

*Debreceni Orvostudományi Egyetem, Stomatológiai Klinika
(igazgató: dr. Keszthelyi Gusztáv egyetemi tanár), Debrecen*

Általános iskolások táplálkozási és szájhigiénés szokásai Debrecenben

DR. MADLÉNA MELINDA, DR. NAGY GÁBOR, DR. NEMES JUDIT
és DR. KESZTHELYI GUSZTÁV

A szénhidrátok szerepe a caries keletkezésében régóta jól ismert. Az elfogyasztott tápanyagok összetevői, az étkezések gyakorisága sokrétű és bonyolult kölcsönhatást eredményeznek, melyek befolyással lehetnek a cariesviszonyok alakulására. A fogszuvasodás keletkezésében szerepet játszó másik döntő jelentőségű tényező a fagon megtapadó dentális plakk. A már meglévő plakk eltávolítása mechanikus eszközökkel (fogkefe, fogkrém, fogselyem stb.), a megfelelő módszerekkel lehetséges. A szükséges eszközök és módszerek ismerete és használata — a helyes táplálkozás és a fluoridok alkalmazása mellett — a hatékony prevenció egyik alapfeltétele [1, 2, 3].

Jelen munkánk célja az volt, hogy debreceni általános iskolás gyermekek táplálkozási és szájhigiénés szokásait vizsgáljuk, és a cariologiai szempontokat figyelembe véve értékeljük őket. Az első WHO-felmérést az iskoláskori egészségügyi szokásokkal kapcsolatban 1983/84-ben végezték, további felmérésre felszólítva az érdekelteket. Az 1985/86-ban szervezett második felmérésben már jóval több ország vett részt, és nagyobb szerepet kaptak a fogászatot érintő kérdések is [4].

Anyag és módszer

Munkánk során a WHO által elfogadott szempontokat vettük figyelembe [4]. Vizsgálatainkban az ajánlott korcsoportoknak megfelelően 7, 12 és 14 éves gyermekek vettek részt, 108 fiú és 108 lány, összesen 216-an. A gyermekekkel olyan kérdőívet töltöttünk ki (*I. táblázat*), amely a személyi adatok mellett elsősorban táplálkozási és szájhigiénés szokásokra kérdez rá. A 12 és 14 éves gyermekek saját maguk válaszoltak a kérdésekre, a 7 évesek esetében pedig szüleik töltötték ki a kérdőívet.

A feldolgozást IBM PC/AT számítógépen SPSS PC + 40 statisztikai programcsomaggal végeztük. A feldolgozás során a következő alapstatisztikai módszereket alkalmaztuk: alapmegoszlások, átlag, szórás. Eredményként számszerű, illetve százalékos adatokat kaptunk egy-egy kérdésre vonatkozóan. Eredményeinket grafikusán ábráztuk. Minden ábrán feltüntettük azt is, hogy a gyerekek hány %-a nem válaszolt a kérdésre.

Elhangzott 1992. november 7-én Dobogókón, az MFE Gyermekfogászati és Fogszabályozási Sectio XII. Symposionján.

Érkezett: 1993. január 20.

Elfogadva: 1993. április 4.

Kérdőív

Név:

Születési év, hó, nap:

Szülők foglalkozása:

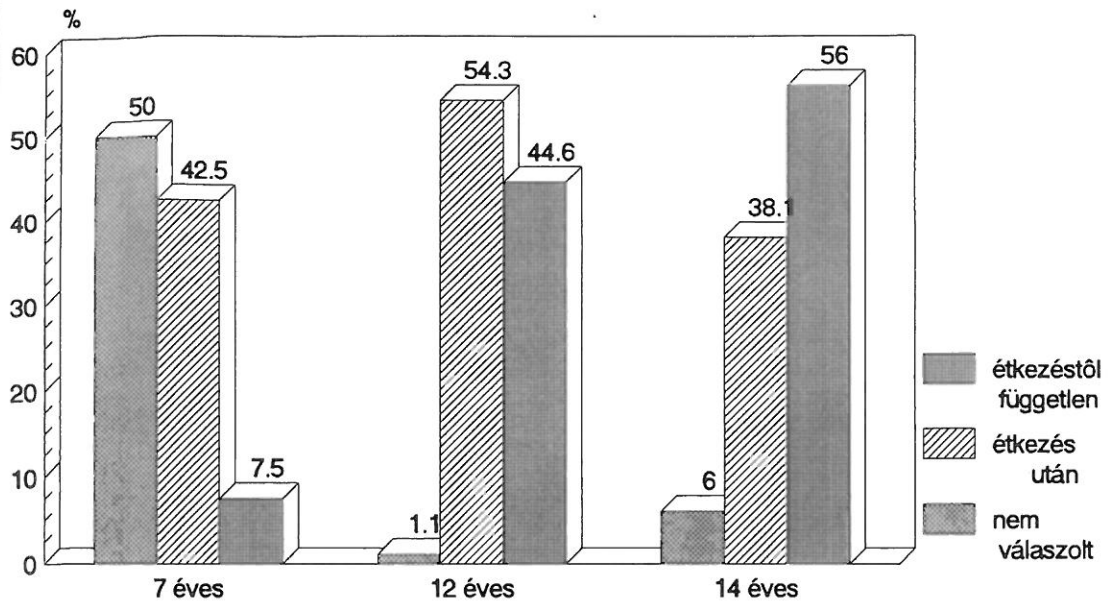
apa:

anya:

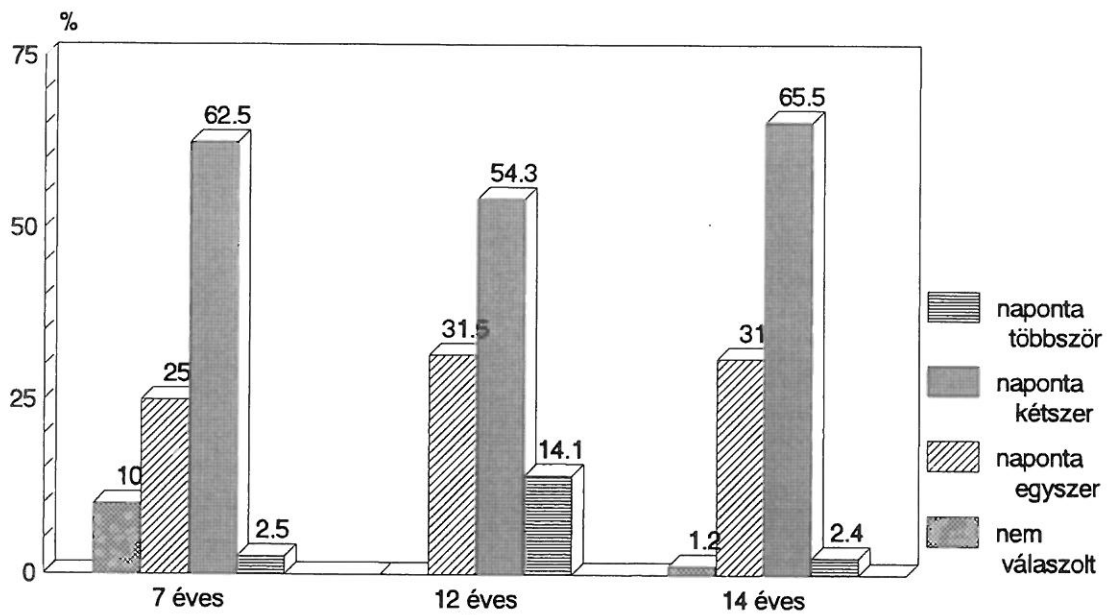
1. Mikor és milyen gyakran mosol fogat?
 - a) étkezés után—étkezéstől függetlenül
 - b) naponta egyszer
 - naponta kétszer
 - naponta többször
2. Használ-e fogpiszkálót, fogselymet?
 - igen
 - nem
3. Szoktál-e valamilyen szájjal öblögetni?
 - igen
 - nem
4. Milyen gyakran fogyasztasz tejet, tejtermékeket?
 - naponta többször
 - naponta egyszer
 - havonta
5. Milyen gyakran fogyasztasz péksüteményt, kenyeret?
 - naponta többször
 - naponta egyszer
 - hetente
 - havonta
 - sohasem
7. Milyen gyakran iszol szénsavas üdítőt?
 - naponta többször
 - naponta egyszer
 - hetente
 - havonta
 - sohasem
8. Milyen gyakran eszel gyümölcsöt?
 - naponta többször
 - naponta egyszer
 - hetente
 - havonta
 - sohasem
9. Szeded-e a fluortablettát?
 - igen
 - nem
10. Fontosnak tartod-e fogaid épségét?
 - igen
 - nem

Eredmények

Az eredményeket feltüntető 1. ábra a fogmosás időpontját mutatja. Látható, hogy a 7 és 12 évesek között a legtöbb gyermek étkezés után mos fogat: 7 éves korban a gyerekek 42,5%-a, 12 éves korban 54,3%-a, 14 éves korban viszont a megkérdezetteknek csupán 38,1%-a. Nagyobb részük (56%) étkezéstől függetlenül tisztítja fogait.



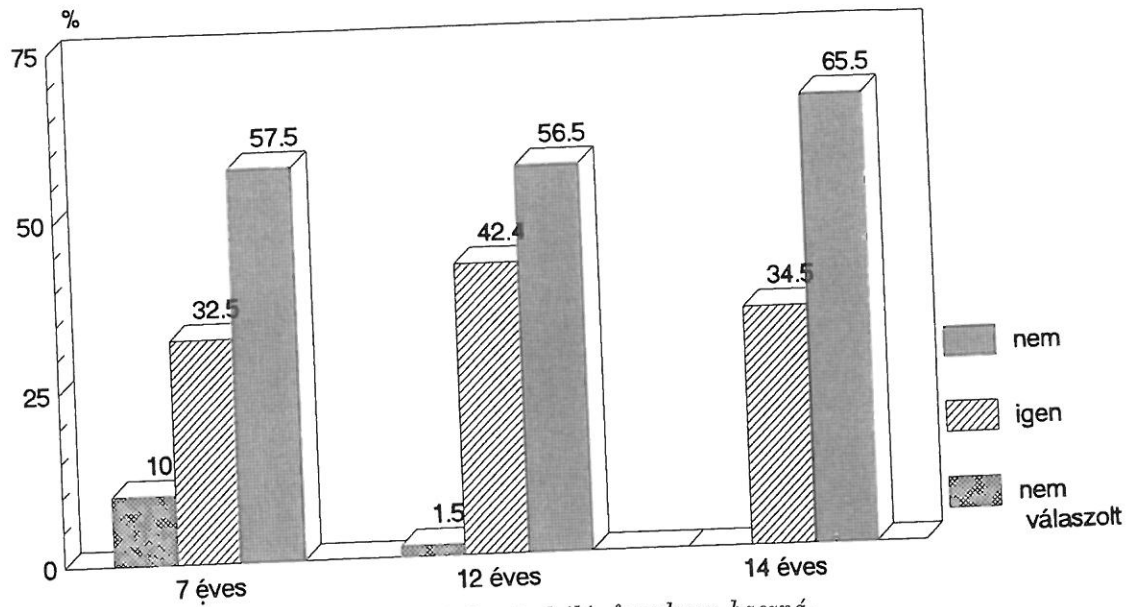
1. ábra. A fogmosás ideje 7, 12 és 14 éves korban



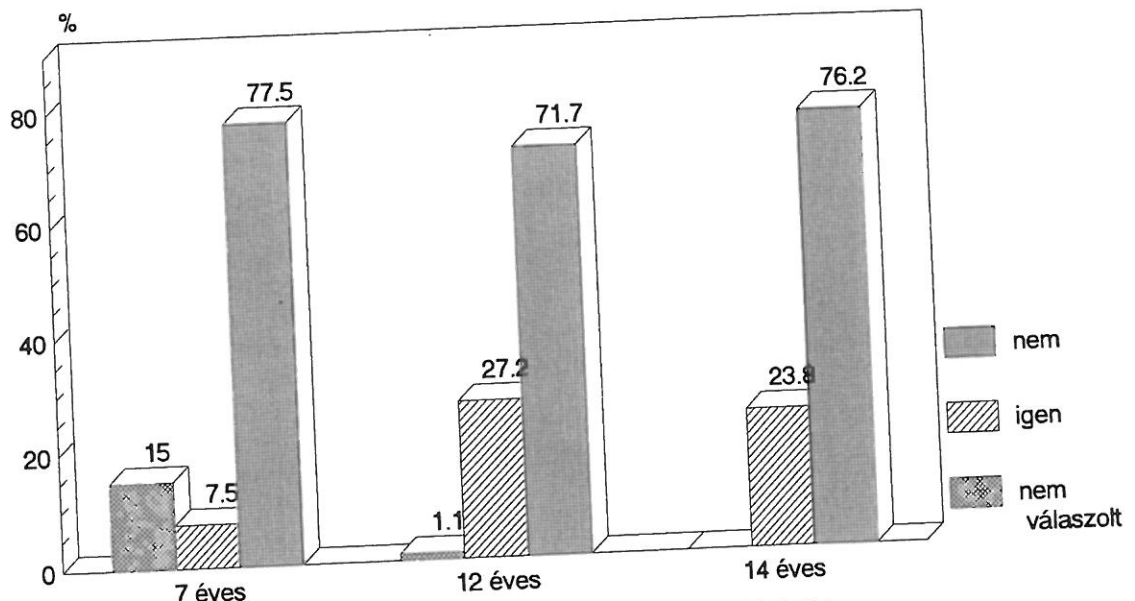
2. ábra. A fogmosás gyakorisága 7, 12 és 14 éves korban

A 2. ábra a fogmosás gyakoriságát mutatja. Az adatokból kitűnik, hogy a legtöbb gyermek naponta kétszer mos fogat: 7 éves korban 62,5%, 12 éves korban 54,3%, 14 éves korban 65,5%.

A 3. ábra a) részén a fogvájó és a fogselyem, a 3/b ábrán a szájvíz alkalmazása látható. A megkérdezettek nagyobb része nem használja sem a kiegészítő szájhigiénés eszközöket, sem a szájvizet. Fogvájót, fogselymet a 7 évesek 32,5%-a, a 12 évesek 42,4%-a, a 14 évesek 34,5%-a használ, szájvizet pedig 7,5%, 27,2% illetve 23,8%-uk alkalmaz.



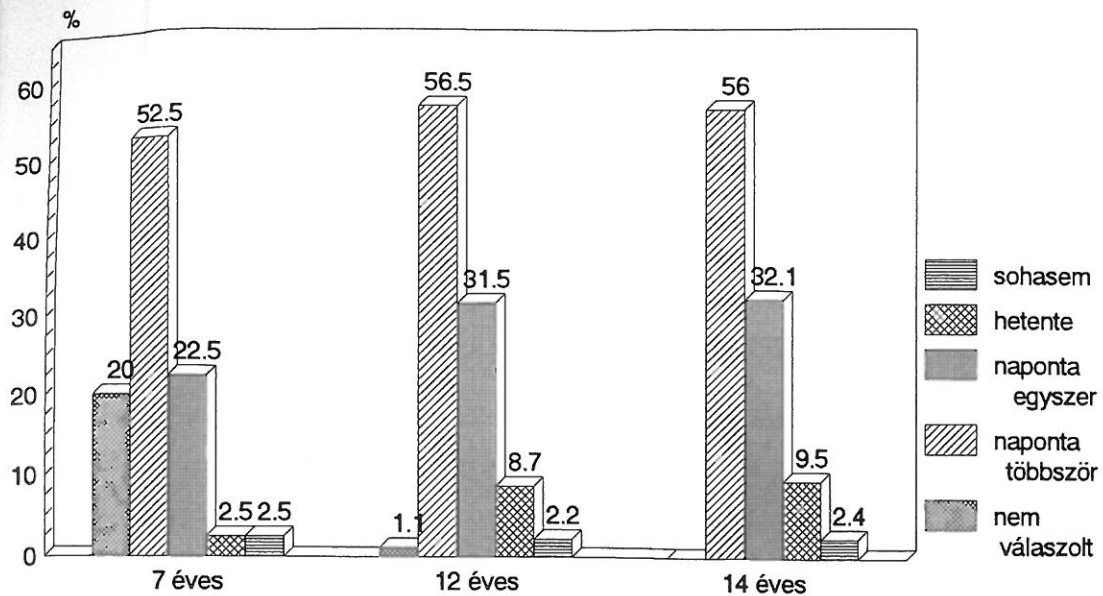
3. a) ábra. A foggiszakáló, fogselyem használata 7, 12 és 14 éves korban



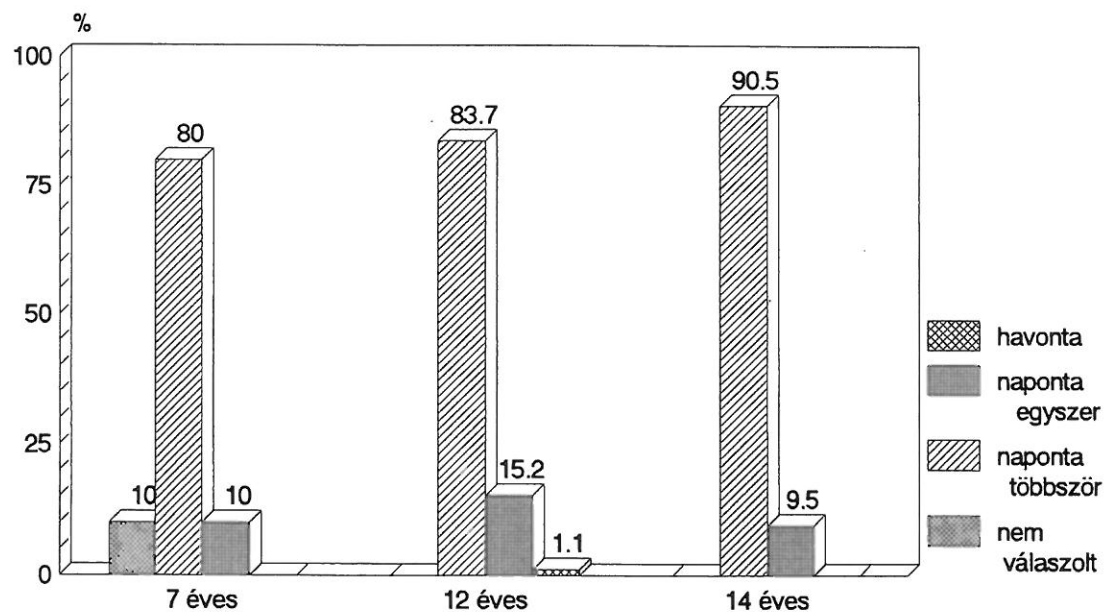
3. b) ábra. Szájvíz használata 7, 12 és 14 éves korban

A 4. ábrán a tej és tejtermék fogyasztási gyakoriságát látjuk. A gyerekek legnagyobb része naponta többször fogyaszt tejet, tejterméket: a 7 évesek 52,5%-a, a 12 évesek 56,5%-a, a 14 évesek 56%-a.

Az 5. ábrán a péksütemény és kenyér fogyasztási gyakoriságát látjuk. A vizsgált korosztályokban kimagaslóan nagy %-ban fogyasztanak ilyen termékeket: a 7 évesek 80%-a, a 12 évesek 83,7%-a, a 14 évesek 90,5%-a. A 12 éveseknél az 1,1%-os, naponta egyszeri fogyasztás valószínűleg csak péksüteményre vonatkozik.



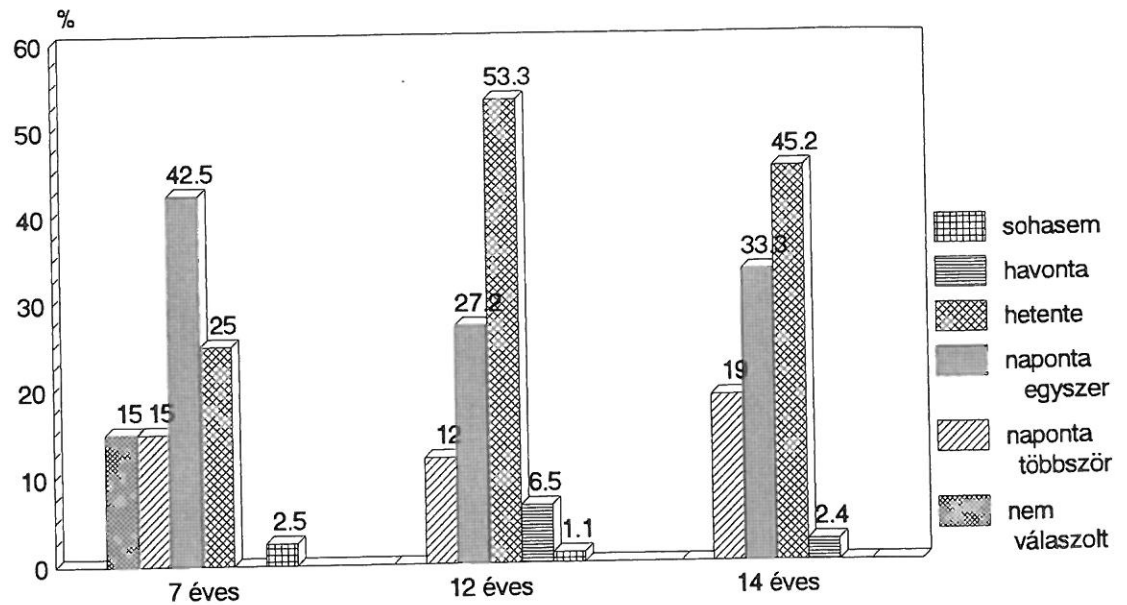
4. ábra. Tej, tejtermék fogyasztási gyakorisága 7, 12 és 14 éves korban



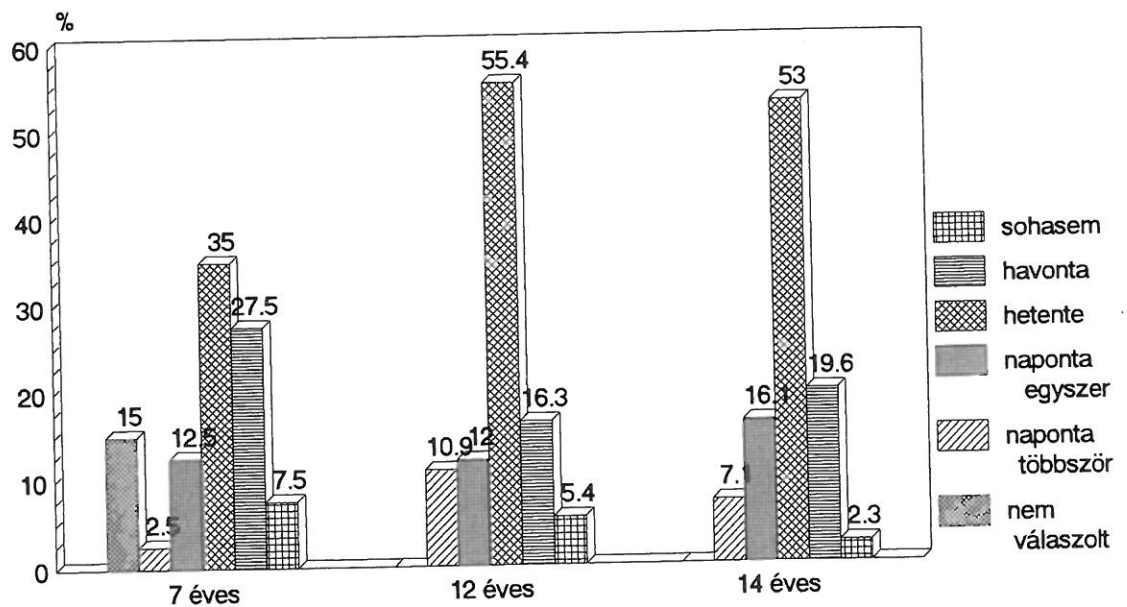
5. ábra. Péksütemény, kenyér fogyasztási gyakorisága 7, 12 és 14 éves korban

A 6. ábra az édesség fogyasztási gyakoriságát mutatja. A 7 évesek legnagyobb százaléka (42,5%) naponta egyszer, a 12 és 14 évesek legnagyobb százaléka (53,3%, illetve 45,2%) pedig hetente fogyaszt édességet saját bevallása szerint.

A 7. ábrán a szénsavas üdítő fogyasztási gyakorisága látható. A gyermekek egy része hetente iszik cukortartalmú, szénsavas üdítőitalokat (35%, 55,4%, illetve 53%), a 7 évesek 2,5%-a, a 12 évesek 10,9%-a, a 14 évesek 7,1%-a pedig naponta többször is.



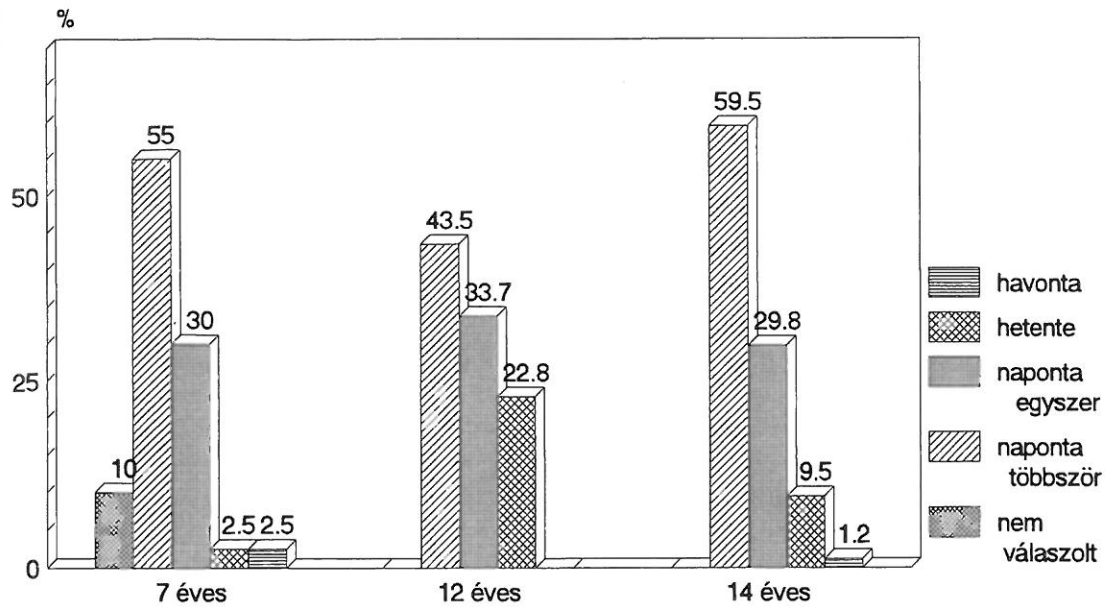
6. ábra. Édesség fogyasztási gyakorisága 7, 12 és 14 éves korban



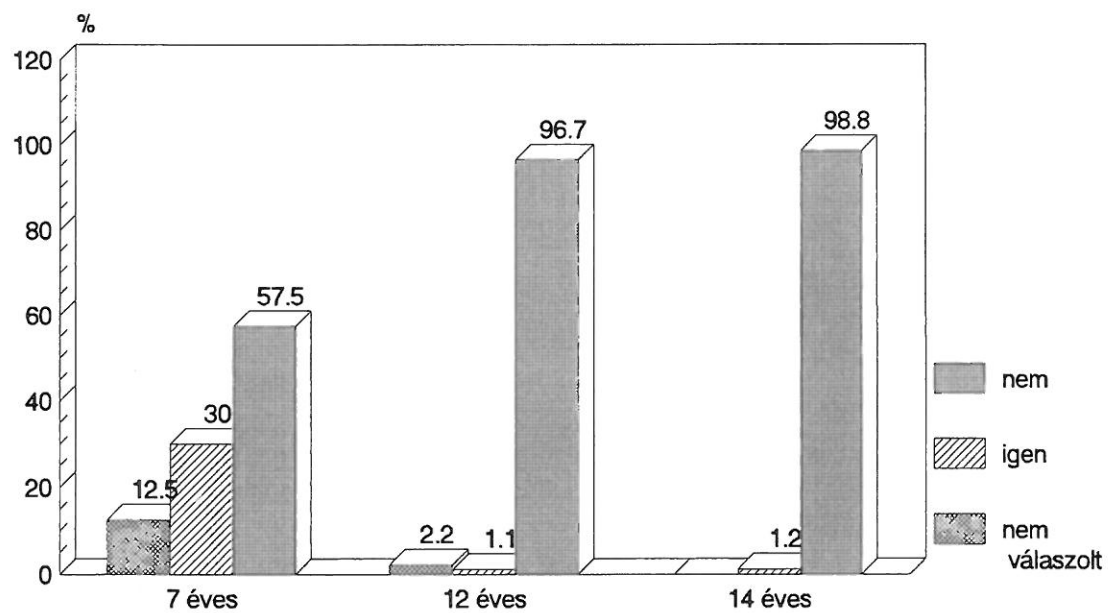
7. ábra. Szénsavas üdítő fogyasztási gyakorisága 7, 12 és 14 éves korban

A 8. ábra a gyümölcs fogyasztási gyakoriságát mutatja a három korosztályon belül. A gyerekek nagy része naponta többször eszik gyümölcsöt: a 7 évesek 55%-a, a 12 évesek 43,5%-a, a 14 évesek 59,5%-a.

A 9. ábrán a Dentocar tablettá szedését láthatjuk. A legtöbb gyerek nem szedi a fluortartalmú tablettát: 7 éves korban 57,5%, 12 éves korban 96,7%.



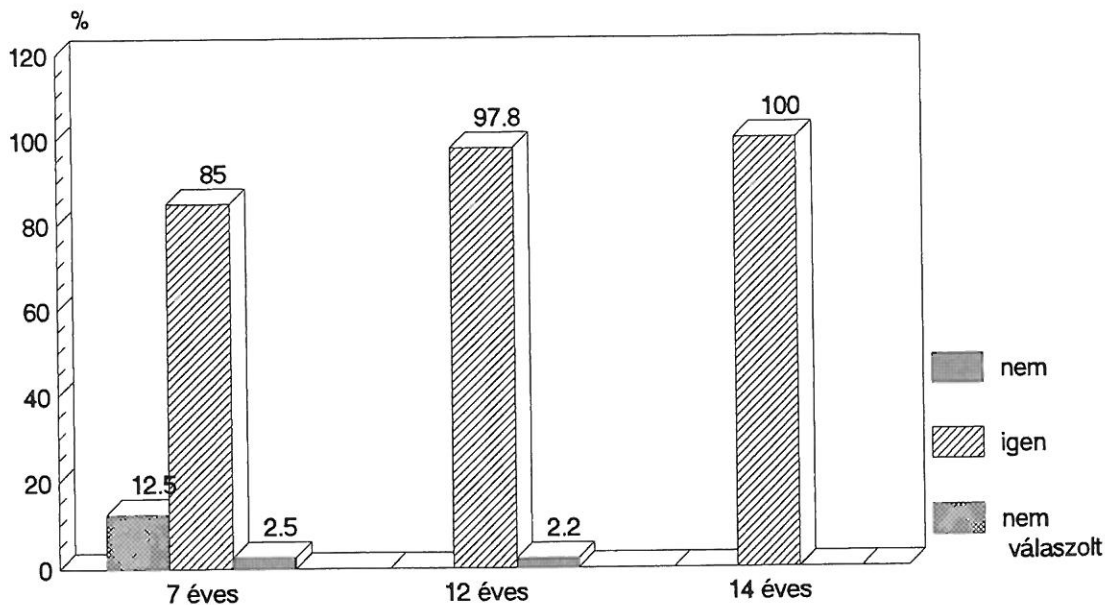
8. ábra. Gyümölcs fogyasztási gyakorisága 7, 12 és 14 éves korban



9. ábra. A Dentocar tablettá szedése 7, 12 és 14 éves korban

míg — bár ebben az életkorban már nem is lényeges (ha csak lenyeli) — a 14 évesek 98,8%-a válaszolt nemmel a kérdésre.

A 10. ábrán láthatjuk, hogy a gyerekek mennyire tartják fontosnak fogaik épségét. Kérdésünkre 85; 97,8; illetve 100%-uk igennel válaszolt. A 7 és 12 éves korosztályban 2,5, illetve 2,2% nem tartja ezt lényegesnek.



10. ábra. Fontosnak tartják-e fogaik épségét 7, 12 és 14 éves korban?

Megbeszélés

A kérdőíves felmérés értékelése során kiderült, hogy az általunk vizsgált populációban a táplálkozási szokásokat illetően jellemző, hogy tejet, tejterméket, gyümölcsöt bőven fogyasztanak a gyerekek. Ez minden bizonnyal részben egészségnevelő munkánknak is köszönhető, mivel a megkérdezettek több éve klinikánk gondozása alatt állnak, s a rendszeres ellenőrzések és szükséges kezelések alkalmával a helyes táplálkozással, szájhigiéniével kapcsolatos kérdések is előtérbe kerülnek. Péksüteményt, kenyeret szintén nagy százalékban esznek, naponta többször is, bár azok minőségére nem kérdeztünk rá. Az édesség káros hatása közismert, a cukortartalmú szénsavas üdítőitalok erózió hatása viszont kevésbé.

A szájhigiéniés szokásokkal kapcsolatban kiderült, hogy a megkérdezettek közül a kisegítő szájhigiéniés eszközöket az optimálishoz viszonyítva kevesen használják, pedig a jó minőségű termékek ma már könnyebben elérhetőek hazánkban is (igaz, áruk elég magas). A mai körülményekhez viszonyítva azonban a kapott értékek igen jók lennének az adott korosztályokban. Fontos lenne ezen termékek minél szélesebb körű bemutatása, a dentális egészségügyi nevelés javítása, az óvodai és iskolai pedagógusok, valamint a szülők felvilágosításával a prevenciós program hatékonyabbá tétele.

Fokozni kellene az egészségügyi felvilágosító szórólapok, reklámok számát. Fontos lenne, hogy ezek helyes információt közlők, figyelemfelkeltők, tömörek és könnyen megjegyezhetőek legyenek. El kellene oszlatni a — sajnos sokszor még szakmán belül is meglevő — fluorral, illetve a Dentocaral kapcsolatos nézetkülönbségeket.

int minden kérdőíves felmérés során, jelen munkánkban is felmerül a szokásosságértékének kérdése.

A magas tej-, tejtermék- és gyümölcsfogyasztás, ugyanakkor kevés édes és a kiegészítő szájhigiénés eszközök, valamint a szájvíz ilyen arányú alkalmazása a hazai viszonyokat tekintve túlzottan ideálisnak tűnik.

Bizonyos, hogy a megkérdezett gyermekek az átlagosnál tájékozottabbak ezen a területen, tudják, mi lenne helyes. Az is valószínű viszont, hogy válaszaik nem mindig felelnek meg a valóságnak, s azt írják, amit vélhetően olvasni szeretnének. Ezt az ilyen jellegű felméréseknél mindig figyelembe kell venni akár felnőttekről, akár gyermekekről van szó.

A dentális edukáltság területenként, sőt szűkebb csoportonként országon belül is változik. Felmérésünk nemzetközi méretű összehasonlításra csak részben alkalmas, arra azonban feltétlenül, hogy az ország más területein végzett hasonló felmérések eredményeit összehasonlítsuk, illetve megvizsgáljuk, hogy a prevenció melyik formáját és mely területeken célszerű intenzívebben fejleszteni, mire kell nagyobb gondot fordítani a hazai caries-viszonyok javítása érdekében a fogászatilag fejlett országokéhoz hasonló szint mielőbbi elérésére.

IRODALOM: 1. *Bánóczy, J.*: A kariesz etiológiája és patogenezise. In: *Preventív fogászat*. Szerk.: *Bánóczy, J.*, Budapest. Medicina, 1988. 22. — 2. *Bánóczy, J.*: A caries és a parodontopáthiák megelőzésének lehetőségei és módszerei. In: *Preventív fogászat*, Szerk.: *Bánóczy, J.*, Budapest. Semmelweis Kiadó, 1992. 68. — 3. *Orsós, G.*: A prevenció lehetőségei a fogorvosi szolgálatban. In: *Preventív fogászat*, Szerk.: *Bánóczy, J.*, Budapest. Medicina, 1988. 175. — 4. *Rise, J. et al.*: Distribution of dental health behaviors in Nordic schoolchildren. *Community Dent Oral Epidemiol* 19, 9, 1991.

Dr. Madléna, M., dr. Nagy, G., dr. Nemes, J. and dr. Keszthelyi, G.: *Nutritional and oral hygienic habits of schoolchildren in Debrecen, Hungary*

Acid products formed by bacterial fermentation of dietary carbohydrates in the dental plaque, are required for the initiation of dental caries. The aim of the present study was to analyze nutritional and oral hygienic habits of 216 schoolchildren (108 boys and 108 girls) aged of 7, 12 and 14 years. In the studied population children brushed their teeth after meals in 42,5, 54,3 and 38,1% (in the 7, 12 and 14 year age groups respectively). The additional hygienic aids (interdental cleaning: 32,5, 42,4 and 34,5%, oral rinse: 7,5, 27,2 and 23,8%) were used only by a smaller part of the studied groups. Consumption of dairy products and fruits was satisfactory. The habit of drinking carbonic acid containing soft drinks was rather high (%). Some (2,5, 10,9 and 7,1%) of the children drink it several times a day. Fluoride containing Dentocar tablets were used only in 42,5, 3,3 and 1,2% in the studied groups.