

أساسيات ومدخل إلى طب الفم الوقائي

1. مقدمة:

درهم وقاية خير من قنطار علاج
الأسنان وجدت لتبقى خادمة للإنسان صحياً ونفسياً وجمالياً وهي مسؤولية كل من الطبيب والمريض والأهل.
86% من الأسنان تفقد بسبب أمراض اللثة والنخور.
أبو القاسم: إزالة القلح/ منع حدوث الأمراض اللثوية، استعمال السواك.
في ألمانيا: أول عيادة لطب أسنان الأطفال 1865

2.1. من أهداف الوقاية الفموية لعام 2000:

1. بعمر (5_6) سنوات ينبغي أن تكون نسبة 50% من أسنان الأطفال خالية من النخر.
2. بعمر (12) سنة ينبغي أن يكون عدد الأسنان النخرة أو المفقودة أو المحشوة 3 أسنان أو أقل.
3. بعمر (18) سنة ينبغي أن يحتفظ 85% من السكان بجميع أسنانهم.
4. بعمر (35_44) سنة ينبغي أن يكون عدد الأسنان النخرة أو المفقودة أو المحشوة 3 أسنان أو أقل.
5. بعمر (65) سنة أو أكثر ينبغي أن يتحقق تخفيض قدره 50% في مستويات الدرد الحالية.

3.1. من أهداف منظمة الصحة العالمية لعام 2010:

1. بعمر (5_6) سنوات ينبغي أن تكون نسبة 50% من أسنان الأطفال خالية من النخر.
2. بعمر (12) سنة ينبغي أن يكون عدد الأسنان النخرة أو المفقودة أو المحشوة 1.
3. بعمر (18) سنة ينبغي أن يحتفظ 85 – 100% من السكان بجميع أسنانهم.
4. بعمر (35_44) سنة ينبغي أن يكون عدد الأسنان النخرة أو المفقودة أو المحشوة 3 أسنان أو أقل.
5. بعمر (65) سنة أو أكثر ينبغي أن يتحقق تخفيض قدره 50% في مستويات الدرد الحالية.

4.1. مبادئ الطب الوقائي:

1. دراسة الأمراض.
2. معرفة انتشارها.
3. الوقاية والحد منها.

1. 5. تعاريف:

علم الأسباب: (Etiology):

علم يختص بدراسة مسببات المرض، هو الأهم في الوقاية. مثلاً النخر (سن/ لويحة جراثومية/ كربوهيدرات/ زمن).

الآلية الإراضية للمرض: (Pathology): كيفية حدوث المرض (كيف تؤثر اللويحة، إزالة التمعدن....)

المعالجة: (Treatment):

الإجراءات الطبية أو الدوائية أو الجراحية التي يتم تطبيقها للعودة بالمريض من حالة المرض إلى حالة الصحة.

الوقاية: (Prevention): منع حدوث المرض، الحد من انتشاره، إعادة التأهيل.

علم الأوبئة (علم انتشار المرض (Epidemiology): مدى انتشار المرض وبالتالي مدى الاهتمام الطبي بهذا المرض.

الإنذار: (Prognosis): إنذار سيئ أو جيد.

الصحة: الحالة العامة الفيزيائية، العقلية والاجتماعية الجيدة، وليس انعدام المرض أو الوهن.

1. 6. مراحل الوقاية:

. الوقاية الأولية

. الوقاية الثانوية

. الوقاية الثالثة

1. 6. 1. 1. الوقاية الأولية: منع حدوث المرض ويتم ذلك عن طريق:

1. رفع مناعة الجسم الذاتية: (اختيار الأغذية الصحية، تحسين ظروف السكن والعمل، الرياضة....)

2. الوقاية النوعية: الطرق المتبعة لمواجهة أسباب المرض، موجهة نحو العامل الممرض (انتاني، غير انتاني،

مهني، غذائي)، (حذف مادة كيميائية أو إضافة عنصر غذائي كالفلور)

1. 6. 2. الوقاية الثانوية: اكتشاف المرض في مرحلة مبكرة والقيام بالمعالجة المبكرة.

التشخيص المبكر، الحد من العجز وتخفيف الآثار الجانبية.

1. 6. 3. الوقاية الثالثة:

إعادة تأهيل المريض إلى الحالة السليمة (المعالجات الجراحية والتعويضية للوجه والفكين، المعالجات

التجميلية). وهذا يتطلب فريقاً كاملاً من الفنيين المساعدين كالممرضين والمعالجين الفيزيائيين والجراحين

والأطباء النفسيين.

بدءاً من الوقاية الأولية إلى الوقاية الثالثة ترتفع بشكل ملحوظ الأجرور المالية للعناية الصحية وتتناسب عكسا مع إرضاء المريض.

1. 7. تقسم الوقاية أيضاً إلى وقاية فردية ووقاية عامة.

1. 1. 7. الوقاية الفردية: خاصة بكل فرد.

1. 2. 7. الوقاية العامة: على مستوى المجتمع بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية.

1. 8. دور المجتمع وعلاقته بتطوير الطب الفموي الوقائي:

1. 8. 1. التركيب العمري للسكان: (ارتباط أمراض معينة بفئة عمرية).

- ينعكس بوضوح على المشكلات الصحية والفموية،

- له علاقة أساسية بطريقة مجابهة وحل المشكلات الصحية والفموية،

يتوجب على طبيب الأسنان أن يدرك هذه الأمور.

(الغذائي الهضمي) نتيجة تناول الأغذية الملوثة، (A) مثلاً: يمكن أن يصاب الأطفال بالتهاب الكبد

في حين التهاب الكبد الفيروسي: يصيب الفئات العاملة في طب الأسنان، (B)

إذا نجري الدراسة على فئات عمرية محددة لأننا غير قادرين على دراسة كامل فئات المجتمع.

1. 8. 2. توزيع السكان بالنسبة للجنس: أمراض مرتبطة بالجنس مثلاً مرض الناعور (نقص العامل

الثامن) يصيب الذكور فقط في حين تكون الإناث حاملات للمرض. (أهمية هذا المرض عند القلع).

1. 8. 3. العامل المهني:

- العاملين في الطباعة يصابون بالتسمم بالرصاص (التظاهرات الفموية اللثوية).

- العاملين في المناجم الفلورية الفوسفاتية يصابون بالتسمم الفلوريدي.

1. 8. 4. عادات المجتمع وتقاليده:

- تناول القات في اليمن (القات عبارة عن ورق يمضغ وعصارته تشبه الأمفيتامينات ولها تأثير منه يؤدي فيما

بعد إلى الشعور بالخمول وتسبب أمراض فموية وبيضاض الأغشية المخاطية وأمراض ما قبل

سرطانية.

- في السودان هناك نبتة تشبه القات يسمونها المضغعة توضع في دهليز الفم.
- في سوريا الأركيلة وأضرارها المباشرة على الفرد نفسه وعلى الآخرين (التدخين السلبي).

5.8.1. المستوى التعليمي والثقافي:

- على مستوى المجتمعات: متقدمة ونامية.
- على مستوى الأفراد: المستوى التعليمي والثقافي والاقتصادي.
- الفقر والجهل توأمان للمرض.

9.1. منظمة الصحة العالمية: World Health Organisation (W.H.O.)

وكالة متخصصة من وكالات الأمم المتحدة أنشئت عام 1948. تعزز التعاون التقني بين الأمم من أجل الصحة، وتضطلع ببرامج لمكافحة المرض واستئصاله وتسعى إلى تحسين نوعية حياة البشر.

1.9.1. الوظائف القيادية الرئيسية لمنظمة الصحة العالمية: لها أربع وظائف قيادية رئيسية:

1. توفير التوجيهات في مجال الصحة في جميع أنحاء العالم.
2. تحديد معايير عالمية من أجل الصحة.
3. التعاون مع الحكومات في تعزيز البرامج والسياسات الصحية الوطنية.
4. استنباط التقنيات الصحية المناسبة والمعلومات والمعايير الصحية والترويج لاستخدامها استخداماً صحيحاً.

10.1. الخدمات التي يمكن أن يقدمها المجتمع في مجال الطب الوقائي:

1. إجراءات الضمان الاجتماعي: التأمين.
2. التعليم: بواسطة وسائل الإعلام المختلفة (إذاعة، تلفاز، مجلات، صحف....)
3. إنتاج الغذاء وتوزيعه.
4. خدمات الطب البيطري: الحد من الأمراض التي تنتقل إلى الإنسان عن طريق الحيوانات.
5. تحديد ساعات العمل وتأمين ظروف صحية مناسبة للعمل.
6. تسهيل الوصول إلى الوحدات الصحية.
7. المعسكرات الإنتاجية العلمية السنوية.
8. إنشاء مستويات حكومية تقدم خدمات علاجية ووقائية مجانية.....

1. 11. مدارس الوقاية من النخر السني:

1. 11. 1. المدرسة الانجلوساكسونية (الولايات المتحدة – كندا- ايطاليا): تعتمد مبدأ الوقاية الجماعية المنفصلة. فلورة مياه الشرب بشكل رئيسي 66%.
1. 11. 2. المدرسة الاسكندنافية: تطبيق الفلور الموضعي والجهازي أي مبدأ الوقاية الفردية.
1. 11. 3. المدرسة الأوروبية: مبدأ الوقاية شبه الجماعية - إضافة الفلور إلى ملح الطعام 250 ملغ فلور/كغ ملح.

أي استراتيجية يجب اتباعها:

فلورة مياه الشرب: خطر الانسمام الفلوري والمسألة الاخلاقية حيث أن هناك أشخاص لا يحتاجون الفلور ونحن نعطيهم.

معالجة وقائية فردية مكثفة: الجدوى الاقتصادية: ثمن مردود.

سياسة وقائية ذات فاعلية= معرفة دقيقة للحاجات الصحية وعوامل الخطورة في المجتمع.

استخدام الفلور بأشكاله التقليدية لا يزال حجر الزاوية في البرامج الوقائية العامة.

أبحاث وقائية معتمدة على الأسس العلمية بشكل صارم.

إجراء برنامج وطني للمسح السني يبدأ بعمر مبكر جداً لتعيين الأطفال ذوي الخطورة العالية.

زيادة الاهتمام بالعناية الصحية الأولية والتنظيف الصحي المتعلق بصحة الفم والأسنان.

ضرورة خلق نظام تأمين صحي يؤمن العدالة في المعالجات السنية.

إذاً هدف عملية التخطيط هو تحقيق أكبر تحسن ممكن في مجال صحة الفم لدى المجتمع باستخدام الموارد المتاحة وبأقل تكلفة ممكنة.

1. 12. الأساليب والبرامج الوقائية: تحتوي برامج صحة الفم الخاصة بالمجتمعات خمسة مبادئ

عامة للتنظيف الصحي هي:

1. تضمين أي عمل وقائي عناصر تثقيفية.
2. تثقيف جميع الفئات المستهدفة (آباء، أمهات، مربين في دور الحضانة، منتجي الأغذية، طلاب، مدرسين وأساتذة...).
3. تصميم المواد التعليمية وتأمين عينات تعليمية ملائمة مثل: المنشورات والملصقات والأفلام...
4. التثقيف الفموي جزء من التثقيف الصحي.
5. التوافق والانسجام مع المعارف العلمية والثقافة المحلية والنظام التعليمي والأهداف الاجتماعية.

12.1.1. الطرق المستخدمة في التثقيف الصحي للمجتمع:

1. الاتصال المباشر بين شخص وآخر.
2. العرض الجماعي للمعلومات في المدارس والاجتماعات واللقاءات.
3. تشكيل لجان لحل المشكلات المحلية.
4. نشر المعلومات من خلال وسائل الإعلام (صحف، إذاعة، تلفزيون....).

12.1.2. الوقاية: تشمل الوقاية:

1. تثقيف الأهل وتعميم البرامج الوقائية لصحة الفم والأسنان.
2. مراقبة الغذاء والتقليل من تناول السكريات.
3. توجيه الأطفال إلى طرق التفريش الصحيحة.
4. استخدام معاجين الأسنان الحاوية على الفلورايد.
5. برنامج الفحص الدوري.
6. المواد السادة.

13.1. أهداف تنظيف الأسنان عند الأطفال:

1. إزالة اللويحة
2. تطبيق الفلورايد
3. تعويد الطفل على الصحة الفموية
4. لفت انتباه الأهل للأسنان اللبنية التي تبرز

14.1. نصائح للمحافظة على أسنان سليمة:

1. في الأشهر الستة الأولى إرضاع طبيعي.
2. الرضاعة مصنوعة من الزجاج (baby bottle).
3. اعتباراً من عمر 8 أشهر الشرب من الكأس.
4. فواكه وخضار.
5. ماء أو شاي غير محلى بدلاً من المشروبات الحاوية على السكريات.
6. تقليل تكرار تناول السكريات بين الوجبات.
7. تناول السكريات مباشرة بعد الوجبة الرئيسية.
8. تفريش الأسنان بشكل صحيح بعد تناول الوجبات الرئيسية.