které se snáze zavádějí do mezizubního prostoru. Střední část nitě je tvořena hrubším materiálem na odstranění plaku. Používá se k čištění implantátů, můstků nebo korunek. Flosspik je nit natažená mezi dvěma plastovými konci držáku ve tvaru písmene C. Pro snadnou manipulaci je mezi pacienty velice oblíbený (4).

Ústní sprcha čistí zuby pomocí proudu vody, jehož intenzita bývá volitelná (obvykle 3 stupně intenzity). Výhodou ústních sprch je, že se dostanou i do obtížně dostupných prostor. Pro výplach se může používat voda čistá nebo ústní vody či roztoky s léčivými přípravky.

Úloha chlorhexidinu

Chlorhexidin je látka, která aktivně ničí bakterie zubního plaku, snižuje jeho tvorbu a usazování. Má široké antibakteriální působení, stejně jako schopnost postupně se uvolňovat a být absorbován do zubní tkáně a sliznice dutiny ústní (5). Množství chlorhexidinu je vždy uvedeno v procentech a platí, že čím více chlorhexidinu, tím kratší je doba používání. Účinek chlorhexidinu může být negativně ovlivněn působením laurylsulfátu sodného (SLS), který bývá obsažen v zubních pastách. Proto se použití ústní vody s chlorhexidinem doporučuje s 30minutovým odstupem od čištění zubů zubní pastou s obsahem SLS nebo je doporučováno používat zubní pastu bez SLS (obvykle označeno na obalu SLS free) (6). Dlouhodobé používání se vzhledem k zabarvování zubů nedoporučuje. Ústní vody, zubní pasty a parodontální gely s chlorhexidinem 0,12–0,20 % (např. Corsodyl 0,1% ústní voda, Parodontax 0,2% ústní voda) jsou obvykle určeny pro použití 2× denně po dobu 14 dní. Přípravky jsou pro dospělé a dospívající od 12 let. Ústní vody s chlorhexidinem s obsahem do 0,06 % (např. GUM Paroex 0,06% ústní voda, Curasept ADS 0,05% ústní voda) jsou vhodné pro každodenní použití jako prevence hromadění zubního plaku. Používá se obvykle 2× denně, výplach po dobu 30 sekund, po mechanickém vyčištění zubů. Na trhu se

Tantum Verde

nabízí také přípravky obsahující směs proteolytických enzymů v kombinaci s chlorhexidinem (např. Enzymel Parodont zubní pasta nebo mukoadhezivní gel na dásně). Proteolytické enzymy trypsin a chymotrypsin usnadňují hojení a snižují otok, redukují zánět. Směs proteolytických enzymů a antimikrobiální látky chlorhexidinu potlačuje bakterie 4× intenzivněji než samotný chlorhexidin. Obsahují obvykle nižší koncentraci chlorhexidinu (Enzymel Intensive 35 zubní pasta nebo mukoadhezivní gel na dásně s obsahem chlorhexidinu 0,035 %) při zachování stejného antimikrobiálního účinku (7).

Fytofarmaka

Mezi léčivé přípravky s antiseptickým, antitflogistickým a adstringentním účinkem patří také fytofarmakum Herbadent roztok na dásně. Je indikován k léčbě parodontitidy a gingivitidy. Složení bylinného extraktu je z natě řepíku, květu heřmánku, natě šalvěje a oddenku nátržníku. Dalšími složkami v roztoku jsou kyselina salicylová a benzokain. Používá se 1× denně večer po vyčištění zubů. Neředěný roztok se nanese na vatovou tyčinku a krouživým pohybem se masíruje okraj dásně okolo každého zubu (8).

LITERATURA

1. Zahnekrankheiten – Parodontitis. [Internet]. Gesundheit. c2022.[cited 2023 Jan 9]. Available from: www.gesundheit.gv.at.
2. Neumann M. Parodontitida – „parodontóza“. In: zuby.cz [Internet]. 2021 May 5. [cited 2023 Jan 9]. Available from: www.zuby.cz/a/iii-parodontitida-parodontoza.
3. Drízhal I, Slezák R. Základy parodontologie. Praha: Státní pedagogické nakladatelství; 1993.
4. Mazánek J. Stomatologie pro dentální hygienistky a zubní

extrakt řepíku, heřmánku, šalvěje a nátržníku je také obsažen v zubní pastě a koncentrátu bylinné ústní vody Herbadent Professional.

Doplňky stravy ve formě tablet nebo kapslí

Přínosem v léčbě parodontózy může být i užívání některých doplňků stravy. Probiodontix tablety s obsahem probiotické kultury *Streptococcus salivarius* M18–bakterie se vyznačuje produkcí tzv. bakteriocinů přispívajících k fyziologické rovnováze mikroflóry v dutině ústní. Probiotický kmen BLIS M18™ (BLIS – Bacterocin Like Inhibitory Substances) je chráněn patentem. Probiodontix má vysokou přirozenou antimikrobiální aktivitu proti patogenům způsobujícím parodontózu a zubní kaz (9).

BioGaia PRODENTIS probiotické pastilky obsahují živé bakterie *Limosilactobacillus reuteri* Prodentis®, které pomáhají doplňovat prospěšné bakterie v dutině ústní. Každá pastilka obsahuje 200 mil. živých bakterií *Limosilactobacillus reuteri* Prodentis® (kombinace *L. reuteri* DSM 17938 a *L. reuteri* ATCC PTA 5289) (10).

instrumentářky. Praha: Grada Publishing, 2015.

5. Rams TE, Slot J. Local delivery of antimicrobial agents in the periodontal pocket. Periodontol 2000. 1996 Feb; (10):139-59.
6. Barkvoll P, Rølla G, Svendsen K. Interaction between chlorhexidine digluconate and sodium lauryl sulfate in vivo. J clin Periodontol. 1989 Oct;16(9):593-5.
7. S čím Enzymel pomáhá. [Internet]. Wald Pharmaceuticals. C2022. [cited 2023 Jan 8]. Available from: www.enzymel.cz/s-cim-enzymel-pomaha.

Antibiotická terapie indikovaná lékařem

U agresivních forem parodontitid jsou někdy zubní lékaři nuceni přistoupit i k přeléčení parodontitidy systémovými antibiotiky. Dle přítomných bakterií a citlivosti volí lékaři nejčastěji mezi klindamycinem, metronidazolem, amoxicilin-klavulanátem nebo kombinací metronidazolu a amoxicilin-klavulanátu, tzv. Winkelhoffův koktejl (11).

(Antibiotická terapie není předmětem tohoto článku.)

Závěr

Možnosti výběru léčivých přípravků nebo doplňků stravy, které lékárna nabízí pro prevenci, samoléčbu či jako doplněk k antibiotické léčbě parodontitidy, jsou hojné. Nicméně je potřeba si uvědomit, že zásadní vliv v prevenci či terapii parodontitidy tkví ve správných návycích dentální hygieny. Je potřeba pacientům vysvětlovat, že léčba parodontózy je dlouhodobá a hlavní úlohu sehrává právě každodenní péče o ústní dutinu. Bez precizní ústní hygieny je jakákoliv farmakoterapie nedostatečná.

8. Souhrn údajů o přípravku Herbadent. [Internet]. [cited 2023 Jan 10]. Available from: www.sukl.cz.

9. Probiodontix. [Internet]. [cited 2023 Jan 9]. Available from: www.probiodontix.cz.

10. Biogaia Prodentis – probiotické pastilky. [Internet]. Ewo-pharma. [cited 2023 Jan 8]. Available from: www.biogaia.cz/produkty/biogaia-prodentis/.

11. Ščigel V. Antibiotika v praxi zubního lékaře. Praha: Quintessenz, 2005.