

Učinek učinkovitosti žvečenja na splošno zdravje

SPREJELA Generalna skupščina FDI, **septembra 2003** v Sydneyju v Avstraliji
REVIDIRANO septembra 2009 v Singapurju

Uvod

Učinkovitost žvečenja je pri odraslih lahko ogrožena, če imajo manj kot 20 funkcionalnih zob.

Učinkovitost žvečenja ima bistvene koristi, ne samo za prebavo hrane, temveč tudi za njen prispevek k telesni in duševni blaginji. Zobozdravniki in pacienti imajo skupno odgovornost, da prispevajo k splošnemu zdravju z ohranjanjem ustrezne in sprejemljive stopnje učinkovitosti žvečenja. Vendar so potrebne nadaljnje raziskave o razmerju med učinkovitostjo žvečenja, splošnim zdravjem in kakovostjo življenja.

Obstajajo dokazi, ki podpirajo, da:

- žvečenje spodbuja pretok sline, ki pomaga ohranjati zdravje trdih in mehkih ustnih tkiv ter zaščititi telo pred patogeni;
- izguba učinkovitosti žvečenja je lahko povezana s čustvenimi zdravstvenimi težavami;
- premaknjene okluzije z zmanjšano učinkovitostjo žvečenja lahko privedejo do tveganja prebavnih težav, stresnih in termomandibularnih motenj;
- paciente s patološko debelostjo je treba podučiti o daljšem žvečenju hrane kot del programa za hujšanje;
- obnova učinkovitosti žvečenja po zdravljenju zob lahko vodi k izboljšanju kakovosti življenja;
- žvečenje povečuje pretok krvi v možganih in spodbuja centralno živčno aktivnost, vendar so posledice teh ugotovitev nejasne;
- pacientom je treba zagotoviti prehranske napotke, ki so značilni za njihovo stopnjo učinkovitosti žvečenja;
- morda obstaja povezava med zdravim indeksom telesne mase in učinkovitostjo žvečenja.

Nadaljnje branje

- Armellini D, von Fraunhofer AJ. The shortened dental arch: a review of the literature. *J Pros Dent* 2004;92:531-5
- Nakata M. Masticatory function and its effects on general health. *Int Dent J* 1998;48:540-8
- Veyrone JL, Miller CC, Czernichow S, Ciangura CA, Nicolas E, Hennequin M. Impact of morbid obesity on chewing ability. *Obes Surg* 2008;18:1467-72