



Halitosis

– často nepríjemná a tabuizovaná téma

Halitosis alebo foetor ex ore je ľudovo nazývaný aj zápach z úst. Je problémom, pri ktorom sa v dychu vyskytuje zjavne nepríjemný zápach. To môže viesť k úzkosti u postihnutého, často spojenej s depresiou a príznakmi obsedantno-kompulzívnej poruchy.

Obavy z nepríjemného dychu sa dajú rozdeliť na pravé a nepravé prípady. U tých, ktorí majú skutočný zápach z úst (približne 85 % prípadov) príčina pochádza z dutiny ústnej. Pacienti trpiaci halitofóbiou alebo pseudohalitózou vnímajú zápach z vlastných úst, ktorý ale nie je objektívne dokázateľný. Tieto problémy sa z pohľadu stomatológie nedajú riešiť. Vyžadujú si starostlivosť psychológa.

PRÍČINY PRECHODNÉHO ZÁPACHU Z ÚST

Prechodný zápach z úst môže mať niekoľko dôvodov, ktoré sa dajú pomerne ľahko odstrániť. Patria medzi ne napríklad silno korenené jedlá a nápoje, vrátane kávy a alkoholických nápojov. Najznámejšími zástupcami sú cesnak, cibuľa, slané pochutiny, korenie a fajčenie. Xerostómia, alebo suchosť v ústach (znížená tvorba slín), môže prispievať k rozvoju halitózy. U žien počas menštruácie je dokázateľný vzostup VSC (nestále zlúčeniny síry), marker halitózy. Zápach z úst môžu taktiež vyvolať silné stresové situácie a pôst.

TRVALÝ ZÁPACH Z ÚST TREBA RIEŠIŤ NAJSKÔR U STOMATOLÓGA

Trvalý zápach z úst, často napriek všeobecným domnienkam, pochádza z dutiny ústnej a nie zo žalúdka (retenčné plochy zubov, interdentálne priestory alebo zadná 1/3 jazyka). Na svedomí to majú baktérie. Sú schopné z organického substrátu, napr. nekrotického tkaniva a zvyškov potravy produkovať zápachajúce látky. Obzvlášť významné sú nestále zlúčeniny síry (VSC), čo z nich robí vhodný marker pre detekciu halitózy (jedná sa o dimethylsulfid, sírovodík a metylmerkaptan). Iba 15 %-tám pacientov trpiacich halitózou môže byť nápomocný ORL lekár, prípadne iný špecialista (gastroenterológ, internista). Ostatných 85 % by malo vyhľadať pomoc u stomatológa.

PROBLEMATICKÁ DETEKCIA HALITÓZY

VSC je najjednoduchšie rozpoznateľné čuchom. Tento spôsob vyšetrenia (organoleptické meranie) nepredstavuje obzvlášť validnú metódu ako získať reprodukovateľné výsledky. Je rozdelené do 4 klasifikačných stupňov podľa Seemanna.

Pre prístrojové meranie sa dá využiť plynový chromatograf, je však veľmi nákladný. Existuje aj dostupnejší spôsob vo forme halimetra. Jeho pomocou je možné VSC kvantifikovať priamo ambulantne (hodnoty však neudávajú proporcionálne zastúpenie zlúčenín síry). Postupný vývoj smeruje k „umelým nosom“, ktoré by boli schopné exaktne identifikovať a klasifikovať pachy.



LIEČBA SPOČÍVA V ODSTRÁNENÍ PRÍČINY

S liečbou halitózy by sa malo začať až po jednoznačnom určení príčiny. Pacient by mal lekárov vyhľadať v tomto poradí: stomatológ, ORL, internista. Terapia spočíva v odstránení príčiny. Pokiaľ sú dôvodom rozbrázdnené tonzily („mandle“), je pacient odoslaný k ORL špecialistovi, ktorý stanoví liečebný plán. Ak je problém stomatologickej povahy, je nutné dosiahnuť efektívnu individuálnu hygienu dutiny ústnej. A to pomocou správnej techniky čistenia zubov (kefkou, prípadne jednoväzkovou kefkou), pravidelného čistenia medzizubných priestorov a čistením jazyka. V počiatočných fázach je možné ako podporný doplnok využiť CHX gél 1%, ktorý by mal byť postupne nahradený ústnymi vodami nižších koncentrácií. Nápomocné môžu byť aj potravinové doplnky, vitamíny, perorálne probiotiká. Tradičné lieky na halitózu zahŕňajú guavové listy v Thajsku, vaječné škrupiny v Číne, petržlen v Taliansku.

PRÍKLADY HALITÓZY

Podľa zápachu z úst sa dá identifikovať aj jeho príčina, napr.:

- sírny – fekálny dych, je spôsobený VSC
- acetónový – diabetes melitus
- močovinový (amoniak) – urémia

Použitá literatúra: Parodontológia – Eickholz, Orálna hygiena – Kovaľová, Choroby sliznice ústnej dutiny – Ďurovič, Parodontológia – Škach

PRIRODZENÁ* OCHRANA VAŠEJ ÚSTNEJ DUTINY



- ✓ U 83 % ľudí potvrdené silnejšie ďasná**
- ✓ Menej povlaku**
- ✓ Sviežejší dych až 12 h***

0% TRICLOSAN
PARABÉNY
PENIACA ZLOŽKA SLS



*S prirodzenými enzýmami a proteínmi.
**Klinická štúdia potvrdila silnejšie ďasná, 133 užívateľov Zendium, UK 2017.
***In vivo štúdia na 93 osobách pri pravidelnom používaní počas 4 týždňov, UK 2017.



MUDr. Vladimír HOLEC,
zubná ambulancia STOMAHOL, stomatológ