



Zdravstveno-vaspitni rad stomatološke službe u doba Kovid-19 pandemije

Health-educational work in the Dental Service at the time of the Covid-19 pandemic

Irena Đ. Kukolj, Branka Antić

Dom zdravlja Valjevo, Srbija

Apstrakt

Prvi slučaj infekcije koronavirusom zabeležen je 2019. godine u kineskom gradu Vuhanu. Virus se lako prenosi kapljičnim putem, što ubrzo dovodi do pandemije. Prvi slučaj kod nas zabeležen je u martu 2020. godine.

Cilj rada je opis sprovođenja preventivnog programa (zdravstveno-vaspitnog rada) u Službi stomatologije Doma zdravlja Valjevo, u novonastalim i do sada nepoznatim okolnostima Kovid-19 pandemije.

U prevenciji ključnu ulogu igra zdravstveno-vaspitni rad stomatologa sa decom predškolskog, školskog i srednjoškolskog uzrasta, kao i sa trudnicama i porodicama.

Kroz Pauer point prezentacije, u slici i reči, doktori stomatologije pokušali su da prenesu pacijentima predškolskog uzrasta svoja znanja o značaju pravilne ishrane i higijene usta i zuba. Preko platformi napravljenih za onlajn nastavu, učenicima svih razreda osnovnih škola sa gradskog i seoskog područja, kao i učenicima srednjih škola, pružaju se bitne informacije vezane za očuvanje i unapređenje oralnog zdravlja. Kroz Školu roditeljstva, a u saradnji sa Službom patronaže Doma zdravlja Valjevo, sproveden je edukativni rad sa trudnicama i porodicama. *Nedelja zdravlja usta i zuba* obeležena je gostovanjem načelnice službe na lokalnim televizijama, u emisiji „Srbija danas” i u „Jutarnjem programu” RTS-a.

Zahvaljujući izuzetnoj saradnji Stomatološke službe sa menadžmentom Doma zdravlja Valjevo, Patronažnom službom i saradnji istih sa predškolskom ustanovom, osnovnim i srednjim školama, sproveden je za 2020. godinu planirani preventivni program. Program je podržan od strane direktora škola, organizatora nastave i vaspitača iz predškolske ustanove, koji su naše rad odlično ocenili.

Sveobuhvatni pristup u cilju kontrole bolesti zuba kod dece i adolescenata je od izuzetnog značaja za postavljanje čvrstih temelja dobrog oralnog zdravlja. I u uslovima Kovid-19 pandemije neophodno je sprovesti zdravstveno-vaspitni rad čiji je cilj razvijanje zdravih životnih navika i očuvanje oralnog zdravlja.

Ključne reči: zdravstveno-vaspitni rad, virus SARS-CoV-19, pandemija, stomatološki protokoli

Abstract

The first case of coronavirus infection was recorded in 2019 in the Chinese city of Wuhan. The virus is easily transmitted by droplets, which soon leads to a pandemic. The first case in our country was recorded in March 2020.

The aim of this paper is to describe the implementation of the preventive program (health-educational work) in the Dental Service of the Valjevo Health Center, in the newly created and so far unknown circumstances of the Covid-19 pandemic.

The health and educational work play a key role in prevention when it comes to the work of dentists with children of preschool, school, and high school age, as well as with pregnant women and mothers.

Through Powerpoint presentations, in pictures and words, dentists tried to pass on their knowledge about the importance of proper nutrition and oral and dental hygiene to preschool patients. Through platforms designed for online teaching, students of all grades of primary schools in urban and rural areas, as well as high school students, are provided with all the important information related to the preservation and improvement of oral health. Through the School of Parenthood, and in cooperation with the Patronage Service of the Valjevo Health Center, educational work with pregnant women and mothers-in-law was conducted. The Week of Oral and Dental Health was marked by the guest appearance of the head of the service on local television, on the show “Serbia Today” and on the “Morning Program” of the Radio Television of Serbia.

Thanks to the exceptional cooperation of the Dental Service with the management of the Valjevo Health Center, the Patronage Service, and their cooperation with the preschool, primary and secondary schools, the planned preventive program for 2020 was implemented. The program was supported by school principals, teaching organizers, and educators from the preschool institution, who highly rated our work.

A comprehensive approach to the control of dental disease in children and adolescents is extremely important for laying a solid foundation for good oral health. Even in the conditions of the Covid-19 pandemic, it is necessary to carry out health-educational work whose development is to develop healthy living habits and preserve oral health.

Key words: health education, SARS-CoV-19 virus, pandemic, dental protocols



Pojava prvog slučaja koronavirusa u decembru 2019. godine u kineskom gradu Vuhanu dovela je do promene svakodnevnih aktivnosti ljudi. Virus se veoma lako i brzo proširio i bolest je ubrzo poprimila oblik pandemije. Sve sfere društva su bile pogođene pandemijom, te je za velike kolektive organizovan rad od kuće ili rad po smenama, a škole su organizovale nastavu na daljinu.

Prvi slučaj infekcije koronavirusom kod nas zabeležen je u martu 2020. godine, nakon čega su uvedene posebne mere prevencije i zaštite stanovništva (nošenje zaštitne maske, socijalna distanca od 2m, redovno pranje ruku).

Kako oralno zdravlje ima svoje mesto u zdravlju celokupnog organizma, bilo je od izuzetne važnosti ne zapostavljati ga ni u toku pandemije, pa je Svetska zdravstvena organizacija propisala posebne protokole rada u stomatološkim ordinacijama. Rad stomatologa se, takođe, prilagodio posebnim uslovima pandemije. Zbog kapljičog širenja virusa i dužine trajanja stomatološke intervencije, stomatolozi su direktno izloženi potencijalnoj infekciji, što zahteva poseban oprez. Svaka poseta stomatologu zahteva posebne uslove rada, kako bi se pacijenti i stomatološki tim zaštitili od širenja infekcije izazvane virusom SARS-CoV-2.

Od samog proglašavanja vanrednog stanja, u Službi stomatologije Doma zdravlja Valjevo oprema se kovid ordinacija za prijem urgentnih stanja. Ona se nalazi u izdvojenom delu zgrade, kako zdravi pacijenti ne bi dolazili u kontakt sa kovidpozitivnim pacijentima i onim sumnjivim na kovid. Pacijentima koji su sumnjivi na infekciju kovid-19 i kovidpozitivnim pacijentima sa bolom, otokom, krvarenjem, ukazuje se prva pomoć, bez odlaganja. U toj ordinaciji stomatološki tim koristi posebnu vrstu lične zaštitne opreme i ordinacija se posle intervencije dezinfikuje po posebnom, za to predviđenom protokolu.

Protokol rada stomatološke ambulante u uslovima Kovid-19 pandemije podrazumeva:

- mere od strane pacijenta: poštovanje zakazanog termina, otkazivanje termina intervencije u slučaju postojanja bilo kakvih simptoma respiratorne infekcije, dolazak bez pratnje (roditelji decu čekaju ispred ordinacije), merenje telesne temperature pri dolasku, dezinfekcija ruku 70% alkoholom, dezinfekcija usta 1 – 3% vodonik-peroksidom;
- mere od strane stomatologa: upotreba zaštitnih maski i rukavica, upotreba jednokratnih mantila, kapa i navlaka za obuću, upotreba vizira/ zaštitnih naočara, redovno provetravanje ordinacije, upotreba UV lampi, dezinfekcija svih površina preparatima na bazi hlora i tretiranje sveg otpada kao potencijalno zaraznog.

Stomatološka služba Doma zdravlja Valjevo ubrzo je razvila ideju, a zatim i realizovala program zdravstveno-vaspitanog rada stomatologa u doba pandemije elektronskim pristupom ciljnim grupama pacijenata:

- Preko platformi napravljenih za onlajn nastavu, učenicima svih razreda osnovnih škola sa gradskog i seoskog područja, kao i učenicima srednjih škola, pružene su sve potrebne informacije vezane za oralno zdravlje.
- Kroz Pauer point prezentacije doktori stomatologije pokušali su da prenesu svoja znanja o značaju pravilne ishrane i higijene usta i zuba, kao i o štetnim navikama.

Cilj ovakvog programa je bio da se i uslovima Kovid-19 pandemije ne zaboravi bitnost edukacije pacijenata o očuvanju oralnog zdravlja, kao i dopreti do svake škole, razreda i učenika ponaosob, i uspostaviti dobru saradnju direktora škola, nastavnog osoblja sa stomatolozima (obezbediti timski rad škola i stomatološke službe).

Prezentacija za učenike nižih razreda

Tema prezentacije za učenike nižih razreda je bila: **Pravilnom ishranom do zdravih zuba**. Prezentacija je prilagođena uzrastu, obogaćena velikim brojem slika i animacija, bazirana na elementima pravilne ishrane i na posledicama loše higijene zuba. Kroz vodič je objašnjeno da pacijenti treba da se hrane zdravo, što podrazumeva ishranu bogatu vitaminima, mineralima i proteinima. Hranu treba uzimati u glavnim obrocima, bez grickalica između obroka, jesti što više svežeg voća i povrća, a što manje slatkiša. Slatkiši se mogu uzeti uz glavni obrok i posle toga je obavezno oprati zube. Deci je objašnjeno da se hrana mora žvakati, kako bi se pravilno razvijao aparat za žvakanje i prevenirao nastanak ortodontskih nepravilnosti.

U ovom uzrastu najvažnije je formirati zdrave navike u ishrani, za šta je neophodno smanjiti unos kisele hrane, smanjiti unos slatkiša između obroka, smanjiti unos gaziranih i slatkih napitaka i grickalica (1–3). Kroz prezentaciju je objašnjeno da je pravilna ishrana važna za očuvanje zdravlja zuba, pravilan rast i razvoj vilica, kao i očuvanje zdravlja celog organizma.

Prezentacija za učenike viših razreda

Tema prezentacije za učenike viših razreda je bila: **Pravilna i redovna higijena usta**. Pažnja je usmerena na značaj pravilne i redovne higijene i adekvatne tehnike pranja zuba, jer je higijena važna za očuvanje zdravlja zuba, sprečavanje nastanka karijesa i njegovih komplikacija i za redukovanje bolnih stomatoloških intervencija (1, 2). Što se tiče tehnika pranja zuba, najpoznatija je tzv. „kiša pada-trava raste”. Četkicu je potrebno postaviti tako da njena vlakna zahvataju celu površinu zuba. U gornjoj vilici, pokreti četkice su odozgo nadole tj. u smeru kako pada kiša. U donjoj vilici su pokreti četkice odozdo nagore, tj. u smeru kako trava raste. Grizne površine se peru pokretima

napred-nazad. U predelu prednjih zuba, dolazi do promene položaja četkice. Posle pranja zuba, pastu treba ispljunuti, a usta ne ispirati. Učenicima je predočeno da pravilno pranje zuba podrazumeva pranje zuba sa svih strana, odgovarajućom tehnikom, u trajanju od 3 do 5 minuta. Zubi se peru ujutru i uveče, a poželjno je i posle svakog jela. Ako nismo u mogućnosti da operemo zube posle obroka, poželjno je usta isprati vodom. Na taj način ćemo ukloniti deo zaostale hrane sa zubnih površina do sledećeg pranja. Treba izbegavati neprekidno unošenje hrane, slatkih i gaziranih napitaka, jer na taj način onemogućavamo fiziološko samočišćenje. Četkica treba da bude meka, da bi pranje zuba bilo što prijatnije. Obična četkica može podjednako dobro da opere zube, kao i električna. Pasta treba da bude prilagođena uzrastu.

U ovom uzrastu najvažnije je decu naučiti da je zdrav osmeh i zdravlje zuba u njihovim rukama. Potrebno je samo 10 do 15 minuta dnevno da očistimo zube sa svih strana, uklonimo zaostalu hranu i da izbegnemo loš zadah.

Prezentacija za učenike srednjih škola

Tema prezentacije za učenike srednjih škola je bila: **Karijes i komplikacije karijesa**. Karijes je infektivni proces koji zahvata zubno tkivo. Glavni krivci za nastanak karijesa su bakterije zubnog plaka (loša oralna higijena). Najpoznatije među njima su bakterije iz roda *Streptococcus mutans*, koje u prisustvu ugljenih hidrata (zaostali delovi hrane u ustima) stvaraju kiselu sredinu (nisku pH vrednost) i uslovljavaju složene procese demineralizacije na površini gleđi. Rezultat toga je gubitak jona kalcijuma i fosfora iz tvrdog zubnog tkiva i njegova sklonost ka oštećenju (1–3). Karijes se češće javlja na pojedinim mestima na zubu, a to su jamice i useci – neravne površine koje dovode do zadržavanja hrane. Ova mesta su često nedostupna za pranje četkicom. Kontaktne tačke su još jedno karijes predilekciono mesto, jer četkica za zube teško dospeva u ove prostore. Zbog toga je neophodno da se u svakodnevnu rutinu pranja zuba uključe interdentalna četkica i zubni konac. Karijes korena zuba često prolazi asimptomatski, pa se bol nekada javlja tek kada je procesom zahvaćen sam nerv zuba. Iz tog razloga je bitno redovno otklanjanje tvrdih i mekih zubnih naslaga (3).

Nelečeni karijes zuba u adolescentnom periodu znatno brže doprinosi razvoju komplikacija zbog intenzivnog uticaja polnih hormona. Površni karijes se širi i zahvata duboke delove zuba, narušava se vitalitet zuba, što je praćeno bolom. Daljim tokom dolazi do destrukcije okolne kosti i pojave otoka kao posledice akumulacije gnoja (3–6).

Oralno zdravlje nije samo zdravlje zuba

Desni su uglavnom prvi pokazatelj da oralna higijena nije zadovoljavajuća, ali i da postoji iritacija od strane karijesom razorenog zuba. Upala desni (gingivitis) manifestuje se krvarenjem u toku pranja zuba i ukoliko se nivo oralne higijene ne poboljša, vremenom može dovesti do bolesti mekih tkiva zuba sa rasklaćenjem i finalno – gubitkom zuba (parodontopatija). S druge strane, usled prisustva parodontalnih džepova i oskudne oralne higijene, bakterije iz usne duplje lako prelaze u krvotok i doppevaju do srčanih zalistaka koje mogu da oštete i izazovu bakterijski endokarditis, reumatoidni artritis, aterosklerozu i infarkt miokarda.

Loša higijena uslovljava veću akumulaciju bakterija u ustima, pa se kod nekih osoba mogu javiti tzv. fokusi u plućima, nastali udisanjem infektivnog sadržaja, i razvoj cistične fibroze pluća.

Prisustvo velikog broja karioznih zuba, parodontalni džepovi dublji od 2mm i izrazita suvoća usta često mogu da budu prvi simptomi dijabetesa. Kod ovih osoba se često javlja neprijatan zadah.

Veliki broj destruisanih zuba i loša oralna higijena su faktori koji u dužem vremenskom periodu, usled konstantne iritacije mekih tkiva, mogu da budu okidači za razvoj karcinoma usta (1–3, 6).

Estetski i psihološki problem, kao posledica gubitka zuba usled karijesa ili parodontopatije

Fizički izgled krezubih ili bezubih osoba je promenjen, pa dolazi i do promena kvaliteta života u psihološkoj sferi. Zbog takvih poremećaja, velikom broju ljudi, različite životne dobi i različitih zanimanja, umanjuju se sposobnosti za svakodnevne životne aktivnosti, što negativno utiče i na njihov radni kapacitet. Danas sve više mladih iziskuje protetsku rehabilitaciju koju mnogi zbog loših socio-ekonomskih uslova ne mogu priuštiti, te se destrukcija oralnih tkiva nastavlja. Sve ovo može dovesti do gubitka samopouzdanja, osećanja prerane starosti, nezadovoljstva i kompleksa niže vrednosti (6).

Prezentacija za trudnice i porodilje

Tema prezentacije za trudnice i porodilje je bila: **Značaj pravilne ishrane i higijene usta i zuba u periodu trudnoće i dojenja**. Osnovni cilj rada sa ovom ciljnom grupom je bio skretanje pažnje budućim mamama na značaj lične, ali i bebine oralne higijene od prvog meseca života.

Trudnoća (graviditet, gestacija, drugo stanje) predstavlja sasvim novo stanje organizma, praćeno brojnim promenama u telu žene. U smislu promena na nivou oralnog zdravlja najčešće se javljaju gingivitis i parodontopatija, a zastupljen je takođe i karijes. Iz tog razloga oralna higijena u ovom periodu mora da bude besprekorna. Zablude su da trudnice ne treba da

popravljaju zube, ili da beba „crpi kalcijum iz zuba majke, pa majci zato propadaju zubi u trudnoći”.

Hormonski disbalans (porast progesterona i estrogena) može da izazove promene u usnoj duplji, sa posledničnom pojavom gingivitisa. Gingivitis se manifestuje upalom mekih tkiva oko zuba, pa su desni izrazito crvene, otečene, krvare. To se obično dešava od trećeg do osmog meseca trudnoće. Ukoliko se gingivitis ne leči, infekcija se širi na dublje strukture i potporni aparat zuba, što vodi u parodontopatiju, a ona u terminalnom stadijumu dovodi do gubitka zuba (1, 2, 6).

Mučnina, povraćanje, neispavanost, osećaj hroničnog umora u trudnoći doprinose zapostavljanju uobičajenih higijenskih navika, a pre svega pranja zuba i održavanja oralne higijene. Često povraćanje u trudnoći, posredstvom želudačne kiseline i promenom pH vrednosti pljuvačke, dovodi do oštećenja površinskog sloja gleđi.

Ishrana trudnica treba da bude izbalansirana, sa pravilno distribuiranim obrocima. Neophodna su tri osnovna obroka u toku dana. Potrebno je napraviti pravilan izbor namirnica: optimalno korišćenje belančevina, masti, ugljenih hidrata, vitamina A, B, C, D, kalcijuma, fosfora, folne kiseline. Potrebno je izbegavati međuobroke, grickalice, gazirana pića, slatkiše. U trudnoći je važno uzimati fluor, jer zubi postaju otporni za karijes, on jača strukturu mlečnih zuba bebe, koji počinju sa razvojem još u utrobi majke (klice svih mlečnih i četiri stalna zuba).

Preventiva u doba doječeta

Za pravilan razvoj orofacijalnog kompleksa najvažnije je dojenje. Kroz Školu roditeljstva budućim majkama je objašnjen značaj i način dojenja. Beba treba da obuhvati celu bradavicu i da, praveći vakuum, vrši pokrete vilica napred-nazad. Dojenje traje dvadesetak minuta. Beba ne treba da spava na dojci. Ukoliko je potrebna dohrana, cucla treba da bude anatomskog oblika, da imitira bradavicu i da otvor na

cucli bude što manji. Flašicu ne treba držati dugo u ustima. Sladak sadržaj iz flašice može dovesti do tzv. cirkularnog karijesa, ukoliko se dugo drži u ustima. Cuclu ne treba umakati u med ili u šećer da bi se umirilo dete (6).

U prvoj godini života obavezan je sistematski pregled. Roditelji se edukuju kako da sačuvaju zdravlje usta i zuba svom detetu (1–4, 6). Higijena usta započinje dok nije nikao prvi zub. Sterilnom gazom, natopljenom destilovanom vodom, roditelji uklanjaju naslage sa mesta gde će zubi nići i obavezno čiste jezik. Kada nikne prvi zub, takođe sa njega treba da se uklone naslage. U drugoj godini života može da se koristi meka četkica bez paste ili sa pastom predviđenom za uzrast deteta. Detetu može da se da četkica više da se igra i blagovremeno stiče naviku za održavanje oralne higijene. Pravo pranje obavlja roditelj do uzrasta do kojeg i kupa dete.

U ovom periodu izuzetno je važno sprečavanje loših navika. Ako dete koristi cuclu varalicu, ona mora imati anatomski oblik. Ukoliko im se prerano oduzme cucla, dete je zamenjuje sisanjem prsta. Na sisanje prsta nadovezuje se tiskanje jezika, što sve zajedno rezultira otvorenim zagrižajem. Korišćenje cucele varalice, kao i sisanje prsta, može se tolerisati do treće godine života. Sve posle toga može dovesti do pojave ortodontskih nepravilnosti.

Zaključak

Sveobuhvatni pristup, u cilju kontrole bolesti zuba kod dece i adolescenata, kao i u periodu trudnoće i dojenja, od izuzetnog je značaja za postavljanje čvrstih temelja dobrog oralnog zdravlja. Prezentacijama smo pokušali da dopremo do svih grupa pacijenata sa kojima se sprovodi zdravstveno-vaspiti rad. Sadržaj teksta je prilagođen uzrastu, primeri potkrepljeni slikama i ilustracijama.

U uslovima Kovid-19 pandemije, takođe, neophodno je sprovoditi zdravstveno-vaspiti rad čiji je cilj razvijanje zdravih životnih navika i očuvanje oralnog zdravlja.

Literatura

1. Vulović M, Beloica D, Gajić M, Stevanović R, Ivanović M, Carević M, et al. Preventivna stomatologija (drugo izmenjeno i dopunjeno izdanje). Beograd: Stomatološki fakultet; 2005.
2. Gajić M, Tušek I, Lalić M, Tušek J. Preventivna stomatologija. Pančevo: Stomatološki fakultet; 2014: 153-97.
3. Jurić H. Dječja dentalna medicina. Zagreb: Naklada Slap; 2015: 301-30.
4. Račić D, Milosavljević Ž. Uticaj loših navika na razvoj orofacijalnih nepravilnosti (Diplomski rad). SMILE-Repozitorijum Stomatološkog fakulteta Univerziteta u Beogradu, 2016.
5. Protokol za pružanje stomatološkog lečenja tokom epidemije Covid-19; dostupno na www.fdiworlddental.org.
6. Janković Lj, Stamenković D, Ivanović V, Sedlecki-Gvozdrenović-S, Kolak Ž, Dimitrijević B, et al. Preventivna stomatologija u odraslih. Beograd: Draganić Beograd; 1998.