Perio & Cardio

Sağlam ürək üçün sağlam diş əti

Tibb mütəxəssisləri və əczaçılar üçün tövsiyələr

EFP European Federation of Periodontology

WORLD HEART FEDERATION

PERIOAZ AZƏRBAYCAN PARODONTOLOGİYA CƏMİYYƏTİ

DENTAID Oral Health Experts

Parodontit və Ürək-Damar Xəstəlikləri bir baxışla

Həm parodontit, həm də ürək-damar xəstəlikləri geniş yayılmış, xroniki və qeyri-yoluxucu

Kəskin miokard infarktı, ürək çatışmazlığı və insult da daxil olmaqla ürək-damar xəstəlikləri ilə parodontit arasındakı əlaqə elmi sübutlarla təsdiq edilmişdir.

Ürək-damar xəstəlikləri ən geniş yayılmış ölüm səbəbidir.

Müalicə olunmayan parodontit diş itkisinə səbəb olur. Buna baxmayaraq, parodontit asanlıqla təyin edilə, qarşısını alına və klinik olaraq nəzarətdə saxlanıla bilər.

Tütün məhsullarının istifadəsi, stres, piylənmə, şəkərli diabet və qeyri-sağlam qidalanma kimi

Ürək-damar xəstəlikləri olan insanlar mütəmadi olaraq ağız boşluğu müayinəsindən keçməlidirlər.

Ürək-damar xəstəlikləri olan insanlarda parodontoloji müalicənin aparılması və ağız boşluğu gigiyenasına riayət olunması kimi vərdişlər kəskin ürək-damar xəstəlikləri hallarının azalmasına yardım edə bilər.

Erkən diaqnostika, profilaktika və ürək-damar xəstəlikləri ilə parodontitin birgə müalicəsi (stomatoloq və kardioloq tərəfindən) böyük əhəmiyyət daşıyır.

Tibb mütəxəssisləri və əczaçılar üçün tövsiyələr

Parodont xəstəlikləri və ürək damar xəstəlikləri insanların sağlamlığına və həyat tərzinə ciddi şəkildə təsir edən geniş yayılmış xəstəliklərdir.

Parodont xəstəlikləri (gingivit və parodontit) insanlar arasında ən geniş yayılmış xəstəliklərdir: yaşı 35-dən çox olan insanların 80%-i bu xəstəliklərdən əziyyət çəkir və ağır dərəcəli formalı parodontit-yayılma intensivliyinə görə dünyada 6-cı yeri tutur və 800 milyona yaxın insan (dünya əhalisinin təxminən 10%-i) bu xəstəlikdən əziyyət çəkir.[1,2] Müalicə edilmədiyi halda parodontit diş itkisinə səbəb olur, bu da insanlarda düzgün qidalanma çətinliyi, nitq qüsuru, özünə inamın azalması və həyat keyfiyyətinin aşağı düşməsi deməkdir.

Ürək-damar xəstəlikləri ürək və ya qan damarlarını əhatə edir, ürəyin işemik xəstəliyi, insult, hipertoniya, ürəyin revmatik xəstəliyi, kardiomiopatiya və atrial fibrilyasiya da daxil olmaqla bir sıra xəstəlikləri özündə birləşdirir. Dünyadakı bir il ərzində baş verən ölüm səbəblərinin 1/3 hissəsi, Avropada isə 45%-i (4 milyona yaxın) ürək-damar xəstəliklərinin payına düşür. Ölüm sayının çox olması əhalinin yaşının artması, az hərəkətli həyat tərzi və qeyri-sağlam qidalanma ilə bağlıdır. Ürək-damar xəstəlikləri üçün əsas risk amillərinə tütün məhsullarının istifadəsi, yüksək qan təzyiqi, xolesterin və ya triqliseridlərin səviyyəsinin yüksək olması, qlükoza metabolizminin dəyişməsi və piylənmə aiddir. Bunların da bəziləri eyni zamanda parodontitin risk amilləridir. Xoşbəxtlikdən həyat tərzinizdə siqaretdən imtina etmək, sağlam qidalanmaq və mütəmadi olaraq idmanla məşğul olmaq kimi bir neçə kiçik dəyişikliklər etməklə bunların qarşısını ala bilərsiniz. Parodontit ürək-damar xəstəliklərinin müxtəlif formaları və ölüm halları ilə əlaqələndirilir, bu növ xəstəliklər üçün qarşısı alınan bir risk amili qəbul olunur.

Parodontoloji müalicənin ürək-damar xəstəlikləri və risk amillərinə təsiri haqqında əlavə tədqiqiatların aparılmasına ehtiyac olsa da, bu müalicənin və ağız boşluğu gigiyenasının tənzimlənməsinin ürək-damar xəstəliklərinin profilaktikasında mühüm rol oynaması artıq sübut edilmişdir. Məsələn, gündə iki dəfə dişlərini fırçalayan və ağız boşluğu gigiyenasına riayət edən xəstələrdə kəskin ürək-damar xəstəlikləri riski daha azdır. Ürək-damar xəstəlikləri müşahidə edilən insanlarda parodontoloji müalicə təhlükəsiz olsa da, xəstələr antikoaqulyant və ya antitrombositar müalicə aldıqda təhlükəsiz hemostatik tədbirlər həyata keçirilməlidir.

Kardioloqlar, terapevtlər və digər səhiyyə işçiləri ürək-damar xəstəliklərindən əziyyət çəkən insanlara parodontitin həmin xəstəlikləri ağırlaşdırması, kəskin hallarının meydana gəlmə riskini artırması və aparılan parodontoloji müalicənin ürək-damar sağlamlığına müsbət təsiri haqqında məlumat verməlidirlər.

Bu insanlarda, qanayan diş əti və dişlərin laxlaması kimi, parodontitin əsas əlamətlərinin mövcudluğu sorğulanmalıdır və bu qeydlər əsasında ətraflı parodontoloji muayinə tövsiyyə olunmalıdır. Diaqnozu yeni qoyulmuş ürək-damar xəstəlikləri olan insanlar mütləq parodontoloji muayinəyə göndərilməlidirlər.

Ürək-damar xəstəlikləri olan insanlarda parodontoloji müalicə məqsədəuyğun və təhlükəsiz olduğu halda, xəstələr antikoagulyant və ya antitrombosit müalicə alırlarsa, həddindən artıq qanaxmanın qarşısını almaq üçün müəyyən tədbirlərin öncədən görülməsinə ehtiyac ola bilər. Əgər xəstəyə hər hansı parodontoloji cərrahiyyə tələb olunarsa, qanaxmanın və işemik tutmaların qarşısını almaq üçün müvafiq tədbirlərin görülməsi çox vacibdir.

[1] Tim Footman (editor), Guinness World Records 2001 (London: Guinness World Records Ltd, 2000).

[2] Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017, The Lancet, Vol. 352 (November 2018), 1789-1858.

Perio & Cardio

Parodontit və ürək-damar xəstəlikləri dünya əhalisi arasında geniş yayılmış xəstəliklərdir

Ümumi faktlar

Ürək-damar xəstəlikləri

Dünyada bir il ərzində ölüm halları - 17,9 milyon (ölüm hallarının 1/3 hissəsi)

Avropada bir il ərzində ölüm halları - 3.9 milyon (ölüm hallarının 45%)

Yayılma:
2017-ci ildə dünyada 500 milyona yaxın insan ürək-damar xəstəliklərindən təsirləndi

Parodontit

Dünya əhalisinin 50%-i

Yayılma:
Dünyada təxminən 800 milyon insan parodontitin ağır dərəcəli formasından əziyyət çəkir.

Həm ürək-damar xəstəlikləri, həm də parodontit qeyri-yoluxucu xəstəliklərdir – yəni xəstəlik birbaşa olaraq bir insandan digərinə keçmir.

Hər il Avropada ürək-damar xəstəlikləri üçün ayrılan vəsait ümumi səhiyyə xərclərinin €115 milyardını təşkil edir.

Parodontit haqqında ümumi faktlar

- Gingivit və parodontit kimi diş əti xəstəlikləri ən yayılmış iltihabi xəstəliklərdəndir.
- Müalicə edilmədiyi halda parodontit diş itkisinə səbəb olur, bu da insanlarda düzgün qidalanma çətinliyi, nitq qüsuru, özünə inamın azalması və həyat keyfiyyətinin aşağı düşməsi deməkdir.
- Parodontiti olan insanlarda ateroskleroz, glikemik indeks, endotelial disfunksiya və sistemik iltihab daha yüksək səviyyədə müşahidə olunur.
- Parodontitlə şəkərli diabet, ürək-damar xəstəlikləri, ağciyərlərin xroniki obstruktiv xəstəliyi və xroniki böyrək çatışmazlığı arasında əlaqəni sübut edən bir sıra elmi dəlillər mövcuddur.
- Parodontit asanlıqla diaqnoz olunur və klinik nəzarətdə saxlanıla bilir; mun¨ təzəm və yu¨ksək keyfiyyətli dəstəkləyici müdicə ilə müsbət kliniki nəticələrə nail olmaq mümkündür.
- Parodontitin uğurlu müalicəsi sistemik iltihabın azaldılması, qlükoza metabolizmasının yüksəldilməsi və daha yaxşı həyat keyfiyyəti ilə əlaqələndirilir.

Diş əti xəstəliklərinin əlamətləri

- [x] Qırmızı və ya şişkin diş əti
- [x] Qanayan diş ətləri və ya dişləri fırçaladıqdan sonra çanaqda qalan qan izləri
- [x] Ağızda xoşagəlməz dad
- [x] Dişlərin üzərində ərp (diş daşı)
- [x] Daha uzun görünən dişlər
- [x] Dişlər arasında məsafənin artması və ya dişlərin bir-birlərindən aralanması
- [x] Diş itkisi.

Həyat tərzi üzrə ümumi risk amilləri

Siqaret istifadəsi

Stres/Yüksək qan təzyiqi

Qeyri-sağlam qidalanma

Az hərəkətlilik

Piylənmə

Perio & Cardio

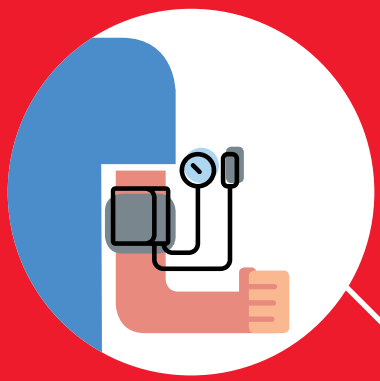
Parodont xəstəlikləri və ürək-damar xəstəlikləri arasında əlaqə

Elmi sübutlar

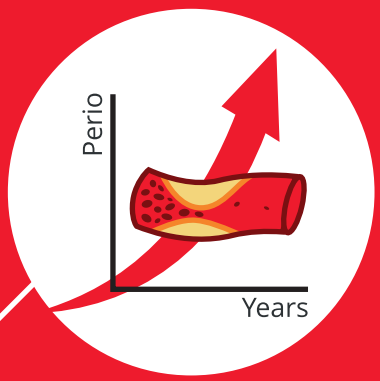
Parodontitlə koronar arteriya xəstəliyi, miokard infarktı, serebrovaskulyar xəstəliklər, kardioembolik və trombotik insult, periferik arteriyaların xəstəliyi, səyirici aritmiya və ürək çatışmazlığı kimi müxtəlif ürək-damar xəstəlikləri arasında əlaqə olduğuna dair elmi sübutlar var.

Sübut olunmuşdur ki:

Parodontit xəstələrində əhəmiyyətli dərəcədə endotel disfunksiyası müşahidə olunur.



Parodontit gələcəkdə ateroskleroz (damarların daralması) riskinin artmasına səbəb olur



Parodontit, ürək-damar xəstəliklərinin profilaktikasında, qarşısı alına bilən risk amillərindən biridir.

Parodontit nəticəsində baş verən iltihabi proses aterotrombogenezin (arteriyalardakı ateromaların) meydana gəlməsinə səbəb olur.

Parodontitin varlığı, gələcəkdə kəskin miokard infarktı, ürək çatışmazlığı və insult kimi böyük ürək-damar problemləri riskinin artması ilə əlaqələndirilir.

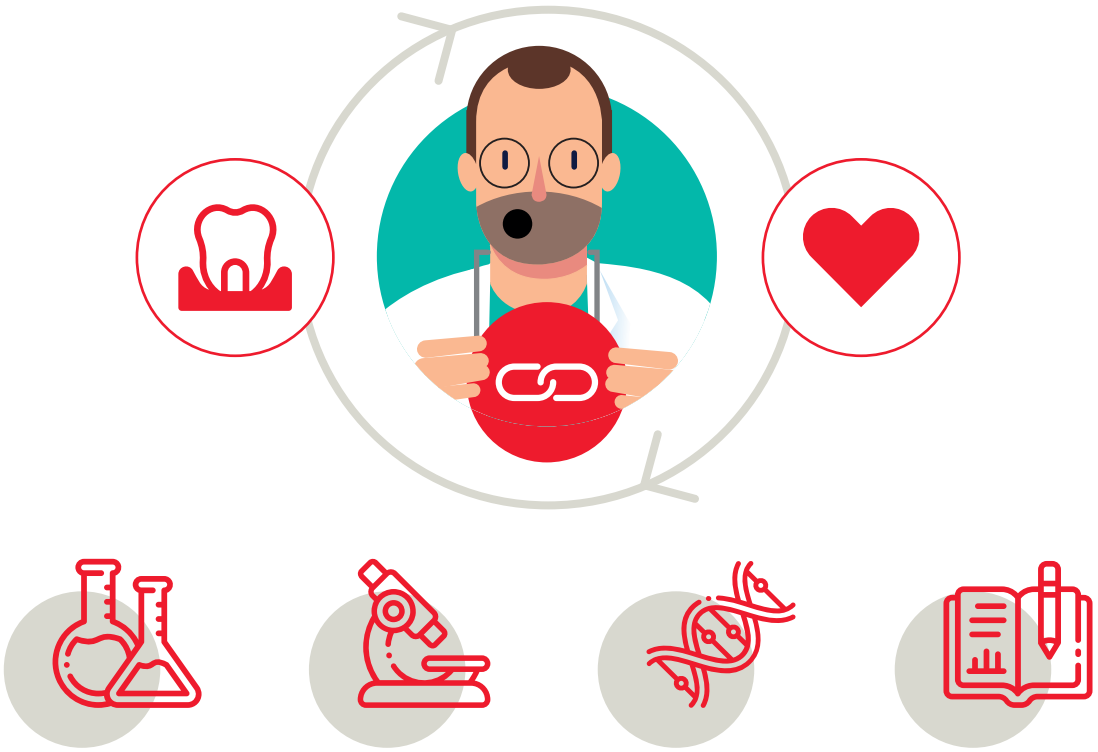
Əlaqələndirmə səbəbləri

Gingivit və ya parodontiti olan insanlarda, vaxtaşırı qan dövranına daxil olaraq müxtəlif təsirlərə səbəb olan yüksək səviyyədə bakteremiya halları.

- Parodontitli xəstələrdə, aktiv iltihabi proses yaradaraq insanın ümumi sağlamlığına mənfi təsir göstərən, daha yüksək virulentliyə malik olan bakteriyalar müşahidə edilir.
- Parodontitə xas patogenlər (məs. Porphyromonas gingivalis) ateromanın meydana gəlməsini təşviq edir və aterosklerozu sürətləndirir.
- Parodont xəstəliklərinə xas patogenlər ürək-damar sistemi ilə qarşılıqlı reaksiyaya girən və ürək-damar xəstəliklərinin başlanğıcına yol açа biləcək antikorlar (antikardiolipin antikorları) istehsal edirlər.

- Sağlam insanlardan fərqli olaraq parodontiti olanlarda aşağıdakılar müşahidə olunur:

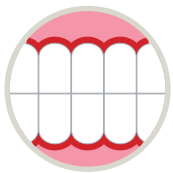
-Ürək-damar xəstəliklərinin tezliyini artıran sitokinlərin və iltihab mediatorlarının səviyyəsinin yüksək olması.
-Fibrinogen (trombositar amillər) səviyyəsinin yüksək olması.
-Xolesterol, aşağı sıxlıqlı lipoproteinlər, triqliseridlər, çox aşağı sıxlıqlı lipoproteinlər, oksidləşmiş aşağı sıxlıqlı lipoproteinlər və s. kimi ürək-damar xəstəliklərinin risk amillərinin yüksək olması.
- Parodontit və ürək-damar xəstəlikləri ortaq genetik amillərə malikdirlər. 9-cu xromosomda eyni zamanda 2-ci tip şəkərli diabet və Alsheymer xəstəliyi ilə əlaqədar olan çoxsaylı məlumatların qeyd edildiyi xüsusi sahə mövcuddur.



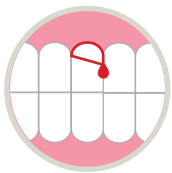
Nə etməlisiniz

01 Parodontitin **ürək-damar** xəstəliklərinə mənfi təsir göstərməsi və bu xəstəliklərin fəsadlarının əmələ gəlmə risklərinin artırması haqqında məlumat verilməlidir.

02 **Ürək-damar** xəstəlikləri olan insanlara **diş əti** xəstəliklərinin əlamətləri haqqında soruşulmalıdır.

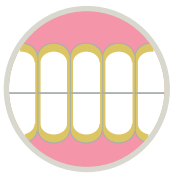


Qırmızı və ya **şişkin** diş ətləri

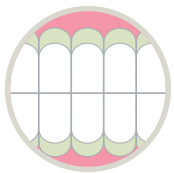


Qanayan diş ətləri və ya **dişləri** fırçaladıqdan sonra çanaqda qalan qan izləri

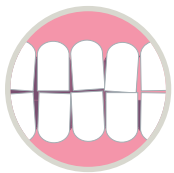
Ağızda xoşagəlməz dad



Dişlərin üzərində **ərp (diş daşı)**



Daha uzun görünən **dişlər**



Dişlər arasında məsafənin artması və ya **dişlərin** bir-birlərindən aralanması

Diş itkisi

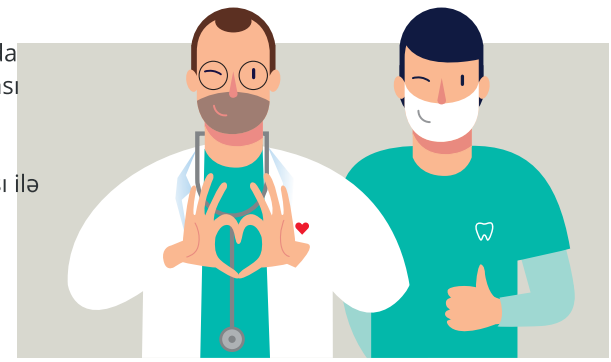
03 Bu simptomlardan hər hansı birinin olması halında **parodontoloji** muayinə tövsiyyə edilməlidir.

04 Effektiv parodontoloji müalicənin **ürək-damar** xəstəliklərinin müalicəsinə müsbət təsir göstərəcəyi haqqında məlumat verilməlidir.

05 Ürək-damar xəstəlikləri olan insanlardan daha öncə hər hansı bir diş əti xəstəliklərinin diaqnozu qoyulması haqqında məlumat əldə edin. Daha oncə diaqnoz qoyulubsa, bu xəstələr parodontoloji müalicə ilə təmin edilməlidirlər.

06 Ürək-damar xəstəlikləri diaqnozu yeni qoyulmuş insanları ürək-damar sisteminin müalicəsi çərçivəsində parodontoloji müayinəyə yönləndirin. Onlara mütəmadi olaraq stomatoloji müayinələrdən keçmələrini tövsiyyə edin.

07 Ürək damar xəstəliklərindən əziyyət çəkən insanlarda qanaxma və işemik tutma riskinin aradan qaldırılması üçün, parodontitin cərrahi müalicəsi çərçivəsində istənilən müdaxilədən öncə kardioloq ilə xəstənin antikoaqulyant və ya antitrombositar müalicə alması ilə əlaqədar fikir mübadiləsi aparın



08 Bu simptomlardan heç biri müşahidə edilmədikdə xəstəyə diqqətli olması və hər hansı simptom meydana çıxdıqda dərhal stomatoloqa müraciət etməsi və ən azı ildə bir dəfə stomatoloji müayinədən keçməsi tövsiyyə olunmalıdır.

Avropa Parodontologya Federasiyası *tibbin parodontologiya sahəsi üzrə elmi və diş əti sağlamlığının əhəmiyyətini təbliğ edən və əsas devizi "daha yaxşı həyat üçün sağlam diş əti"aparıcı təşkilatıdır. 1991-ci ildə təsis edilən Federasiya dünyada və Avropa qitəsində 16 000-ə yaxın parodontoloq, stomatoloq, alim və ağız boşluğu mütəxəssislərinin üzv olduğu 37 milli parodontologiya cəmiyyətini özündə cəmləşdirir. Federasiya maarifləndirməni elmi sübutlara əsaslandırılmış və ictimai maraq kəsb edən mövzularda həkimləri və ictimaiyyətin müxtəlif təbəqələrini əhatə edən tədbirlər və kampaniyalar vasitəsilə həyata keçirir. Kliniki və elmi parodontologiyanın inkişafı EuroPerio beynəlxalq parodontologiya konqresi, Journal of Clinical Periodontology elmi jurnalı, nüfuzlu universitetlərdə parodontologiya ixtissası üzrə akkreditə olunmuş rezidentura proqramı; ictimaiyyət arasında diş əti sağlamlığının təbliğatı isə 12 May Diş əti Sağlamlığı Günü maarifləndirmə tədbiri kimi fəaliyyyətlər Avropa Parodontologiya Federasiyasının tərəfindən həyata keçirilir.*

www.efp.org

Dünya Ürək Federasiyası *dünyanın 100-dən çox ölkəsində 200-dən artıq kardiologiya cəmiyyətini və fondlarını təmsil edən əsas təşkilatdır. Federasiyanın əsas məqsədi ümumdünya, regional, milli və yerli təşkilatlar səviyyəsində ölüm hallarının qarşısını alınması və ürək-damar sağlamlığının möhkəmləndirilməsindən ibarətdir. Dünya Ürək Federasiyası sağlam ürəyin hər bir insanın haqqı və*

www.worldheart.org

Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyətinin *əsas fəaliyyəti ölkəmizdə stomatologiyanın parodontologiya sahəsinin inkişafına yardım etmək, həkimlərə və ictimaiyyətə dişlər və implantlar ətrafında diş əti sağlamlığının qorunub saxlanması və diş əti xəstəliklərinin ciddiyyəti, bu xəstəliklərin müasir biliklərə əsaslandırılmış erkən diaqnostikası və müalicəsinin əhəmiyyətini tanıtmaq, nəşrlər və digər elmi-maarifləndirici tədbirlər vasitəsi ilə tibbin digər sahələri ilə interdistiplinar kommunikasiyanı və tədqiqatları inkişaf etdirmək və gündəmə gətirməkdən ibarətdir. Cəmiyyət tərəfindən müxtəlif təhsil müəsisələri, yerli və beyləlxalq təşkilatlar, tanınmış alimlər və mütəxəssislər ilə sıx əməkdaşlıq edilməsi, beynəlxalq rəhbərliklərin və maarifləndirmə nəşrlərinin Azərbaycan dilində tərtib edilməsi ilə yanaşı müxtəlif beynəlxalq elmi və sosial maarifləndirici tədbirlər mütəmadi olaraq həyata keçirilir.*

www.perio.az

Azərbaycan Ürək və Damar Cərrahiyyəsi Cəmiyyətinin *əsas vəzifəsi ölkəmizin ehtiyacı olan gənc kadrların hazırlanmasına və ürək-damar cərrahiyyəsinin dünya standartlarına çatdırılmasına xidmət etməkdir. Bu məqsədlə Cəmiyyət tərəfindən 2009-cu ildən etibarən hər iki ildən bir "Bakı Ürək Günləri" Beynəlxalq Konqresini, Dünya Ürək Federasiyasının təşəbbüskarı olduğu "Dünya Ürək Günü" ilə əlaqədar 2010-cu ildən etibarən hər il beynəlxalq Konqres, aylıq seminar və praktiki məşğələlər təşkil edilir. Cəmiyyət bu sahədə beynəlxalq və ayrı-ayrı ölkələrin aparıcı təşkilatları ilə sıx əməkdaşlıq edir, yerli mütəxəssislərin xarici ölkələrdə təcrübə keçməsinə, beynəlxalq konqreslərdə iştirakına dəstək göstərir. Maarifləndirmə işinin daha da genişləndirilməsi məqsədilə 2020-ci ildən etibarən Cəmiyyət tərəfindən "Azərbaycan Ürək və Damar Cərrahiyyəsi" adlı beynəlxalq elmi-praktiki jurnal dərc edilir. Jurnal həm bu sahədə elmi tədqiqat aparan alimlərə, həm də ürək və damar xəstəlikləri ilə məşğul olan praktik həkimlərə və səhiyyə işçilərinə çox faydalıdır.*

www.audcc.org.az

DENTAID – *ağız boşluğunu sağlamlığı ilə əlaqədar məhsullarının hazırlanması, istehsalı və marketinqini həyata keçirən və ''insanlarda ağız boşluğu sağlamlığının yaxşılaşdırılması'' missiyası olan nüfuzlu beynəlxalq şirkətdir. Şirkətin innovativ ruhu və ictimaiyyətə bağlılığı bu sahədəki liderliyini təmin edir. DENTAID ərpin ağız boşluğunda səbəb olduğu xəstəliklərin qarşısının alınması, diaqnozu və müalicəsi üçün geniş həll yollarını təklif edir. Bundan əlavə, DENTAID mütəxəssislərin hazırlanması və keyfiyyətin artırılması treninqlərinin keçirilməsini təmin edir və onları gündəlik fəaliyyətlərində dəstəkləyir. Hazırda şirkətin 9 törəmə şirkəti mövcuddur və o, dünyanın 70 ölkəsində filiallar vasitəsilə təmsil olunub: Vitis®, Paro·Aid®, Interprox®, Halita®, and Dentaid Xeros®.*

www.dentaid.com

Sağlam ürək üçün sağlam diş əti

EFP

PERIOAZ
AZƏRBAYCAN
PARODONTOLOGİYA CƏMİYYƏTİ

Avropa Parodontologiya Federasiyasının *Perio&Kardio maarifləndirmə kampaniyası Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyətinin prezidenti Cavid Əhmədbəyli, vitse-prezidenti və layihələr koordinatoru Hənifə Musayeva və Azərbaycan Ürək-Damar Cərrahiyəsi Cəmiyyətinin sədri Kamran Musayev tərəfindən Azərbaycan dilinə tərcümə olunaraq tərtib edilmişdir. Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyətinin İdarə Heyətinin 18 yanvar 2022-ci il tarixli 1 saylı qərarı ilə tövsiyələr kimi təsdiq edilmişdir.*

Əhmədbəyli C.R, Musayeva H.H, Musayev K.K. Parodont və ürək-damar xəstəlikləri: Tibb mütəxəssisləri və əczaçılar üçün tövsiyələr. Azərbaycan Parodontologiya Cəmiyyətinin elmi nəşrləri, 2022, N.1, A1-12.
www.perio.az/periokardio

Sağlam ürək üçün **sağlam diş əti**

stomatoloqu və kardioloqu müntəzəm ziyarət edin

dişlərinizi gündə 2 dəfə fırçalayın

fəal olun, məşq edin

sağlam qidalanın, çəkinizə nəzarət edin

siqaret çəkməyin

---

perioand**cardio**.efp.org
www.perio.az/**periokardio**
www.audcc.org.az/**periokardio**