

**Протезирование зубов является единственной возможностью восстановления всех функций зубного ряда при утрате или повреждении одного или нескольких зубов. С чего начинать протезирование – на вопросы наших читателей отвечает врач-стоматолог, кандидат медицинских наук Гюлмет Исмаилович Рахмалиев**

**– Гюлмет Исмаилович, с чего лучше всего начинать протезирование зубов?**

Любое протезирование зубов начинается с консультации врача стоматолога-ортопеда, при проведении которой он определяет объем и вид подготовки полости рта к протезированию. Обычно врач стоматолог-ортопед перед началом протезирования

## Будьте здоровы!

# Подготовка к протезированию зубов. С чего начать?

рекомендует сделать панорамный снимок всех зубов (ортопантомограмму), чтобы в целом оценить состояние зубной ткани и выявить возможные проблемы. Затем после обследования составляется индивидуальный план подготовки к протезированию и выбор протеза.

**– Что в себя включает план подготовки?**

План состоит из нескольких этапов. На первом этапе проводится удаление не подлежащих лечению и протезированию зубов. Это лучше делать в первую очередь,



чтобы к началу протезирования всё хорошо зажило и десна имела устоявшийся рельеф. Также проводится удаление выступающих и шипообразных выростов костной ткани (экзостозов и остеофитов), мешающих установке зубных протезов. На этом же этапе в случае необходимости проводится установка имплантатов – как для несъемных протезов, так и для дополнительной опоры при съемном протезировании.

**– В чем заключается следующий этап?**

Следующий этап в подготовке полости рта – это лечение зубов. Именно на этом

этапе проводится непосредственная подготовка зубов к протезированию: лечение кариеса и его осложнений, депульпирование подлежащих протезированию зубов (удаление нерва из корневого канала с последующей его пломбировкой), подготовка корней под вкладки, а зубов под коронки. Выполнение этого этапа определяет надежность подготовленных зубов и корней для протезирования.

**– Нужна ли профессиональная гигиена полости рта при подготовке к протезированию?**

Профессиональная гигиена полости рта – обязательный этап и включает в себя снятие зубных отложений и пигментированного налета.

В заключение хотелось бы сказать, что каждый успешно проведенный этап подготовки к протезированию зубов является гарантом длительной эксплуатации ваших зубных протезов.

# Время бросить курить!

По данным Всемирной организации здравоохранения, табак является главной причиной развития многих смертельно опасных заболеваний. Их можно предотвратить, если отказаться от этой пагубной привычки.

### Суммарный риск

Табачный дым представляет собой крайне опасную форму загрязнения воздуха, в нем содержится более 7000 химических веществ, из которых 69 входят в число известных канцерогенов. Основные из них: никотин, окись углерода, цианистый водород, бензол, хлористый винил, различные «смоли», формальдегид, никель, кадмий... Никотин, например, кроме того, что вызывает физическую зависимость от табака, еще и способен нарушать тонус сосудистой стенки, способствуя ее повреждениям, спазмам и образованию тромбов в кровеносных сосудах. Окись углерода, соединяясь с гемоглобином, образует карбоксигемоглобин, который блокирует перенос кислорода к органам и тканям. Кроме того, вредные компоненты табачного дыма способствуют развитию таких мощных факторов риска, как артериальная гипертензия, нарушения в системе переноса холестерина в стенке сосудов, усиливая отложение в них холестерина. В результате создается опасный для здоровья сердца и сосудов комплекс факторов риска, так называемый высокий суммарный риск.

Курение вызывает три основных заболевания: рак лёгких, хроническую обструктивную болезнь лёгких (ХОБЛ) и коронарную болезнь. Уже давно доказано, что табакокурение является причиной смертности от рака лёгких в 90% всех случаев, летальных исходов от бронхита и эмфиземы в 75% случаев и смерти от болезни сердца примерно в 25% всех случаев. Кроме того, у курящих в 13 раз чаще развивается стенокардия, в 12 раз – инфаркт миокарда, в 10 раз – язва желудка. Нет такого органа, который бы не поражался табаком: это и почки, и мо-



В наиболее опасную группу риска, получающую вред от курения, попадают дети. Именно они не только вдыхают табачный дым своих родителей и окружающих людей, но и невольно запоминают поведение курящих взрослых, что сказывается на стремлении начать курить, «чтобы быть как взрослый».

чечей пузырь, и половые железы, и кровеносные сосуды, и головной мозг, и печень...

### Опасный тренд

В последнее время все чаще встречаются молодые люди, идущие по улицам окутанными клубами дыма. Это – пользователи электронных сигарет и вейпов. Электронные сигареты продвигаются как средства, которые помогают бросить курить. Одна-

ко это далеко не так. Всемирная организация здравоохранения информирует, что безопасность электронных сигарет и их эффективность в борьбе с курением экспериментально не доказаны. Пристраившись к вейпам, люди становятся постоянными потребителями электронных, и обычных сигарет, так называемыми двойными курильщиками. Вейпы могут вызывать и поддерживать никотиновую зависимость еще больше, чем обычные табачные изделия. Уже сейчас можно сказать – это опасный тренд.

В настоящее время активно ведется работа, в том числе и законодательная, по борьбе с табакокурением. Напомним, что с 1 июня 2013 года в России

действует так называемый «антитабачный» закон (Федеральный закон от 23.02.2013 №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»), предусматривающий введение ценовых и налоговых мер, вводящий полный запрет на рекламу и продвижение табачной продукции, продажу несовершеннолетним или покупку для них табачной продукции, курение в общественных местах, организациях здравоохранения, образования, на рабочих местах.

Также законом гарантируется лечение табачной зависимости для тех, кто хочет отказаться от курения.

Анна Светлова

### По вопросам отказа от курения можно обратиться в Центры здоровья города:

– Центр здоровья на базе ГБУЗ ЯО «Ярославский Областной клинический госпиталь ветеранов войн – международный Центр по проблемам пожилых людей «Здоровое долголетие», ул. Угличская, 40, тел. (4852) 73-44-27, график работы: пн-пт – с 8.00 до 15.00;

– Центр здоровья на базе ГБУЗ ЯО «Клиническая больница № 1», ул. Некрасова, 6, тел. (4852) 30-86-31, режим работы: пн-пт – с 8.00-19.00, сб – с 8.00-13.00.

Кроме этого, каждый, кто хочет избавиться от этой пагубной привычки, может обратиться в консультативный центр помощи в отказе от потребления табака, позвонив по бесплатному номеру 8-800-200-0-200 или направив запрос на получение консультации по адресу электронной почты: ktc01@mail.ru, указав свой номер телефона.

Также на территории России работает интернет-портал о здоровом образе жизни www.takzdorovo.ru, где вы можете найти много интересной и полезной информации, в том числе по отказу от курения.

**Здесь может быть ваша реклама. Тел.: (4852) 30-75-65**