



Suomen koulu- ja opiskeluterveyden yhdistyksen

50-vuotisjuhlaseminaari 11.10.2013

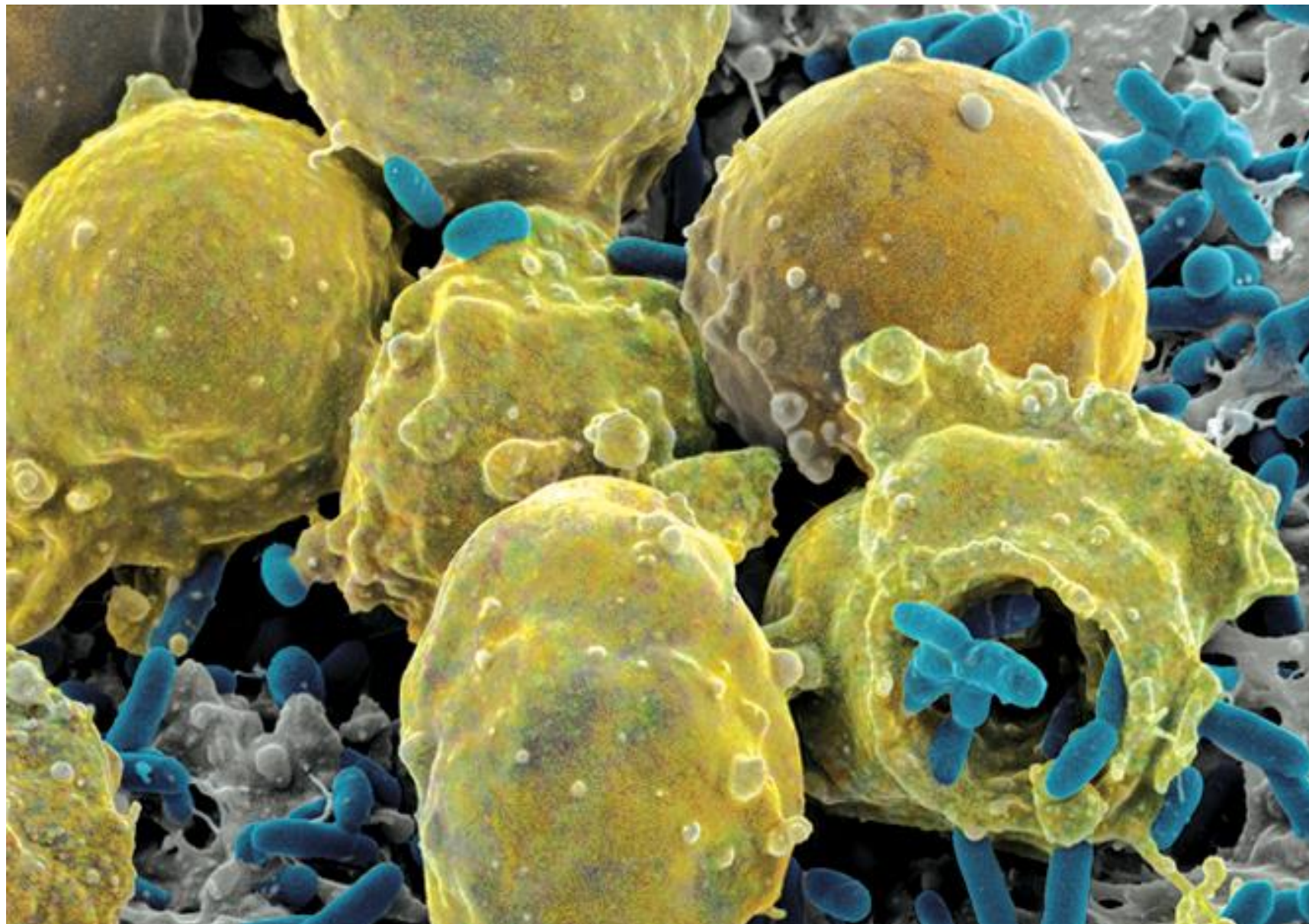
”Puhutaan suusta”

Suun terveydenhuolto yhteistyössä

Johtajahammaslääkäri Anne Komulainen



OPISKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ



OPIKELIJAN PAREMPAA TERVEYTTÄ



Mitä lääkärin on hyvä pitää mielessä suusta potilastaan tutkiessaan?

1/2

Mikrobit ja suu

- Suu on suorassa yhteydessä kehon ulkopuoliseen maailmaan hengitysilman, ruoan, käsien ja muiden kontaktien välityksellä, jonka vuoksi se on erityisen altis mikrobi-infektioille.
- Suun runsaat, monimuotoiset pinnat, kosteus, lämpö ja jatkuva ravinteiden saanti suosivat mikrobien tarttumista ja kasvua. Hampaan uusiutumaton pinta tarjoaa hyvän alustan biofilmille.
- Suuhun asettuu jo lapsena runsas mikrobisto. Suun bakteerien normaalifloora kehittyy lapselle heti maitohampaiden puhjettua. Hammasplakista on eristetty viitisen sataa erilaista mikrobia ja edenneessä parodontiitissa hampaiden pintojen kokonaisbakteerimäärän on arvioitu olevan luokkaa 10 potenssiin 11. Myös terveessä suussa esiintyy niin bakteereita, viruksia kuin sieniäkin.
- Suussa on toisaalta tehokas puolustusjärjestelmä, johon kuuluvat syljen virtaus, sen sisältämät antimikrobiset aineet ja sylkirauhasten sekretoriset vasta-aineet, mutta myös epiteelin nopea uusiutuminen ja sen synnynnäinen antimikrobisysteemi. Monet syljeneritystä vähentävät lääkkeet heikentävät suun luontaista puolustusta.

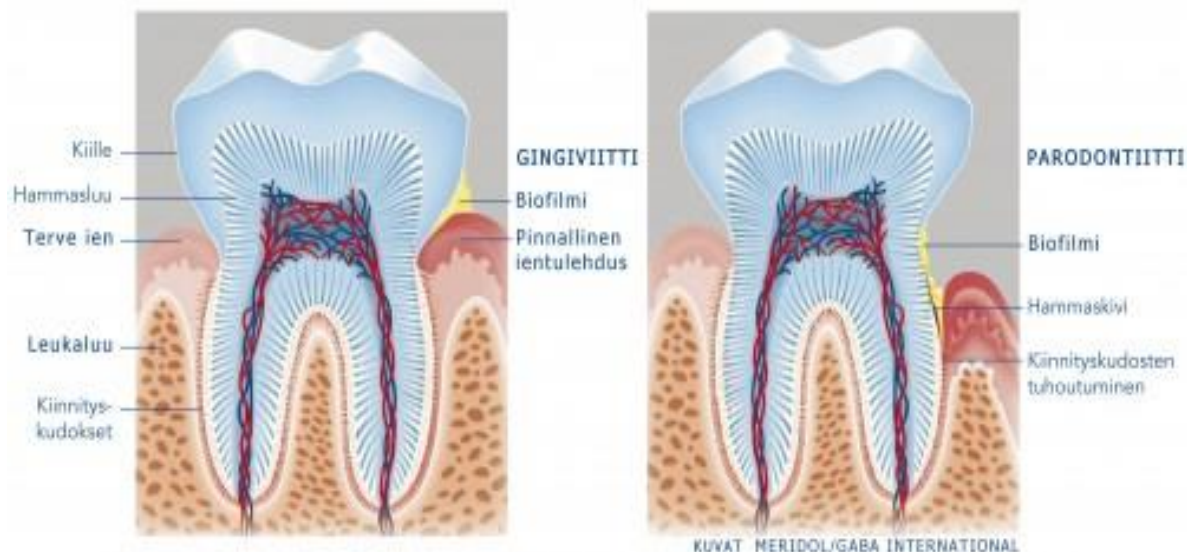


2/2

- Mikrobit muodostavat hampaiden pinnoille biofilmiyhteisöjä, joissa ne kommunikoivat keskenään, tekevät yhteistyötä ja suojautuvat ulkopuolisia uhkia vastaan.
- Mikrobin aiheuttamia erilaisia suun ja hampaiden tulehdustiloja on lukuisia esimerkiksi gingiviitti, parodontiitti, karies, suun limakalvohaavaumat, periapikaaliosteitiitti, perikoronitiitti ja osteomyeliitti.
- Valtaosa suun infektiosta on kroonisia ja vähäoireisia ja sen vuoksi huonosti potilaan itse havaittavissa.
- Kauan jatkuneilla suun infektiolla on yleisterveydellisiä vaikutuksia.



Iensairaudet ovat merkittävä kansanterveysongelma Suomessa





1/2

Gingiviitti ja parodontiitti

- Gingiviitin esiintyvyys 30 vuotta täyttäneillä suomalaisilla on 74 %, miehillä 77 % ja naisilla 70 % (Terveys 2000 -tutkimus)
- Parodontiitin esiintyvyys on 64 %, miehillä 72 % ja naisilla 57 %
- Vaikean parodontiitin esiintyvyys on 21 %, miehillä 26 % ja naisilla 16 %
- Paikallisen aggressiivisen parodontiitin (juveniiliparodontiitti) esiintyvyys on 0,1 %
- Tampereen yliopiston vuonna 2010 YTHS:ssä tutkituista opiskelijoista (n= 3393) 85,4 %:lla oli hammaskiveä ja 2,5 %:lla oli syventyneitä ientaskuja.
- Iensairaudet ovat yleisiä nuorillakin.
- Gingiviitin ja parodontiitin ehkäisemiseen ja varhaisdiagnostiikkaan ja -hoitoon on perusterveydenhuollossa kohdistettava aikaisempaa suurempaa huomiota, sillä pitkälle edenneenä parodontiitti ja sen seuraukset vaativat usein erikoishammaslääkäritasoista hoitoa ja muodostavat huomattavan kansantaloudellisen rasitteen.



2/2

- Parodontiitti lisää ja pitää hoitamattomana yllä elimistön systeemistä tulehdustilaa.
- Veren suurentuneet tulehdusarvot ja parodontiitin patogeenialtistus lisäävät sydän- ja verisuonisairauksien riskiä
- Vahvin näyttö on parodontiitin vaikutuksesta ateroskleroosiin ja sepelvaltimotautiin. Se lisää meta-analyysin mukaan sepelvaltimotaudin riskiä n. 20 %:lla (Meurman 2005). Kliinisiin suututkimuksiin perustuvissa tutkimuksissa parodontiitta sairastavilla on n. 70 % suurempi sydän- ja verisuonisairauksien riski terveisiin verrattuna (Buhlin ym. 2011). Krooninen parodontiitti lisää myös keuhkoinfektioiden riskiä ja on yhteydessä diabetekseen, metaboliseen oireyhtymään ja allergioihin (Garcia 2001).



Kroonisen parodontiitin väestö- ja yksilötason altistus- ja syytekijät

Huono suuhygienia

Tupakointi

Diabetes mellitus (erityisesti huono hoitotasapaino)

Iän mukana tuomat muutokset esim. yleissairaudet ja niiden lääkitykset

Miessukupuoli

Huono sosioekonominen asema

Häiriöt neutrofiilisten leukosyyttien määrässä tai toiminnassa

Perinnöllinen alttius



Suomalaisten hampaiden harjausinto heikkoa pojasta vaariin

Vähintään 2 x päivässä hampaansa harjaavien osuudet (%)

	Naiset	Miehet
WHO:n koululaistutkimus, suomalaiset 11-vuotiaat koululaiset (2005/2006)	55	37
Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus vv. 2000-2012, yliopisto-opiskelijat	80	60
Terveys 2011 -tutkimus, suomalaiset 30 vuotta täyttäneet aikuiset 30-44 -vuotiaat	80	60
Terveys 2011 -tutkimus, suomalaiset 30 vuotta täyttäneet aikuiset 65-74 -vuotiaat	80	40



Moni lääke kuivattaa suuta





Lääkkeet ja suu

- Pharmaca Fennican lääkkeistä n. 400:ssa on ilmoitettu haittavaikutukseksi suun kuivuus tai syljen väheneminen.
- Syljeneritystä vähentäviä lääkkeitä ovat mm.
 - verenpaine-,
 - sydän-,
 - astma-,
 - osteoporoosi-,
 - dementia-,
 - **kipulääkkeet**,
 - ruoansulatuskanava-,
 - **psykyenlääkkeet**,
 - **allergialääkkeet**

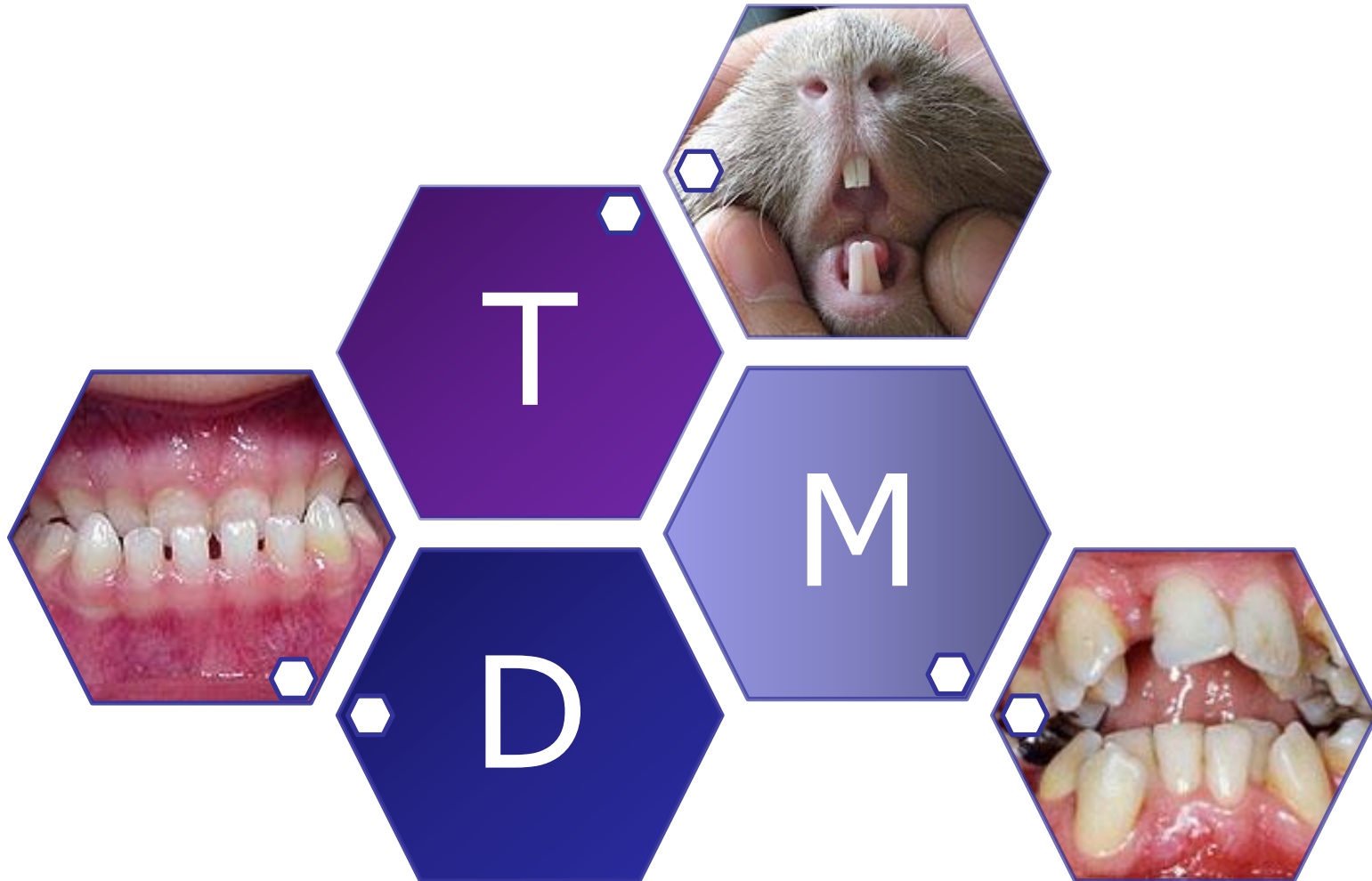


Alkoholi ja suu

- Ärsyttää ja ohentaa limakalvoja sekä vähentää syljeneritystä
- Tutkimustulokset alkoholipitoisten (yli 20 % alkoholia sisältävien) suuvesien vaikutuksesta suusyövän suurentuneeseen riskiin ovat ristiriitaisia.
- Alkoholi on tupakan ohella suurimpia suusyövän vaaratekijöitä.



Purentaelimistön toimintahäiriö





Purentaperäiset kiputilat

- Purentaelimistön toimintahäiriö (TMD) leukanivelissä /puremalihaksissa / hampaissa ja niihin läheisesti liittyvissä kudoksissa
- Purentaelimistön toimintahäiriöistä kärsivät potilaat käyttävät runsaasti terveydenhuollon palveluja löytääkseen apua oireisiinsa.
- Purentaperäiset vaivat ovat yleisiä erityisesti naisilla ja myös nuorilla
- Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksessa 2012 (yhteensä 9966 yliopisto- ja ammattikorkeakouluopiskelijaa)
 - 5,5 % opiskelijoista ilmoitti kärsivänsä satunnaisista purentavaivoista,
 - 2,1 % opiskelijoista viikoittaisista purentavaivoista ja
 - 2,4 % opiskelijoista lähes päivittäisistä purentavaivoista.



Potilaan subjektiivisia TMD-oireita

Leukaniveläänet

Puremalihasten ja leukanivelten aristus / kipu

Suun rajoittunut avautuminen / liikekipu

Alaleuan liikkeiden jäykkyys, väsyminen

Hampaiden arkuus / kipu

Korvakipu, tinnitus, huimaus

Niska- ja hartiasseudun kipu

Päänsärky



Mielenterveyspotilaan suun terveyden edistäminen on tärkeää, mutta omien voimavarojen puitteissa





Mielenterveyspotilaiden terveys

- Mielenterveyspotilaat sairastavat somaattisia sairauksia muuta väestöä enemmän esim. masennuspotilaan infektioherkkyys
- Depressiopotilailla on lisäksi enemmän mm. sydän- ja verisuoni- sekä aivoverenkiertosairauksia (infarktialttius)
- Mielenterveyspotilaat käyttävät suunhoitopalveluja keskimäärin muuta väestöä vähemmän ja heidän suuhygienian tasonsa on heikompi kuin väestöllä keskimäärin Ruotsissa ja Tanskassa
- Mielenterveyspotilaiden suun terveydenhuollosta on Suomessa niukasti systemaattista tietoa
- Mielenterveyspotilaiden huono suun terveys johtuu usein kotihoidon ongelmista: ei ole voimia hoitaa itseään ja hampaitaan, ongelmana usein on myös hammashoitopelko



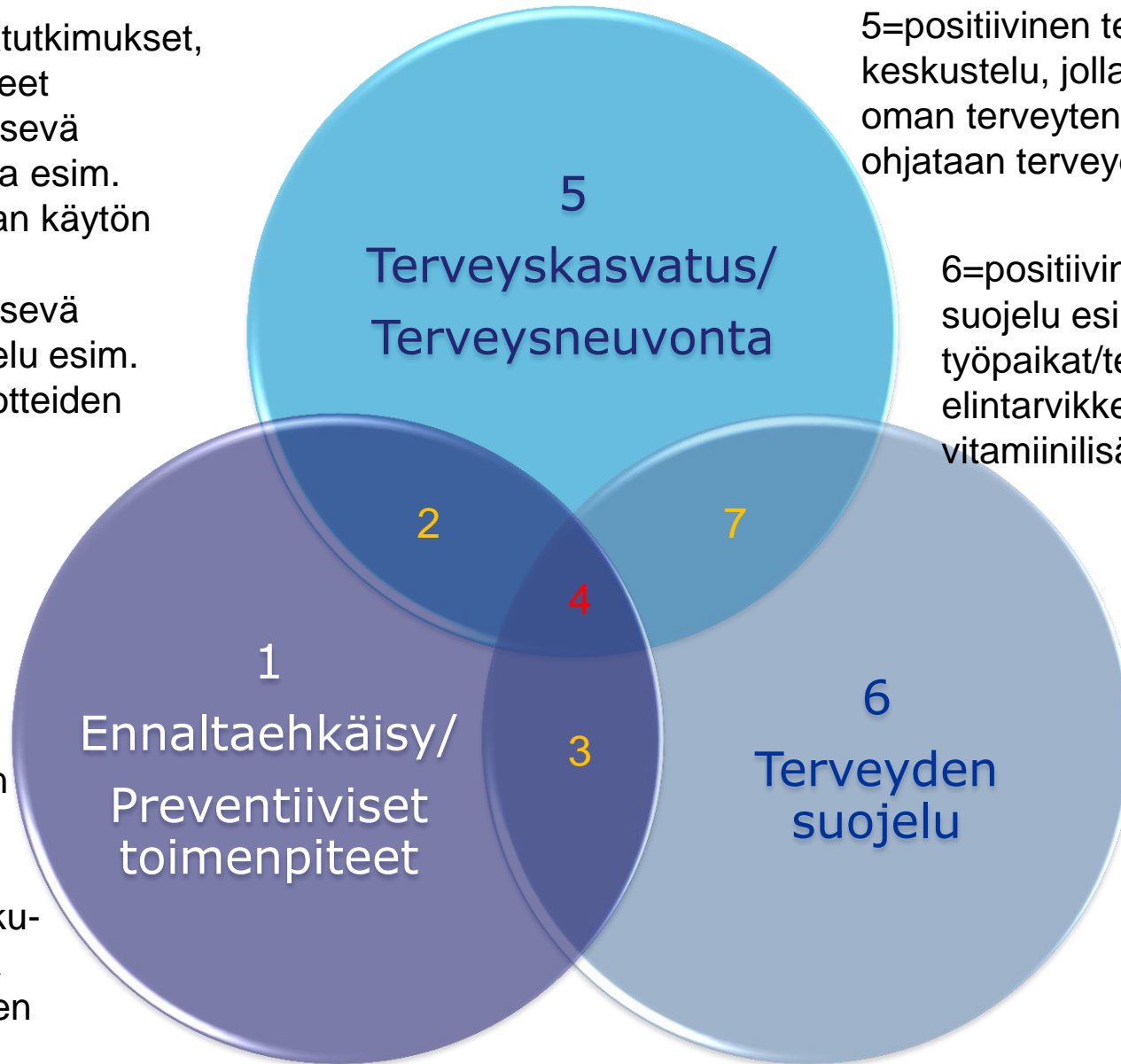
1=mm.seulontatutkimukset,
fissuurapinnoitteet
2=ennaltaehkäisevä
terveysneuvonta esim.
tupakan/nuuskan käytön
lopettamiseksi
3=ennaltaehkäisevä
terveyden suojeleminen esim.
fluori/ksylitolituotteiden
käyttö

5=positiivinen terveysneuvonta/
keskustelu, jolla tuetaan ihmistä
oman terveytensä hallinnassa ja
ohjataan terveyden lukutaitoon

6=positiivinen terveyden
suojaus esim. savuttomat
työpaikat/terveysvaikuttavat
elintarvikkeet ja niiden
vitamiinilisät

4=terveyskas-
vatus terveyden
suojelemiseksi
esim. terveys-
viestinnällä vaiku-
tetaan terveyttä
suojaavien lakien
syntyy

7=terveyden
suojaus terveys-
kasvatuksen
keinoin esim.
kertominen
hyvään elämään
vaikuttavista
asioista
suunhoidon¹⁸
teemapäivillä





Lähdeluettelo:

- Etene-julkaisut n:o 25/2009; Mielensterveysetiikka
- Holi, M.; Fyysiset sairaudet ja mielensterveyspotilaiden kokonaishoito
- Käypä hoito -suositus; Parodontiitin ehkäisy, varhaisdiagnostiikka ja hoito, 2010
- Maxhuni, S. et al., Informaatioteknologian käyttö potilaan ohjauksessa, 2011
- Tannahill, A.; Health Promotion International, Vol. 23 No 4, 2008; Beyond evidence – to ethics: a decision-making framework for health promotion, public health and health improvement
- Therapia Odontologica; Terveysten edistämisen ajatus, 2004
- THL, Avauksia 5/2010; Innovaatioita terveyden edistämiseen mielensterveys- ja päihdetyössä
- Uitto, V-J; Duodecim 2012; 128 (12):1232-7; Suun mikrobien yhteys yleisterveyteen



Suunterveydellä yleisterveyttä

