

BioGaia®

Gingivitis
(fogínygyulladás)
kisokos



Még több információ és jótanács:
www.biogaia.hu

Okok és tünetek

Gingivitis - bárkit érinthet

Egészséges felnőtt emberi szervezetben körülbelül 100 000 milliárd baktérium, vírus és gomba él, velünk tökéletes szimbiózisban. Ez az ún. **mikrobiom**, melynek jelentős része a bélrendszerben található, és **bélflórának** nevezzük. A második legnagyobb ilyen, **mikroorganizmusok** alkotta közösség pedig a **szájflóra**.



A szájflóra normál állapota a szervezet belső folyamataira, külső hatásokra vagy akár élethelyzetekre reagálva megváltozhat. Ha a kórokozó baktériumok többségbe kerülnek, az ínyvérrel mentén bejutva kellemetlen gyulladás, majd súlyosabb állapotokat okozhatnak.

A fogínygyulladás (gingivitis) az egyik leggyakoribb szájüregi betegség, és legfőbb oka a szájflórát alkotó baktériumok egyensúlyának eltolódása.

Kialakulásának esélyét számos tényező növelheti, például:

- nem megfelelő szájhygiénia
- szisztémás betegség
- gyógyszer-mellékhatás (pl. vérnyomáscsökkentők esetében)
- genetikai hajlam
- rendezetlen fogsor miatt felhalmozódott baktériumok és fogkő
- természetes, hormonváltozással járó életciklusok, mint a serdülőkor, illetve nőknél: várandósság, menstruáció, menopauza
- dohányzás
- nem megfelelő, vitamin- és ásványi anyag-szegény táplálkozás

A kialakult ínygyulladás könnyen felismerhető. A fogíny:

- színe rózsaszín helyett világos- vagy sötétpiros
- megduzzad, vérbő lesz
- előfordulhat, hogy viszket
- nyomásra érzékeny lehet, fájhat

Esetenként (például fogmosáskor) vérzés tapasztalható. Mindez rossz szájízzel, kellemetlen lehelettel járhat.

A gingivitis megfelelő szájhygiénés rutinnal, illetve rendszeres, professzionális tisztítással megelőzhető.



Mi történik, ha nem kezelik a gyulladást?



Kialakulhat **ínyesorvadás**: az íny a kezdeti duzzanatot követően visszahúzódik a fogról, a fognyak szabaddá válik, látható lesz, és egyes táplálékokra, hőingerekre túlérzékenységet mutathat.

Hosszabb távon a gyulladás a fog tartószövetére is kiterjedhet, ami **a fogak meglazulásához vagy elvesztéséhez** vezethet.

Miért magas a várandós nők gingivitis-kockázata?

A várandósság során változik a szájbán található bakteriális flóra, és megemelkedik a nők vérenek térfogatszázaléka. Mindezek miatt **a nyálkahártya érzékenyebbé, átjárhatóvá válik a kórokozó baktériumok számára** is, ez pedig fokozza az ínygyulladás és az annak következtében kialakuló betegségek kockázatát.

Várandósság alatt különösen oda kell figyelni a megfelelő szájhigiénére, a fogorvosi szűrésre és szükség esetén kezelésre.

A terhességi gingivitisben szenvedő kismamánál ugyanis nagyobb a koraszülés és az alacsonyabb születési súly kockázata, mint az egészséges ínyű édesanyáknál. Kialakult ínygyulladás esetén a fog és az íny között egyre mélyebb lesz az ínybarázda, baktériumokkal teli ínytasak alakul ki, ahonnan a baktériumok folyamatosan ürülnek a vérbe, és látens gyulladás alakul ki. Megemelkedik a prosztaglandin (hormonhatású zsírsavak) termelése, amely negatív hatást gyakorol a méhösszehúzódásra, a burokrepedésre, a méhlepény leválására.

A várandós nők
35-100%-a
szenvet
fogínygyulladásban.

Megelőzés és kezelés Javaslatok szakemberektől



1.

Minimum **naponta 2x tisztítsd a fogaidat** fluoridos fogkrémmel és fogselyemmel.

2.

Évente 1-2 alkalommal keresd fel a fogorvosodat vagy szájhigiénés szakembered **a fogkő eltávolítása és konzultáció** céljából.

3.

Ha a szakorvosod javasolja, használj fogínyápolókat és **a szájüregi flórát építő, annak egyensúlyát támogató** készítményeket.

Egyéb szakorvosi, dentálhigiéniai javaslatok:



Jó egészséget, gyors javulást kívánunk!

Jogsabályi figyelmeztetés: A fenti megállapítások a humán flóra és azon belül a szájflóra működését érintő általános információk, nem a L. reuterivel kapcsolatos egészségügyi állítások. A BioGaia készítményekben található baktériumtörzs egyedi tulajdonságairól csak egészségügyi szakember (orvos, gyógyszerész, védőnő) nyújthat tájékoztatást.

BioGaia® Prodentis® szopogatótabletták

A szájflóra a mikrobiomod, így az életed szerves része

Lezárási dátum: 2025. március 6. 2025/PD/17



mentolízzel
12 éves kortól



almaízzel
3 éves kortól

Orálbioitikumok a fogak és a szájüreg élőflórájával, klinikailag bevizsgált *L. reuteri* baktériumkombinációval. Javasolt: naponta 1-2 tablettát, félórával fogmosás után, gyermekeknek, felnőtteknek, időseknek és várandósoknak is!

BioGaia®



BG-2019