أمراض اللثة تفتح باب الإصابة بالقلب



تؤثّر أمراض اللثة في صحّة الإنسان وقد تكون مسؤولة عن سقوط أسنانه وإصابته بعدد من الأمراض التي هو في غنى عنها.

من المهم جداً عدم إهمال العناية باللثة والإسراع في الكشف مبكراً عن أي التهابات تصيبها. فما الأمراض التي تصيب اللثة؟ وما علاجها؟

وهل ثمة إجراءات وقائية تحول دون إصابتها بالأمراض؟

تشير المؤسسة البريطانية للعناية بصحّة الأسنان إلى أنّ 19 من أصل 20 بريطانياً مصابون بأحد أنواع أمراض اللثة، وهذا يدل على أنّ عدداً كبيراً منا ربما يعي إصابته بالمرض، ما يعرضنا لمضاعفات خطيرة.

تعدّ أمراض اللثة من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى فقدان الأسنان حتّى السليمة منها، كما أكدت الأبحاث العلمية الحديثة ارتباط التهابات اللثة بأمراض مزمنة، مثل السكري وأمراض القلب، وذلك نتيجة دخول 700 نوع من الجراثيم إلى جسم الإنسان عن طريق اللثة النازفة والمتورمة. وعلى الرغم من ذلك، نجد أنّ كثيراً من الأشخاص يتلكأون في الذهاب إلى طبيب الأسنان، الذي يستطيع أن يكشف باكراً أي التهابات أو أمراض في اللثة.

عندما نذكر أمراض اللثة نعني بذلك أي التهاب أو عدوى تصيب الأنسجة الداعمة للسن. في الإجمال، تحدث تلك الأمراض نتيجة وجود الجراثيم التي تكوّن طبقة لزجة فوق الأسنان واللثة. في المراحل الأولى من المرض لا يعاني الشخص أي أعراض، لكن إهمال تنظيف الأسنان والعناية بها، يؤدي مع الوقت إلى تكاثف هذه الطبقة والتصاقها أكثر بالأسنان وزيادة صلابتها بترسب مواد كليسة ناتجة عن لعاب الفم لتشكل ما يعرف بالقلح الذي يعمل على خدش اللثة، ما يؤدي إلى الإصابة بالتهاب اللثة أو مرض الأنسجة الداعمة للسن.

- التهاب اللثة: من أعراض هذه الحالة احمرار اللثة نزفها بسهولة لدى تفريش الأسنان أو لمس اللثة بخيط تنظيف الأسنان. في الحالات المتقدمة، تنزف اللثة أثناء تناول الطعام وتنبعث من الفم رائحة كريهة ويشعر المصاب بمذاق غريب وغير مستحب في فمه، كما تنفصل اللثة عن الأسنان وينخفض مستوى الدعم العظمي للسن ويتشكل ما يسمى الجيوب اللثوية المليئة بالجراثيم.

- مرض الأنسجة الداعمة للسن: إهمال علاج التهاب اللثة في مراحله الأولى يؤدي إلى زيادة سوء حال اللثة، فتكون أكثر احمراراً وتورماً وانتفاخاً ونزفاً وقد ترافق بالصديد، حيث تظهر خراجات قيحية حول الأسنان وتصبح الأسنان متقلقلة وغير ثابتة في مكانها، ويستمر تلف العظام المحيط بالأسنان، وتتأذى عظام الفكين، ما يؤدّي إلى تغير طريقة إطباق أسنان الفكين.

يشير بعض الأطباء إلى أنّ العامل الوراثي وإهمال العناية بصحّة الأسنان يلعبان دوراً كبيراً في الإصابة بأمراض اللثة. فقد أشارت التقارير الصادرة عن المؤسسة البريطانية للعناية بصحّة الأسنان إلى أنّ الأشخاص الذين يعتنون بصحّتهم ويحافظون على لياقتهم، هم أقل عرضة للإصابة بأمراض اللثة بنسبة 40 في المئة. ويعد التدخين من العوامل الإضافية التي تسهم في ظهور التهابات اللثة، لأنّه يزيد من كمية الجير في الفم، كما أنّ المدخنين يعانون نقصاً في كمية الأوكسجين الموجود في مجرى دمهم، ما يمنع عملية شفاء التهاب اللثة، بمعنى آخر، التدخين يسرع عملية تطوّر المرض.

- المخاطر الصحّية:

تبيّن جميع الدراسات ارتباط أمراض اللثة بأمراض القلب، نتيجة انتقال البكتيريا من الفم إلى مجرى الدم، ما يسهّل عملية التصاقها في الأوعية الدموية داخل القلب، وهذا بدوره يزيد من فرصة تكوّن الخثرات والحدّ من عملية تدفق الدم. لهذا، يزداد خطر الإصابة بأمراض شرايين القلب التاجية عند الأشخاص المصابين بأحد أنواع أمراض اللثة بمعدل الضعف عن بقية الناس، كما يلاحظ أنّ أغلبية ضحايا الجلطات القلبية تبيّن أنّهم مصابون بالتهابات اللثة أو بأحد الأمراض اللثوية.

لكن المشكلة لا تقف عند هذا الحدّ، فقد وجدت مجموعة من العلماء في جامعة امبريال كوليدج اللندنية، رابطاً كبيراً ما بين أمراض اللثة وخطر الإصابة بسرطانات الرئة والكلى والبنكرياس والدم. كما بيّنت الدراسات الحديثة الصادرة عن جامعة كولومبيا في أميركا، أنّ المصاب بمرض اللثة السليمة للإصابة بمرض السكري. كذلك، يؤدّي دخول البكتيريا المجهرية الرئتين عن طريق الفم إلى زيادة الالتهابات الصدرية مثل داء ذات الرئة.

- وقاية:

قد يظن الإنسان أن ينظف أسنانه بشكل جيّد بمجرد أن يفرشها يومياً مستخدماً معجون أسنان جيّداً، لكن طبيب الأسنان وحده قادر على إجراء تنظيف كامل للأسنان والفم، لذا يُستحسن زيارته كلّ ستة أشهر للاطمئنان على صحّة الفم والأسنان واللثة. كما يمكن سؤاله عن الإجراءات الصحيحة لتفيش الأسنان وتنظيفها، لأنّ الدراسات بيّنت أنّ أغلبية الناس لا يعرفون كيفية تفريش أسنانهم بالشكل الصحيح الذي يقيهم الإصابة بالتسوس والنخر والالتهابات.

- وضع روتين يومي: يجب تفريش الأسنان مرتين في اليوم واستخدام معجون أسنان غني بالفلورايد. لقد بيّنت الدراسات أنّ الفراشي الكهربائية أكثر فاعلية في التخلص من طبقة الجير وبقايا الطعام.

- التوقيت مهم جداً: يجب تفريش الأسنان لمدة دقيقتين كاملتين، يمكن تقسيمها إلى 30 ثانية لكلّ جزء من الفم.

- تنظيف الجهات الأربع للسن: الطريقة الوحيدة لفعل ذلك هي باستخدام خيط تنظيف الأسنان أو الفراشي الخاصّة بتنظيف ما بين الأسنان.

- تفادي تناول السكريات وشرب العصائر الغنية بالسكر: هذا النوع من الطعام يؤدي إلى هجوم الحمض على الأسنان، كما يجب تفادي تفريش الأسنان بعد تناول الوجبات مباشرة، ويفضل تناول العلكة الخالية من السكر لزيادة كمية اللعاب القلوي أو إنهاء الوجبة بتناول قطعة جبن صلبة.

- مؤشرات الخطر:

يجب زيارة طبيب الأسنان في حال عانيت أحد الأعراض التالية:

- تغير لون اللثة إلى احمر داكن.

- انتفاخ اللثة ونزفها عند التفريش أو اللمس.

- وجود مذاق غريب في الفم.

- انبعاث رائحة كريهة من الفم.

- تقلقل الأسنان.

- تكرر الإصابة بالتهابات اللثة والفم.

في حال الإصابة بمرض اللثة، سيقوم الطبيب بقياس الجيب المكوّن بين السن واللثة لتحديد مرحلة تطور المرض، كما يمكن أن يطلب صورة بأشعة اكس للتأكد من عدم وجود فقدان في النسيج العظمي. ووفق تقييم الطبيب للحالة يتم وصف العلاج المناسب، إما عن طريق إزالة الترسبات الجيرية عن الأسنان وتحت اللثة وجذر السن، أو إجراء بعض العمليات الجراحية للحالات التي تستدعي ذلك.