

УДК 616.314.1

СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Чигарина С.Е.

ГБОУ ВПО «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Самара, e-mail: apelin91@yandex.ru

Проведено изучение стоматологического здоровья у 100 студентов Самарского университета в возрасте 19 – 22 лет. Результаты исследования показали наличие высокого процента зубов, пораженных кариозным процессом, низкий уровень информированности студентов в вопросах личной гигиены полости рта и влияния углеводов на состояние зубов. В процессе обучения на кафедре безопасности жизнедеятельности и физического воспитания у студентов появляется осознанная необходимость изменения характера питания и ответственного отношения к проведению гигиенических мероприятий в полости рта.

Ключевые слова: студенты, питание, гигиена полости рта, кариес зубов

THE STOMATOLOGIC HEALTH OF STUDENTS

Chigarina S.E.

Samara State Medical University, Samara, e-mail: apelin91@yandex.ru

Studying of stomatologic status of 100 students of Samara state university at the age of 19-22 years was carried out. The results of research showed the existence of a high percent of teeth affected with carious process, low level of students' knowledge of personal hygiene of oral cavity and influence of carbohydrates on dental health. During the course of life safety and bases of medical knowledge students learn the conscious need of changing the character of meal and the responsible relation to carrying out hygienic actions for oral cavity.

Keywords: students, hygiene of oral cavity, teeth caries, sealed-up teeth, meal

Распространенность заболеваний, в том числе и болезни зубов у студентов в период обучения в вузе имеет тенденцию к увеличению [1, 3]. Это обусловлено отсутствием адаптации к интенсивным информационным нагрузкам, стрессам и в первую очередь, изменениям режима питания, отдыха и сна (в основном это хроническое недосыпание), а если говорить о стоматологическом здоровье, то это вероятно и недостаточная мотивация по уходу за полостью рта. В целом здоровье человека зависит от слаженности работы всех органов организма и значительная роль в этом принадлежит зубам [2, 8]. Кариозные зубы являются причиной неприятного запаха изо рта и очагом инфекции в организме [4]. В связи с этим состояние зубов определяет возможность полноценного питания и реализации функции трудовой и коммуникативной деятельности студентов. Здоровые зубы и красивая улыбка являются важными показателями социальной успешности человека [5, 6, 7]. Профессор В.К. Лентьев впервые указал на функциональное предназначение зубов в обеспечении качества жизни исходя из 3-х позиций:

- здоровые зубы – главный фактор, обеспечивающий качество питания человека;
- здоровые зубы как фактор, оказывающий существенное влияние на эстетику лица;
- здоровые зубы как символ благополучия населения.

Следует также отметить, что зубы являются неотъемлемой частью полноценной речи, которая способствует желанию общаться с людьми [9].

К факторам, которые представляют риск развития кариеса зубов в первую очередь относится несбалансированное питание, т.е. недостаточное поступление белков, жиров, углеводов, витаминов и минералов, необходимых для здоровья зубов и организма в целом. Питание является основой здорового образа жизни.

Человек здоров, пока здоровы его зубы, говорили древние лекари и поэтому необходимо проявлять заботу о зубах, для сохранения здоровья всего организма. Зубы любят, когда их любят!

Цель исследования – выявить данные самооценки у студентов о стоматологическом здоровье для мотивации к ограничению употребления сладостей и правильной гигиене полости рта.

Материалы и методы исследования

Проведен опрос и анкетирование 100 респондентов (65 – девушек, 35 – юношей) в возрасте 19-22 лет о наличии у них запломбированных зубов и зубов пораженных кариесом, определению мотивации к правильной гигиене полости рта и оценке количества шоколада/шоколадных сладостей, употребляемых студентом. Исследование состояло из двух этапов: первый этап проводился до начала практических занятий, второй этап – после проведения занятий по темам «Гигиена полости рта» и «Питание современ-

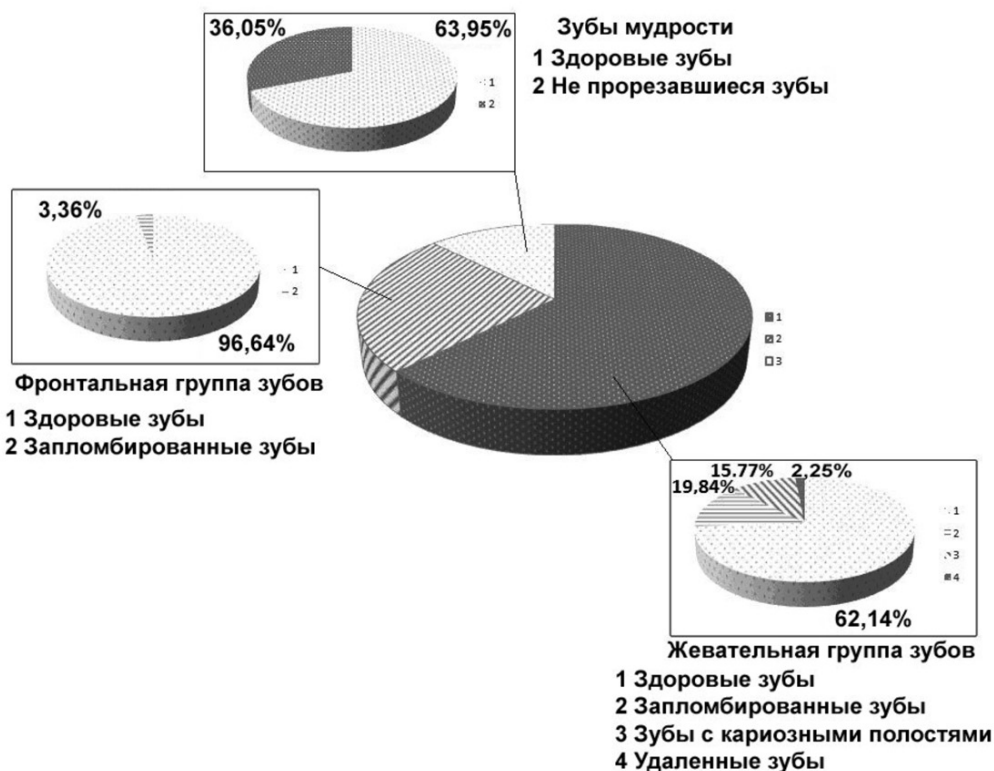
ного человека» по дисциплине безопасность жизнедеятельности. Анкета первого этапа состояла из 13 вопросов, второго этапа состояла из 6 вопросов. Статистическая обработка данных осуществлялась средствами программы Open Office Calc.

Результаты исследования и их обсуждение

Проведенные исследования показали, что всего 13 человек имеют здоровые зубы. Больные, не леченые зубы выявлены у 1 студента, но за стоматологической помощью он не обращается, так как испытывает непреодолимый страх перед лечением зубов. У 86 студентов имеются 217 кариозных зубов (жевательная группа) и 296 запломбированных зубов, из них 273 зуба жевательной группы (основная группа зубов, которая участвует в пережевывании пищи и отвечает за качество пищеварения) и 23 зуба фронтальной группы (зубы, которые участвуют в откусывании пищи и определяют улыбку человека). Всего поражено кариозным процессом 513 зубов. Запломбированных зубов по поводу кариеса – 206, по поводу осложнений кариеса (пульпит и периодонтит) – 90, удаленных – 31, не прорезавшихся зубов «мудрости» – 124 (рисунок).

По данным опроса к врачу стоматологу обращаются: при наличии зубной боли 51 % студентов, при ощущении дискомфорта в зубе – 43 %, для проведения санации полости рта с профилактической целью (это – студенты, которые следят за своим здоровьем) – всего 6 % анкетированных студентов. Проведенный статистический анализ свидетельствует о высоком уровне поражения зубов кариесом: у одного студента на долю кариозных зубов приходится 21,58 % от здоровых зубов. В среднем каждый студент имеет примерно 5 – 6 пораженных зубов кариесом, а с пломбами по 3 – 4 зуба.

Следует отметить, что у всех студентов выявлена недостаточная мотивация к гигиене полости рта и отсутствие умений выполнения правильной чистки зубов. Хотя все студенты считают, что они чистят зубы правильно. На вопрос анкеты: «Вас обучали правильной чистке зубов» – 99 студентов ответили «нет». После проведенного практического занятия по теме «Безопасность стоматологического здоровья» все респонденты пришли к выводу, что они чистят зубы неправильно. Это говорит о завышенной самооценки студентов в соблюдении правил по гигиене полости рта.



Количественное отношение здоровых и пораженных кариесом зубов у студентов

Особый интерес представляют данные по оценке количества употребляемых студентами легкоусвояемых углеводов. Результаты исследования показали, что 97 студентов в неделю съедают 184 шоколадки или шоколадных сладостей, весом по 100 граммов, т.е. 1 студент съедает в среднем 1,9 плитки шоколада (190 г) в неделю и только 3 человека не едят шоколад/шоколадные сладости вообще. За время нахождения на занятиях в университете студенты стараются утолить голод за целый день сладкими продуктами, предпочтение отдают шоколадкам и шоколадным сладостям. Известно, что употребление данных продуктов в промежутках между едой, особенно при недостаточном уходе за полостью рта, сопровождается интенсивным размножением микроорганизмов в полости рта и поражением зубов кариесом (Боровский В.Е., 2003). В связи с этим необходимо обращать внимание не только на количество углеводов, употребляемых человеком, но и на частоту и длительность их пребывания в полости рта.

В то же время проведенный корреляционный анализ не выявил достоверной взаимосвязи между употреблением шоколадок/шоколадных сладостей и количеством кариозных зубов: коэффициент корреляции у юношей равен 0,27, у девушек 0,24.

Таким образом, можно сделать вывод, что количество употребляемых шоколадок/шоколадных сладостей напрямую не влияет на состояние зубов, следовательно, существуют более значимые в этом отношении факторы, такие как правильность и систематичность мероприятий по гигиене полости рта, и конечно же в первую очередь сбалансированное и рациональное питание.

В процессе обучения по темам «Питание современного человека», «Гигиена полости рта» студенты осознанно приняли решение изменить отношение к употреблению шоколадок/шоколадных сладостей и ответственного отношения к правильной чистке зубов и гигиене полости рта в целом.

Заключение

Проведенные исследования указывают на низкий уровень информированности студентов в вопросах проведения правильной личной гигиены полости рта, влиянии углеводов на состояние зубов, и соблюдения требований сбалансированного, рационального питания, что является результатом отсутствия мотивации к безопасному стоматологическому здоровью.

Знания, полученные студенческой молодежью во время обучения по выше указанным темам, повысили их стоматологическую грамотность не только для стоматологического здоровья, но и для здоровья организма в целом.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что учебный процесс в вузе призван решать разнообразные задачи профилактики по сохранению и укреплению здоровья студентов, в том числе и стоматологического.

Список литературы

1. Белова И.И. Парадоксы здорового образа жизни учащейся молодежи // Социологические исследования. – М., 2008. – № 4. – С. 84-86.
2. Взаимосвязь условий жизнедеятельности со здоровьем и производительностью труда / О.В. Беляева, С.Е. Чигарина // Безопасность жизнедеятельности. Культура безопасной жизни / под ред. И.Г. Кретовой, А.А. Николаевой, В.Ю. Живцова. – Самара, 2013. – С. 209-222.
3. Варламова С.П., Седова Н.Н. Здоровый образ жизни – шаг вперед, два назад // Социологические исследования. – М., 2010. – № 4. – С. 75-87.
4. Каплан З.М., Максимовский Ю.М., Кича Д.И., Каплан Б.М. Комплексная стоматологическая активность и здоровье зубов молодежи / Методические рекомендации. – М., 2006 – 17 с.
5. Леонтьев В.К. Зубы и качество жизни. Труды V съезда Стоматологической Ассоциации. – М., 1999. – С. 60-67.
6. Леонтьев В.К. Здоровые зубы и качество жизни. Стоматология. – 2000. – № 5. – С. 10-13.
7. Леонтьев В.К., Макарова Р.П., Кузнецова Л.И., Блохина Ю.С. Сравнительная характеристика оценки качества жизни пациентами стоматологического профиля. Стоматология. – 2001. – № 6. – С. 63-64.
8. Улитовский С.Б., Калинина О.В. Взаимосвязь уровня гигиенических знаний студентов с состоянием гигиены полости рта // Маэстро стоматологии. – 2006. – № 1 (21). – С. 42-46.
9. Чигарина С.Е. Профилактика стоматологических заболеваний полости рта / Методические рекомендации. – Самара, 2008 – 20 с.