

## BIOFILMO REIKŠMĖ IR POVEIKIS DANTŲ SVEIKATAI.

### KAS TAI?

Biofilmas – tai plika akimi nematomas sluoksnis (plėvelė), dengiantis dantų paviršių. Šiame sluoksnyje gyvena burnos mikroorganizmų bendrijos. Prie šios biofilmo plėvelės prikimba maisto likučiai, iš kurių ir susidaro apnašos.

### KUO JIS ŽALINGAS DANTIMS?

Bakterijos ir kiti mikroorganizmai, esantys šiame apnašo sluoksnyje, maitinasi mūsų burnos ertmėje po valgio likusiais cukrumis bei kitais angliavandeniais. Jeigu visas šis sluoksnis nėra suardomas laiku, bakterijos ir jų produktai pažeidžia dantų kietuosius audinius ir tampa dantenų uždegimo ir periodontito priežastimi.

### BIOFILMĄ SUDARANTYS MIKROORGANIZMAI

Dantų apnašų mikroorganizmai yra labai įvairūs, bioplėvelėje jų yra nuo 200 iki 300 rūšių, o didžiausią poveikį mūsų burnos sveikatai daro šios:

- streptokokai – rūgštinės bakterijos, kurios demineralizuoja emalį ir dentiną ir skatina dantų ėduonį;
- lactobacillus – ši bakterijų rūšis denatūruoja (ardo) dentino baltymus;
- actinomyces – rūgštiniai mikroorganizmai, veikiantys (silpninantys) emalį ir dentiną.

### PREVENCIJA

Dantų valymas yra ne tik maisto likučių pašalinimas. Valymo tikslas – suardyti ploną, plika akimi nematomą bakterinio apnašo plėvelę – biofilmą. Tai yra nenutrūkstamas procesas: šepetuku suardžius šį sluoksnį, jis po kurio laiko vėl formuojasi.

Dantų valymas privalo būti kasdienis įprotis, o žmogus šiuos įgūdžius turi ugdytis nuo pirmojo dantuko iki dantų priežiūros senatvėje, todėl būtina suprasti dantų valymo procesus ir svarbą. Biofilmas apgaubia visus dantų paviršius, tad svarbu nepamiršti valyti ir tarpdančius. Primename, kad už mažiausiųjų burnos valymą yra atsakingi suaugusieji! Rekomenduojama dantis vaikams valyti maždaug iki 11 metų.