

Почему нужно заботиться о зубах?

Здоровые зубы – имеет большое значение для здоровья всего организма. Мы редко задумываемся о здоровье, вспоминаем о нём, когда что-то начинает болеть. А ведь чтобы реже болеть просто нужно вести здоровый образ жизни и соблюдать правильное питание.

Зубы играют важную роль в пищеварении. Человек без зубов мог бы питаться только жидкой пищей. Также большое значение имеет в образовании речи — они служат стенками, возле которых губы, щеки и язык, двигаясь, образуют звуки. Поэтому состояние зубов влияет на чистоту речи человека.

Зубы создают своеобразный защитный барьер между ротовой полостью и внешней средой. Здоровые зубы от рождения и до старости — это внешний показатель крепкого здоровья человека.

Посредством кровеносной системы зубы связаны почти со всеми внутренними органами человека. Поэтому даже обычный кариес с его осложнениями может вызвать неожиданные заболевания различных органов и систем.

Если в полости рта есть больные зубы или удаленные — вы в одном шаге от проблем с пищеварением: вашими друзьями вскоре станут гастриты, колиты и дискомфорт в животе.

Кариес способствует потере зуба, что приводит к неправильному формированию челюсти, а это в свою очередь влияет на речь: четкость и ясность произношения. Страдает и психическое здоровье человека, потому что отсутствие зубов и несвежее дыхание напрямую влияют на самооценку. Очень часто люди с разрушенными зубами перестают улыбаться, при разговоре стараются прикрыть рот или, при самом плохом раскладе, начинают как можно меньше общаться с другими.

Как видите, все в нашем организме взаимосвязано, поэтому очень важно сохранять здоровье зубов с самого детства.

Да, сейчас ухудшилась экология, люди едят пищу, которая не способствует улучшению здоровья, но всё-таки человек в состоянии сохранить зубы здоровыми, для этого нужно прилагать больше усилий. Бесспорно, множество факторов влияют на здоровье зубов. И знать все эти факторы обязан каждый заботящийся о своём здоровье человек, ведь здоровые и красивые зубы это не результат лечения и отличной работы стоматолога, а ежедневная правильная забота о полости рта, грамотный уход и профилактика.

Врач-стоматолог Семисильная О.В.