

STOMATOLOGIA

Ostatnio przeżywam ciężki okres w życiu. Czy stres może zniszczyć moje zęby?



dr n. med.
Agnieszka La-
skus, specjalista
stomatologii,
implantolog,
klinika
Trio-Dent,
Warszawa

Stres jest czynnikiem w znacznym stopniu oddziałującym na zdrowie jamy ustnej. Przede wszystkim w stresie nie przywiązujemy znaczącej uwagi do zabiegów higienizacji po każdym posiłku. Ponadto stres sprzyja zmniejszonemu wydzielaniu śliny i jej lepkości, co w połączeniu z gorszą higieną jest głównym czynnikiem nadmiernej akumulacji i przylegania do zębów płytki nazębnej, która prowadzi do próchnicy i chorób przyzębia, potocznie nazywanych parodontozą.

Długotrwałe napięcie psychiczne i stres może także wpływać na pojawienie się zaburzeń o charakterze psychosomatycznym – parafunkcji narządu żucia, np. zwiększonego zaciskania i zgrzytania zębami. Miejscowo pojawiają się starcia szkliska zębów, uszkodzenie struktur przyzębia, obniżenie zwarcia, dysfunkcje stawów skroniowo-żuchwowych. Wzmoczone napięcie żwaczy i mięśni mimicznych prowadzi do problemów związanych z bólami głowy (okolica skroniowa i czołowa), karku, twarzy aż po dolegliwości kręgosłupa, obręczy barkowych czy nawet stawów skokowych. Tak więc stres ma swoje bezpośrednie i pośrednie przełożenie na zdrowie i wygląd naszych zębów, przyzębia, jak również może wpływać na stawy i szeroko rozumiany układ stomatognatyczny.