

**Πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του Οδοντίατρου στην προσπάθεια του καπνιστή να διακόψει το κάπνισμα ;**

Ο ρόλος του είναι πολύ σημαντικός γιατί ο Οδοντίατρος:

- είναι ο εξειδικευμένος Ιατρός της Στοματικής Κοιλότητας, ο οποίος παρακολουθεί κάθε ασθενή σε τακτικότερη βάση από κάθε άλλο ειδικό Ιατρό (εφόσον ακολουθούνται οι συμβουλές για τακτικό 6μηνιαίο έλεγχο).

- ενδιαφέρεται και διερευνά τις δυσμενείς επιπτώσεις στη στοματοφαρυγγική περιοχή.

**Μόνο ο Οδοντίατρος μπορεί να αξιολογήσει οποιαδήποτε αλλαγή συμβαίνει μέσα στο Στόμα, ειδικά αν πρόκειται για ανεξήγητες πληγές, εξογκώματα, πρήξιμο ή αιμορραγίες που επιμένουν περισσότερο από 2 εβδομάδες!**

- έχει την πιο άμεση πρόσβαση σε παιδιά, εφήβους και τους κηδεμόνες τους, ενημερώνοντας τους άμεσα για τους κινδύνους και τις βλαβερές συνέπειες του καπνίσματος.

- περιθάλπει γυναίκες σε αναπαραγωγική ηλικία και εγκυμονούσες, οπότε έχει τη δυνατότητα να τις ενημερώνει για τις ενδεχόμενες βλάβες που μπορεί να υποστεί το έμβρυο εξαιτίας της χρήσης προϊόντων Καπνού.

- έχει πρόσβαση σε υγιείς ασθενείς, κατά τη διάρκεια των προληπτικών επισκέψεων στο Οδοντιατρείο, που του δίνει την ευκαιρία να επικοινωνεί μαζί τους πριν την έναρξη πιθανής ασθένειας (έγκαιρη πρόληψη),

- μπορεί να επιδείξει άμεσα τις πραγματικές επιπτώσεις του Καπνού στο στόμα, προτρέποντας όλους τους καπνιστές-ασθενείς να διακόψουν το κάπνισμα.



**Οι συνέπειες από τη χρήση του Καπνού είναι δραματικές:**

- Οι καπνιστές περνούν περισσότερα χρόνια ζωής σε συνθήκες κακής υγείας από ό,τι οι μη καπνιστές (διάφορες μορφές καρκίνου, καρδιαγγειακά νοσήματα, νόσοι του αναπνευστικού).
- Περισσότεροι από τους μισούς καπνιστές πεθαίνουν από το Κάπνισμα.
- Οι μισοί θάνατοι συμβαίνουν στη μέση ηλικία 35-60 ετών.
- Η χρήση των προϊόντων Καπνού έχουν δυσμενείς επιπτώσεις τόσο στην ποιότητα της ζωής των πολιτών όσο και στα οικονομικά μεγέθη καθώς, με συντηρητικές εκτιμήσεις, οι δαπάνες υγειονομικής περίθαλψης κοστίζουν στην Ευρώπη 25,3 δις ευρώ ετησίως!

### **Η ΔΙΑΚΟΠΗ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ!**

- Η διακοπή του καπνίσματος βελτιώνει την υγεία και την ευημερία των ασθενών.
- **Ο ΟΔΟΝΤΙΑΡΟΣ ΕΙΝΑΙ ΣΥΜΑΧΟΣ ΚΑΘΕ ΚΑΠΝΙΣΤΗ** στην προσπάθεια για έλεγχο της χρήσης του Καπνού και εφαρμογή Προγραμμάτων Διακοπής.
- Η έγκαιρη διάγνωση του καρκίνου του Στόματος είναι κρίσιμη και σημαντική για την πορεία της νόσου και την επιβίωση του ασθενή. Οι πιο ήπιες βλάβες μπορούν να αποτελέσουν κίνητρο για τη διακοπή του καπνίσματος.
- Διακοπή του καπνίσματος στην ηλικία των 50 ετών μειώνει τον κίνδυνο θανάτου κατά 50% ενώ διακοπή στην ηλικία των 30 ετών σχεδόν μηδενίζει τον κίνδυνο.

### Who is who

Το **ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ ΕΥΡΩΠΑΪΩΝ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΩΝ (CED)** εκπροσωπεί πάνω από 340.000 ασκούντες οδοντιάτρους από 30 Ευρωπαϊκά Κράτη.

Η **ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ (ΕΟΟ)**

αποτελεί το κορυφαίο θεσμικό όργανο εκπροσώπησης των 14.000 Οδοντιάτρων της χώρας.

Τα στατιστικά στοιχεία που περιλαμβάνονται στο παρόν φυλλάδιο προέρχονται από το Συμβούλιο των Ευρωπαίων Οδοντιάτρων, το Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας, τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και το Εργαστήριο Στοματολογίας της Οδοντιατρικής Σχολής ΑΠΘ.



# **12 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ** **ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

## **Στοματική Υγεία και Κάπνισμα**

**ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ** ότι η χρήση του Καπνού αποτελεί:

- τη **ΣΟΒΑΡΟΤΕΡΗ ΑΠΕΙΛΗ** για την Υγεία σας που θα μπορούσε να αποφευχθεί;
- τον κυριότερο λόγο θανάτων που θα μπορούσε να προληφθεί;



# **ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΛΕΜΕ**

# **ΟΧΙ ΣΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ** **ΝΑΙ ΣΤΗΝ ΖΩΗ!**

ΕΛΛΗΝΙΚΗ  
ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ  
ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ



COUNCIL OF  
EUROPEAN DENTISTS



# ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Τα ευρωπαϊκά στατιστικά είναι αποκαρδιωτικά:

- Η χρήση του Καπνού ευθύνεται για 697.000 θανάτους ετησίως στην ΕΕ
- Από το Παθητικό Κάπνισμα πεθαίνουν περισσότεροι από 70.000 ετησίως
- Το 2012 κάπνιζε το 28% όλων των πολιτών της ΕΕ και το 29% των νέων ηλικίας 15-24
- Το 70% των καπνιστών άρχισε το κάπνισμα πριν την ηλικία των 18 και το 94% των καπνιστών πριν την ηλικία των 25
- Η συνδυασμένη χρήση Καπνού και Αλκοόλ συνδέεται με το 90% των καρκίνων που εμφανίζονται στο Στόμα
- Για κάθε τσιγάρο που “απολαμβάνει” κανείς συντομεύει ο κύκλος ζωής του κατά 5 λεπτά!

Στην Ελλάδα τα πράγματα δεν είναι καλύτερα:

- 3 στα 10 Ελληνόπουλα δοκίμασαν για πρώτη φορά το κάπνισμα στην ηλικία των 13 ετών και 2 από αυτά έγιναν συστηματικοί καπνιστές.
- Περισσότεροι από το 50% των εφήβων καπνιστών καταναλώνουν πάνω από 10 τσιγάρα ημερησίως.
- Αφορμή (και όχι απαραίτητα αιτία) για το κάπνισμα του πρώτου τσιγάρου είναι η παρότρυνση συνομήλικου φίλου ή συμμαθητή σε ποσοστό 65%.
- Η περιέργεια - πάλι ως αφορμή που κάποια άλλη αιτία προκαλεί - είναι παράγων για το κάπνισμα του πρώτου τσιγάρου σε ποσοστό 27%.

· Οι έφηβοι που γίνονται συστηματικοί καπνιστές δηλώνουν ότι έχουν:

- καπνιστές στο οικογενειακό περιβάλλον,
- θετικά καπνιστικά πρότυπα,
- ανοχή γονέων και δασκάλων,
- ανεπαρκή ενημέρωση για τις βλαβερές συνέπειες του Καπνίσματος.



## ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΑΠΝΟΥ ΣΤΗ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ:

Οι δυσμενείς επιπτώσεις του Καπνού στη Στοματική Υγεία είναι καλά τεκμηριωμένες:

### 1. Στοματικός καρκίνος – Προκαρκινικές καταστάσεις:

- Η χρήση του Καπνού, με οποιαδήποτε μορφή, **ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΤΗΝ ΚΥΡΙΑ ΑΙΤΙΑ ΤΩΝ ΚΑΡΚΙΝΩΝ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΣ, ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΦΑΡΥΓΓΑ ΚΑΙ ΤΟΥ ΛΑΡΥΓΓΑ.**
- Οι καπνιστές που καταναλώνουν υπερβολικό αλκοόλ έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο ανάπτυξης καρκίνου του στόματος, μέχρι και 15 φορές. Το 90% των στοματικών καρκίνων σχετίζονται με τη συνδυασμένη χρήση Αλκοόλ και Καπνού.
- Η λευκοπλακία (λευκές πλάκες) του στόματος, αποτελεί την πιο κοινή προκαρκινική βλάβη του βλεννογόνου του στόματος, συμβαίνει κατά προσέγγιση έξι φορές συχνότερα στους καπνιστές απ' ότι στους μη-καπνιστές.
- Οι βλάβες μπορούν να εμφανιστούν σε οποιοδήποτε σημείο του στόματος και συχνά στα αρχικά στάδια δεν συνοδεύονται από πόνο.
- 2. Νόσοι του Περιοδοντίου:
- Η χρήση προϊόντων καπνού αποτελεί έναν βασικό παράγοντα κινδύνου που σχετίζεται με την καταστροφική περιοδοντική νόσο. Η Περιοδοντική Νόσος μαζί με την Τερηδόνα είναι οι δύο βασικές αιτίες απώλειας των δοντιών.
- Υπάρχει σαφής σύνδεση μεταξύ του καπνίσματος και της σοβαρότητας των νόσων του περιοδοντίου. Η απώλεια του οστού και η μείωση της πρόσφυσης των ούλων γύρω από τα δόντια αλλά και η εμφάνιση περιοδοντικών θυλάκων επιβαρύνονται από τη χρήση του Καπνού.



· Τα αποτελέσματα της περιοδοντικής θεραπείας που εφαρμόζει ο Οδοντίατρος για τους καπνιστές είναι σημαντικά κατώτερα από αυτά για τους μη-καπνιστές.

### 3. Επούλωση τραυμάτων :

· Η χρήση του Καπνού επηρεάζει αρνητικά το ρυθμό με τον οποίο επουλώνονται τα τραύματα μέσα στη στοματική κοιλότητα. Είναι γνωστό ότι το κάπνισμα έχει δυσμενείς επιπτώσεις στην επούλωση των τραυμάτων των εξαγωγών.

### 4. Οδοντικά εμφυτεύματα:

· Τα οδοντικά εμφυτεύματα είναι μια σύγχρονη θεραπευτική λύση που παρέχει ο Οδοντίατρος στους ασθενείς που δεν επιθυμούν να δεχτούν συμβατικές προσθετικές εργασίες (γέφυρες-οδοντοστοιχίες)

· Είναι απόλυτα τεκμηριωμένο ότι το κάπνισμα είναι επιβλαβές τόσο στην αρχική όσο και στη μακροπρόθεσμη επιτυχία των οδοντιατρικών εμφυτευμάτων.

· Το κάπνισμα αποτελεί ίσως τη βασικότερη αιτία αποτυχίας των οδοντικών εμφυτευμάτων.

· Η διακοπή του καπνίσματος πριν και μετά την τοποθέτηση οδοντικών εμφυτευμάτων συμβάλλει σημαντικά στη βελτίωση των ποσοστών επιτυχίας τους.

### 5. Όσφρηση και γεύση:

· Το κάπνισμα έχει αποδειχτεί ότι επηρεάζει αρνητικά τόσο τη γεύση όσο και την όσφρηση ενώ προκαλεί έντονη κακοσμία.

· Οι καπνιστές φαίνεται να καταναλώνουν μέχρι 10 φορές περισσότερο από τη συνηθισμένη ποσότητα αλατιού, για να βελτιώσουν τη γεύση του φαγητού!

### 6. Αισθητική:

· Η χρήση του Καπνού προκαλεί εκτεταμένες δυσχρωμίες καθώς διαπερνούν την αδαμαντίνη των δοντιών (σμάλτο), τις οδοντιατρικές αποκαταστάσεις (γέφυρες – στεφάνες), τις οδοντοστοιχίες αλλά και τη γλώσσα.

· Επηρεάζει αρνητικά την εικόνα και τα χαρακτηριστικά του Δέρματος γύρω από την περιοχή του στόματος και του προσώπου προκαλώντας μεταξύ άλλων αφυδάτωση, απώλεια της ελαστικότητας, ρυτίδες και γενικώς εικόνα πρόωρης γήρανσης.

· Οι επιπτώσεις αυτές μπορεί να είναι συχνά αναστρέψιμες αν ο Καπνιστής διακόψει έγκαιρα τη χρήση του καπνού.