



БУЛИМИЯ, АНОРЕКСИЯ

И орално здраве

Как зъболекарите разпознават признаците на нарушенията в храненето

Зъболекарят ми каза, че зъбите на дъщеря ми показват признаци на ерозия. Попита ме дали тя е прекалено загрижена за теглото и външния си вид. Има ли връзка между тези неща?

Наистина може да има връзка. Зъболекарят ви е попитал за това как изглежда тялото ѝ, защото зъбната ерозия може да бъде знак за булимия нервоза (терминът „булимия” идва от гръцки и буквално означава „волски глад”) - разстройство в храненето, характеризиращо се с преяждане, последвано от предизвикано повръщане.

Зъбната ерозия се характеризира със загуба на емайл (а по-късно и дентин), вследствие на излагане на киселина. Тя засяга повече от 90% от хората с булимия нервоза и 20% от страдащите от анорексия нервоза (от гръцки: ап - „липса на” и orexis - „апетит”), хранително разстройство, характеризиращо се с гладуване. Има значително припокриване между анорексия и булимия. Хората с анорексия по-

някога могат да преяждат, както и тези с булимия може да имат периоди на гладуване.

Зъбната ерозия може да бъде причинена и от други кисели храни и напитки. В действителност газираните и спортните напитки и соковете с високото си съдържание на киселина са причина номер едно.

ХРАНИТЕЛНИ РАЗСТРОЙСТВА И ЗЪБИ

При булимия зъбната ерозия се причинява от стомашната киселина, попаднала в устата по време на повръщането. Тя е изключително киселинна и увреждаща. Честотата на преяданията, последвани от повръщане, определя колко сериозно ще бъдат засегнати зъбите. Обикновено ерозията вследствие на булимия се забелязва върху предните зъби, предимно от страната на езика и инцизалните (отхапващите) ръбове. Долните зъби са предпазени от езика, когато човек повръща, така че именно този вид ерозия е причина за безпокойство.



Ерозията не е единственият знак, който зъболекарят може да забележи при хранителни разстройства. При тежки случаи и слюнчени-те жлези могат да бъдат увеличени, вследствие на което двете страни на лицето, разположени под ушите, могат да изглеждат подути. Неб-цето, гърлото и задната част на езика може да са зачервени или травмирани от пръ-стите или други предмети, използвани, за да предизвикат повръщане. Киселинността на съдържанието на стомаха може да увреди и да причини язви по меките тъкани в устата.

Анорексиците могат да имат различни зъб-ни проблеми, защото те често са небрежни към хигиената си като цяло, което включва и неполагането на грижи за зъбите и венците. За разлика от тях, хората с булимия, поради естеството на хранителното разстройство, са много загрижени за това как изглеждат и поддържат отлична хигиена, в т.ч. и орална. В действителност агресивното почистване на зъбите с четка непосредствено след повръ-щане може да увеличи загубата на емайл при булимичите. Те могат също да имат съвсем нормален външен вид и тегло, което прави болестта им по-трудна за откриване.

КАКВО МОЖЕТЕ ДА НАПРАВИТЕ

Преди всичко проведете откровен разговор с вашия зъболекар, тъй като той е този, който е открил проблема. Разберете какво точно е забелязал и степента на разпространение на ерозията. Попитайте какво можете да напра-вите в краткосрочен план. Например, важно е да се знае, че измиването на зъбите с чет-ка непосредствено след повръщане, може да

увеличи зъбната ерозия. По-добре е устата да бъде изплакната с вода, още по-добре с доба-вена в нея малко сода за хляб (тя неутрализи-ра киселината) и да бъде оставена слюнката – натурален неутрализиращ агент, да си свър-ши работата. Зъболекарят може да препоръча вода за уста с натриев флуорид за укрепване на зъбния емайл и намаляване на загубата му. Попитайте го дали е забелязал и други тре-вожни знаци в устната кухина. Консултирайте се и със семейния си лекар.

Наблюдавайте поведението на дъщеря си и, ако смятате, че тя може да има хранително разстройство, не се колебайте да потърсите професионална помощ. Колкото по-рано тя започне да се лекува, толкова по-голям е шан-сът за оздравяване.

