

# מעשנים? זו הסיבה שאתם צריכים לקבוע תור לרופא השיניים, עוד היום

## ד"ר יצחק טייב

תסייע בהקטנת מושבות החיידקים הללו ותוביל להפחתת ריח הפה החרף.

### תפקידו הקריטי של רופא השיניים

עבור מעשנים ישנה חשיבות רבה לביקור קבוע במרפאת השיניים ובדיקת רופא של כל הרקמות והריריות בחלל הפה. זיהוי מוקדם של נגעים טרום ממאירים, למשל פצעים, כיבים ונגעים לבנים מסוימים בחלל הפה, יכול להציל חיים. רופא השיניים יפנה במידת הצורך למומחה ברפואת הפה ו/או מומחה בכירורגיה פה ולסת לבידור נוסף.

### סימנים למחלות חניכיים

נסיגת חניכיים (כותרות ארוכות/שורשים חשופים), פתיחת מרווחים ותזזות שיניים, נפיחות בחניכיים, רגישות בלעיסה, ניידות שיניים, טעם וריח רע מהפה. רופא השיניים יפנה במידת הצורך למומחה ברפואת חניכיים. גמילה מעישון תוביל לשיפור משמעותי ביכולות הרפיו הטבעיות, שבו ניתן יהיה להרגיש כבר לאחר חודשים ספורים. סיכויי ההצלחה של קליטת שתלים דנטליים והשתלות עצם ישתפרו גם הם תוך זמן קצר. לרופאי השיניים תרומה משמעותית לגמילה מעישון. סמכותם כיועצים בענייני בריאות והידע הרפואי שלהם מאפשרים להם לעזור למטופלים בהבנת נזקי העישון ובשיפור ההיענות לגמילה. התערבות קצרה של צוות רפואי הוכחה כיעילה ומשפרת משמעותית את סיכויי הגמילה. רופא השיניים יאתר את המעשנים, יידע אותם לגבי היתרונות שבהפסקת עישון טרם הטיפול וימליץ להם על אמצעים יעילים לגמילה מעישון כולל טיפול תרופתי ייעודי לכך והפניה לקבלת טיפול נוסף במידת הצורך. מעשן המועמד לטיפול שיניים מורכב, ממושך ויקר יכול לנצל את ההזדמנות החשובה הזו ולהיגמל מעישון. ■

\* הכותב הוא רופא מומחה ברפואת חניכיים ומנהל מרפאת השיניים בהדסה הר הצופים. וכן, עמד בעבר בראש האיגוד הישראלי לרפואת חניכיים.

סיכון, שהנמנים עליה מצויים בסכנה גדולה יותר לפתח מחות וסיבוכים שונים.

חניכיים של מעשנים לא נוטות לדמם, ולכן הם אינם מודעים פעמים רבות להתקדמות של מחלות החניכיים בפייהם

השוואת סיכונים בין מעשנים ולא מעשנים:

- הסיכון לפתח סרטן בחלל הפה הוא כפי 4 גדול יותר, בהשוואה ללא מעשנים.
- מעשנים מהווים 50% מאוכלוסיית החולים במחלות חניכיים בעולם המערבי.
- החיידקים המצויים בחניכיים של מעשנים, ובמיוחד בלסת העליונה, אלימים יותר באופן משמעותי.
- עישון פוגע במערכת החיסון ובתפקוד התאים הלבנים. זה מתבטא ביכולת ירודה בהגעה לאתר הזיהום, יכולת פגומה בבליעת מזהמים וכן, ירידה בייצור הנוגדנים. בנוסף, ניכרת פגיעה בתאי רקמת החיבור, העצם ובכלי הדם – דבר המביא לירידה ברמת החמצן ברקמות.
- עישון מזיק באופן משמעותי לכל תהליכי הרפיו והתוצאה הינה שיקום איטי במיוחד של תאים ורקמות. לכן, כאשר מבוצעים טיפולים ניתוחיים מכל הסוגים במעשנים, תהליכי הרפיו הפגועים חושפים אותם לסיבוכים וכישלונות ומסתיימים בתוצאות פחות טובות. שיעור הכישלונות בטיפולי חניכיים ושתלים כפול במעשנים ולפי חלק מהמחקרים יכול להגיע עד פי 4-5, בהשוואה ללא מעשנים. הסיבוכים באים לידי ביטוי החל בעקירות פשוטות ועד לניתוחים מורכבים, כדוגמת בניית עצם לקראת התקנת שתלים.
- במעשנים בולטת התופעה של "באשת הפה" (הליטוזיס), שזהו למעשה ריח פה חרף. מדובר על שילוב של תוצרי פירוק (תרכובות גופרית נדיפות) של חיידקים המעורבים בדלקות ומחלות חניכיים (שכאמור שכיחותם במעשנים גדולה יותר), לצד ריח העישון האופייני. גמילה מעישון

נזקי העישון הם רבים ולא מתמצים רק ברשימת האזהרות על חפיסות הסיגריות. לרגל יום העישון, רופא שיניים מזהיר: חלל הפה הוא הראשון להיחשף לעשן הרעיל, והסיכון לפתח בו סרטן גדול פי ארבעה בקרב מעשנים. רבות נכתב על סכנות העישון, אך לרוב רשימת הסכנות מסתכמת באלה המופיעות על כל חפיסת סיגריות – מאימפוטנציה ועד סרטן ריאות, וכמובן מוות בטרם עת. אבל יש תחום אחד שלא מדברים עליו מספיק – האופן שבו פוגע העישון בחלל הפה: השיניים, החניכיים, הריריות, הלשון, השפה ועוד.

מי מאתנו שהתנסה בעישון זוכר בוודאי את הניסיונות עם הסיגריה הראשונה. שיעול, בחילה, סחרחורת, וסירחון... הרי אלה הם סימנים ברורים לכך שהגוף דוחה, מאותת ומזהיר מפני העשן. ובכל זאת, בישראל המעשנים מהווים כחמישית מהאוכלוסייה. ההתמכרות לעישון היא התמכרות קשה לכל דבר ועניין, כאשר החומר הממכר הוא הניקוטין שפועל על קולטן מיוחד במערכת העצבים המרכזית. בשאיפת העשן חודרים לגוף עשרות חומרים מסרטנים (רעלים כמו ארסן, פנול, אמוניה ומימן ציאנידי, נפטלין, קדמיום, ציאניד ועוד). לכל אלו השפעה הרסנית שכל אחד מאתנו, ובמיוחד מי שמעשן, חייב להכיר – הנזקים הקשים לרקמות חלל הפה מתבטאים בגידולים ממאירים, אובדן שיניים, שינויים אסתטיים, כישלונות וסיבוכים בפרט בטיפולים ניתוחיים (עקירות, ניתוחים ושתלים), קיצור אורך החיים של טיפולים שיקומיים מורכבים והרשימה עוד ארוכה.

יש לזכור שהחניכיים במעשנים אינם נוטים לדמם עקב כיווץ כלי הדם בהשפעת הניקוטין ולכן על פי רוב המעשנים אינם שמים לב ואינם מודעים להתקדמות מחלת החניכיים בפייהם, אלא רק בשלבים מאוחרים ולכן, יש חשיבות רבה לביקור סדיר במרפאת השיניים ואצל שיננית, למטרות זיהוי מוקדם ומניעה. אוכלוסיית המעשנים מהווה למעשה קבוצת