

## מחלות חניכיים והבריאות שלך – התפתחויות חשובות

האם ידעת שלא כל כך בעיות החניכיים שגורמות לריח רע בפה כמו שריח רע בפה גורם לבעיית חניכיים?

האם ידעת שמחלות חניכיים כמו לחץ דם גבוה, לדוגמא, לא מורגשות על פי רוב עד שזה בשלב מתקדם מאד?

האם ידעת שהרבה אנשים לא מודעים לריח רע בפה שלהם ושחברים ומשפחה שלהם לא יודעים איך להגיד להם?

האם ידעת שמחלת חניכיים אינה רק מחלה של החניכיים אלא מחלה בתוך החניכיים שכנראה יכולה לגרום למספר בעיות רפואיות כמו לידות מוקדמות, הפלות, אסטמה, לחץ דם גבוה והתקפי לב, בין היתר?

האם ידעת שהרבה אם לא רוב מחלות הפה והגוף מתחילות בגב האחורי של הלשון?  
האם ידעת שאנו יכולים היום לגלות בעיות חניכיים שנים לפני שזה גורם נזק ושהטיפול היום פשוט יותר מאי פעם, ועל פי רוב בלי ניתוחים?

לא להרגיש נורא, רוב האנשים לא מודעים להתפתחויות חשובות אלו והאמת שבעבר לקח יותר מ- 10 שנים לאינפורמציה מסוג זה להיכנס למודעות הציבור והמקצוע.

את(ה) יודע(ת) מה? אם אנו יודעים מה שידענו, אנו חושבים מה שחשבנו, ועושים מה שעשינו!  
אנחנו בדעה שההתקדמות מחייבת יותר מלחזור על אותם דברים 25 שנה ולקרוא לזה "ניסיון".

כמו הרבה חברים למקצוע גם אני "פספסתי" הפעם. יש כל כך הרבה מחקרים וספרות היום שמאד קשה להיות מעודכן בכל. אבל התחלתי לחשוב, אם אנחנו במקצוע כל כך הצלחנו איך זה שאני בעצמי כבר שקמתי יותר מ- 10,000 שיניים על שתלים, רובם בגלל מחלות חניכיים! האמת היא שמחלות חניכיים הן עדיין הסיבה העיקרית לאבדון שיניים, ומדי נפוצה. כן, בודאי, אני גאה בהישגים שלי בתהום ההשתלות, יש רק כ- 170 מומחים בעולם מאושרים על ידי ה American Board of Oral Implantology ורק אחד בארץ, נכון להיום (97\6), אבל אחרי שראיתי הכל כך הרבה בעיות חניכיים החלטתי שהגיע הזמן למצוא פתרון של ממש.

המשימה האישית שלי נהיה לחסל מחלות חניכיים והצורך להשתלות שיניים! הסתובבתי בעולם לאורך ולרוחב ואבדתי הרבה לילות שינה... אשתף אתכם במה שגיליתי:

המחקרים החדשים מגלים הישן מחדש. חלל הפה הוא השער של הגוף. פה בריא מבטיח לא רק

בריאות חלל הפה ונוחיות חברתית אלא גם מקטין סיכויים לאין סוף בעיות רפואיות כלליות. מחקרים שנהייתי מעורב בהם אישית מגלים שמחלת חניכיים, כנראה, יכולה לגרום ללחץ דם גבוה, התקפי לב, ואסטמה בין היתר, ושלנשים עם מחלת חניכיים פי 7.5 פעמים יותר לידות מוקדמות או הפלות. מתברר שכמעט 1 מתוך 5 לידות מוקדמות / הפלות בגלל מחלת חניכיים. זה מאד הדאיג אותי. מה שהפריע לי במיוחד זה שההסברים למה, ידועים לנו הרבה שנים, רק לא קשרנו העניינים. אנחנו יודעים שנים, לדוגמא, שאחד הגורמים שמפעיל בעיות רפואיות אלו הוא הפרוסטגלנדין "PGE2" יש צורך בכמות נורמלית של "PGE2" אבל לא לעודף. "PGE2" למשל הוא, שבמצב בריא, מפעיל התכווצויות.

לידה בחודש התשיעי להריון. לאישה בריאה בחודש תשיעי יש נורמלית פי שנים יותר "PGE2" ממה שיש לה בחודש שמיני, ואם לא, נותנים לה "PGE2" לזרז הלידה. יותר מדי "PGE2" לפני החודש התשיעי גורם להתכווצויות מוקדם מדי. אחת משלוש דרכים בהן מבצעים היום הפלה מכוונת, לא עלינו, זה על ידי הזרקת "PGE2".

"PGE2" ידוע לנו שנים כאחד התוצאות לוואי העיקריות של מחלות חניכיים, ומופרש מהחניכיים לתוך מחזור הדם כשיש מחלת חניכיים (ידוע למשל שאם אחד סובל מכאבים בחזה, מהלב, לוקחים הכדור מתחת ללשון במקום לבלוע בגלל שדרך החניכיים יותר מהר וישיר!). 7.5 פעם יותר לידות מוקדמות / הפלות, משמעותי מאד.

עישון סיגריות למשל מגביר הסיכויים פעם אחד, אלכוהול 1.5 פעמים, מחלת חניכיים 7.5 פעמים! אם זה לא סיבה לדאגה מה נן?

איך כל זה קורה?

בו בזמן שחיידיקים הם הגורמים לריקבון שיניים (עששת) ומחלת חניכיים מתברר שישנם

"מאפשרים" שבלעדיהם החיידקים לא יכולים לחדור לתוך החניכיים ולגרום נזק. המאפשרים הללו הם חומרי גופרית פעילים VSCs ( Volatile Sulfur Compounds ) שני VSCs העיקרים הם הידרוגן סולפיד (הריח של "ביצים סרוחות") ומטילמרקפטן (שמן בואש).

טבעי להפריש חומרים אלו ובכן ריח הפה בבוקר כל כך "נעים" ! לצערנו בגלל הדיאטה המודרנית ועוד גורמים כמו מתח (שהוכח כפוגע במערכת ההגנה ברוק) הרבה מאיתנו אוגרים כמויות מיותרות של חומרי גופרית אלו, ה VSCs. ה- VSCs מאפשרים לחיידקים להיכנס לחניכיים ולגרום להרס חניכיים ועצם בתהליך שמעורב בו PGE2 ובכן, איפה אנחנו?! יש בשורות טובות, יש לנו האפשרות כמעט תמיד לחסל בעיות אלו לגמרי באופן מהיר ושמרני.

1. יש לנו מכשיר, הלימטר, שללא כאב או אי נעימות כלל מודד לנו, על ידי נשיפה בלבד, כמויות ה- VSCs בפה ובאם יש לנו כמויות בריאות או לא.
  2. יש לנו מכשיר ממוחשב, הפריוטמפ, שיוכל לגלות לנו פעילות בחניכיים (עליית PGE2) שנים לפני שזה גורם לנזק. זה התפתחות חשובה, דבר שלא יכולנו לעשות בעבר.
  3. בעזרת מיקרוסקופ מיוחד, מחובר למסך וידיאו, ביחד נוכל לראות החיידקים בתוך החניכיים, רמת פעילותם ועד כמה מערכת ההגנה עובדת למנוע נזק והרס. זה נותן לנו אינפורמציה חשובה, חוויה מיוחדת ללא כאבים שפותחת את העיניים !
  4. משחת שיניים ושטיפה פה מהפכניים (ריטרדנט וריטרדקס), בזמן האחרון, יצא לציבור האמריקאי עם יותר מ- 20 פטנטים אמריקאים, שלא רק הורג חיידקים שגורמים למחלות שניים וחניכיים, תוך 30 - 60 שניות, אלא לא פחות חשוב, מנטרל VSCs בדרך בטוחה ויעילה. החומרים הפעילים בשימוש בארה"ב הרבה שנים ללא תופעות לוואי (בטיהור וניקוי מים ציבוריים ומוצרי מזון, כמו בשר וירקות), ולא ידענו הפוטנציאל שלו.
- ריח רע בפה, למשל, מחוסל בדרך כלל תוך כמה ימים (המוצרים הטובים ביותר בשוק "מכסים" הריח הרע לכשעה או פחות כשמוצרים אלו מנטרלים

ריח רע בפה במשך כל היום). בו בזמן שאין סוף מוצרים יוצאים לשוק להתמודד עם בעיות אלו, אלו המוצרים הראשונים, לדעתי, שבצורה מבוקרת נותנים תשובה משמעותית. זוהי התפתחות חשובה ביותר.

5. רוב ה־ VSCs מתפתחים על גבי החלק האחורי של הלשון. בהודו, למשל, נהוג מזמן לנקות גב הלשון. ולא נרמז גם לנו "נצור לשונך מרע"? מעניין, שתמיד מדובר על ריח רע בפה ולא ריח פגיע או כדומה, והאמת שזה כן רע, רע מאד חברתית, דנטלית ורפואית. אולי נשמע טפשי אבל מתברר שמאד חשוב להכניס הרגל חדש זה, של 10 שניות, לסדר היום שלנו, בוקר וערב, לנקות את גב האחורי של הלשון (יש לנו גורפי לשון מיוחדים למטרה זו).

זה "קצה הקרחון" של מחקרים חדשים מרתקים. מוצרים וטכניקה החדשה יחד עם השיתוף פעולה שלך מביא אותנו לדרגה חדשה בבריאות השיניים, הפה, והגוף בכלל. שוב, אפילו במקרים קיצוניים בדרך כלל היום ניתן להתמודד איתם בלי ניתוחים, שיניים וטיפול שיניים שבהרבה מקרים כרוך בהשקעה משמעותית מאד יכול בהרבה להחזיק מעמד כל החיים, ביותר מקרים מאי פעם.

ובבן, יתכן שנמליץ על דרגה חדשה של טיפול, לפי הצרכים האינדווידואלים שלך. מה שפעם היה נחשב גם אצלנו כמצב בריא היום כבר אינו מתקבל כבריאות, עם התקדמות הבנתנו העמוקה יותר במורכבות הגוף האנושי. אנו מאד גאים שאנו בין המובילים, מעודכנים להתפתחויות המחקרים והטכנולוגיה. הבטחתנו, כמו בעבר, להמשיך להיות עם יד על הדופק ולשתף אתכם בהתפתחויות אלו בכדי שתוכלו להנות מיתרונות הנוחיות והבריאות. אנו מחוייבים לבריאות הפה שיכולה להחזיק מעמד כל החיים!

ד"ר גדליה מרדכי שטרן והצוות