**Пародонтоз: причины, симптомы, лечение и профилактика**

Пародонтоз — это заболевание, которое поражает ткани, окружающие зубы, и приводит к их постепенному разрушению. В отличие от пародонтита, пародонтоз не сопровождается воспалительными процессами, что делает его менее заметным на начальных стадиях. Однако отсутствие своевременного лечения может привести к серьезным осложнениям, включая потерю зубов. В этой статье мы подробно разберем, что такое пародонтоз, его причины, симптомы, методы лечения и профилактики.

**Что такое пародонтоз**

 Это хроническое заболевание, характеризующееся дистрофическими изменениями в тканях пародонта — деснах, костной ткани и связках, удерживающих зубы. В отличие от воспалительных заболеваний, таких как пародонтиты, пародонтоз развивается медленно и часто безболезненно. Основная опасность заключается в том, что на начальных стадиях пациенты могут не замечать симптомов, что затрудняет раннюю диагностику и лечение.

Пародонтоз встречается реже, чем другие заболевания зубов, но его последствия могут быть крайне серьезными. Именно поэтому важно понимать, что это за заболевание и как его предотвратить.

 Причины развития пародонтоза

 до конца не изучены, но специалисты выделяют несколько факторов, способствующих его развитию:

1. Наследственность.Генетическая предрасположенность играет важную роль в возникновении заболевания.

2. Системные заболевания. Сахарный диабет, атеросклероз и другие хронические патологии могут ускорить развитие пародонтоза.

3. Нарушения кровоснабжения. Плохое кровообращение в тканях десен приводит к их дистрофии.

4. Недостаток витаминов и минералов. Дефицит питательных веществ ослабляет ткани пародонта.

Важно отметить, что пародонтоз не связан с плохой гигиеной полости рта, хотя отсутствие ухода за зубами может усугубить состояние. Также к факторам риска относятся курение, гормональные изменения и возрастные изменения в организме.

**Симптомы пародонтоза**

Пародонтоз заболевание характеризуется следующими симптомами:

- Оголение шеек зубов из-за опущения десен.

- Повышенная чувствительность зубов к холодному и горячему.

- Подвижность зубов на поздних стадиях.

- Бледный цвет десен, отсутствие кровоточивости.

На начальных стадиях симптомы могут быть слабо выражены, поэтому регулярные визиты к стоматологу помогут своевременно диагностировать заболевание. Если вы заметили, что десны стали менее упругими, а зубы визуально кажутся длиннее, это может быть признаком пародонтоза.

**Лечение пародонтоза**

Лечение пародонтоза требует комплексного подхода и включает следующие методы:

1. Медикаментозная терапия. Назначаются препараты для улучшения кровообращения и укрепления тканей.

2. Физиотерапия. Массаж десен, электрофорез и другие процедуры стимулируют восстановление тканей.

3. Хирургическое вмешательство. В запущенных случаях может потребоваться восстановление костной ткани.

4. Ортопедическое лечение. При подвижности зубов используются шинирующие конструкции.

Важно понимать, что полностью вылечить пародонтоз невозможно, но можно замедлить его прогрессирование и улучшить состояние тканей. Современные методы лечения позволяют добиться значительных улучшений, особенно если заболевание диагностировано на ранних стадиях.

---

**Профилактика заболевания**

Профилактика пародонтоза включает:

- Регулярную гигиену полости рта.

- Сбалансированное питание, богатое витаминами и минералами.

- Своевременное лечение системных заболеваний.

- Посещение стоматолога для профилактических осмотров.

Эти меры помогут предотвратить развитие заболевания и сохранить здоровье десен и зубов. Особое внимание следует уделять правильной чистке зубов, использованию зубной нити и ополаскивателей.

Можно ли вылечить пародонтоз в домашних условиях

Лечение пародонтоза в домашних условиях возможно только в качестве дополнения к профессиональной терапии. Использование специальных зубных паст, ополаскивателей и массаж десен могут улучшить состояние тканей. Однако самолечение без консультации стоматолога может привести к осложнениям.

Народные методы, такие как полоскание отварами трав (ромашка, кора дуба), могут временно облегчить симптомы, но не заменят полноценного лечения.

 **Уход за зубами при пародонтозе**

При пародонтозе важно соблюдать следующие рекомендации:

- Использовать мягкую зубную щетку, чтобы не травмировать десны.

- Чистить зубы дважды в день, уделяя внимание межзубным промежуткам.

- Применять ополаскиватели с антисептическими свойствами.

- Избегать твердой пищи, которая может повредить ткани.

Также рекомендуется использовать ирригатор для более тщательного ухода за полостью рта. Это устройство помогает удалить налет из труднодоступных мест и улучшить кровообращение в деснах.

Пародонтоз — это серьезное заболевание, требующее внимательного отношения и своевременного лечения. Регулярные визиты к стоматологу, правильный уход за полостью рта и здоровый образ жизни помогут предотвратить его развитие и сохранить здоровье зубов и десен. Помните, что ранняя диагностика и профилактика — залог успешного лечения пародонтоза.

Если вы заметили первые признаки пародонтоза, не откладывайте визит к врачу. Современная стоматология предлагает эффективные методы борьбы с этим заболеванием, которые помогут сохранить вашу улыбку здоровой и красивой.