

# AZ EGÉSZSÉGES MOSOLYÉRT

**Vigyázzunk szánk egészségére, és  
egész szervezetünk egészséges marad**

## HOGY MIÉRT FONTOS EZ?

Az egészséges száj biztosítja a beszéd, a mosolygás, a szaglás, az ízlelés, az érintés, a rágás, a nyelés és az érzelmek kimutatásának lehetőségét fájdalom, kényelmetlenség és betegség nélkül, magabiztosan. A helyes szájhigiéna gyakorlása segítheti egyéb betegségek, például szív- és légzőszervi betegségek, bizonyos daganatos kórképek és a cukorbetegség kialakulásának megelőzését.

A legtöbb szájegészségügyi probléma nagyrészt megelőzhető és korai stádiumában kezelhető. A száj egészségi állapotának fenntartása hozzájárul általános egészségünkhöz, jó közérzetünkhöz és életminőségünk javításához.

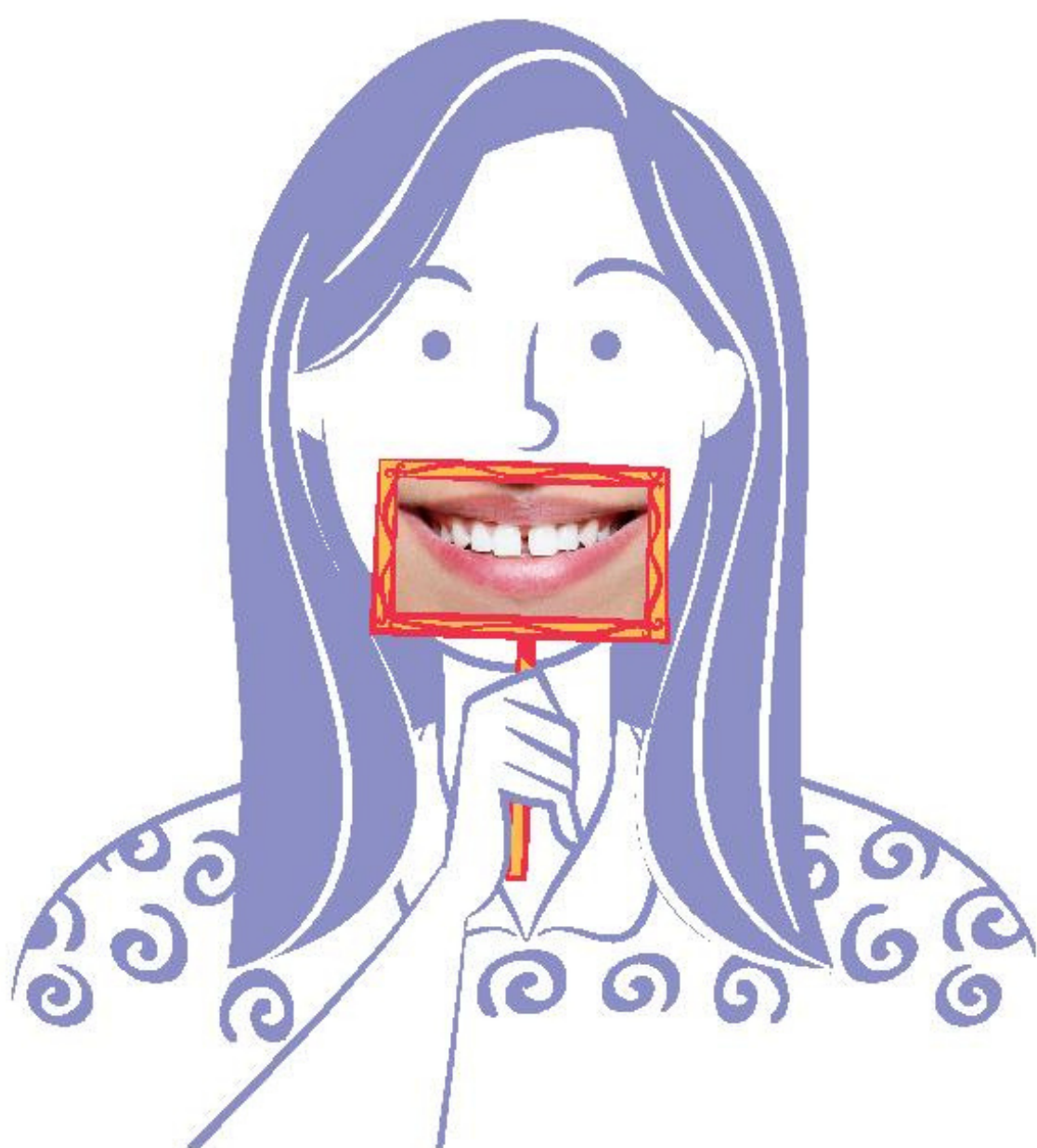
### GONDOLTA VOLNA?

**A fogszuvasodás a világ leggyakoribb betegsége, amelyet a nem megfelelő szájhigiéna és egyéb kockázati tényezőknek való kitettség okoz.**

## A SZÁJ ÉS A TEST KAPCSOLATA

A szájüregben elszaporodott baktériumok gyulladásra hajlamossá teszik az ínyt. A fogágybetegség a fogakat rögzítő szövetek gyulladása. Jellemzően a nem megfelelő szájhigiéna okozza, például a napi két fogmosás, a fogselyemhasználat vagy a rendszeres fogorvosi vizsgálat és fogtisztítás elhanyagolása.

A szájban lévő baktériumok és a fogágybetegséggel összefüggő gyulladás kihatnak a véráramra, így növelik más betegségek kialakulásának kockázatát.



# AZ EGÉSZSÉGES SZÁJ AZ EGÉSZSÉGES TEST NYITJA

A száj egészsége létfontosságú az általános egészségi állapot és a jó közérzet szempontjából. A jó hír az, hogy a száj egészsége megőrizhető, ha kellő figyelmet fordítunk a kockázati tényezőkre, beleértve az egészségtelen cukorfogyasztást, a dohányzást, a káros alkoholfogyasztást és a nem megfelelő szájhigiénéért, és megtesszük a szükséges lépéseket a betegségek megelőzése érdekében.

## TELJES FOGHIÁNY:

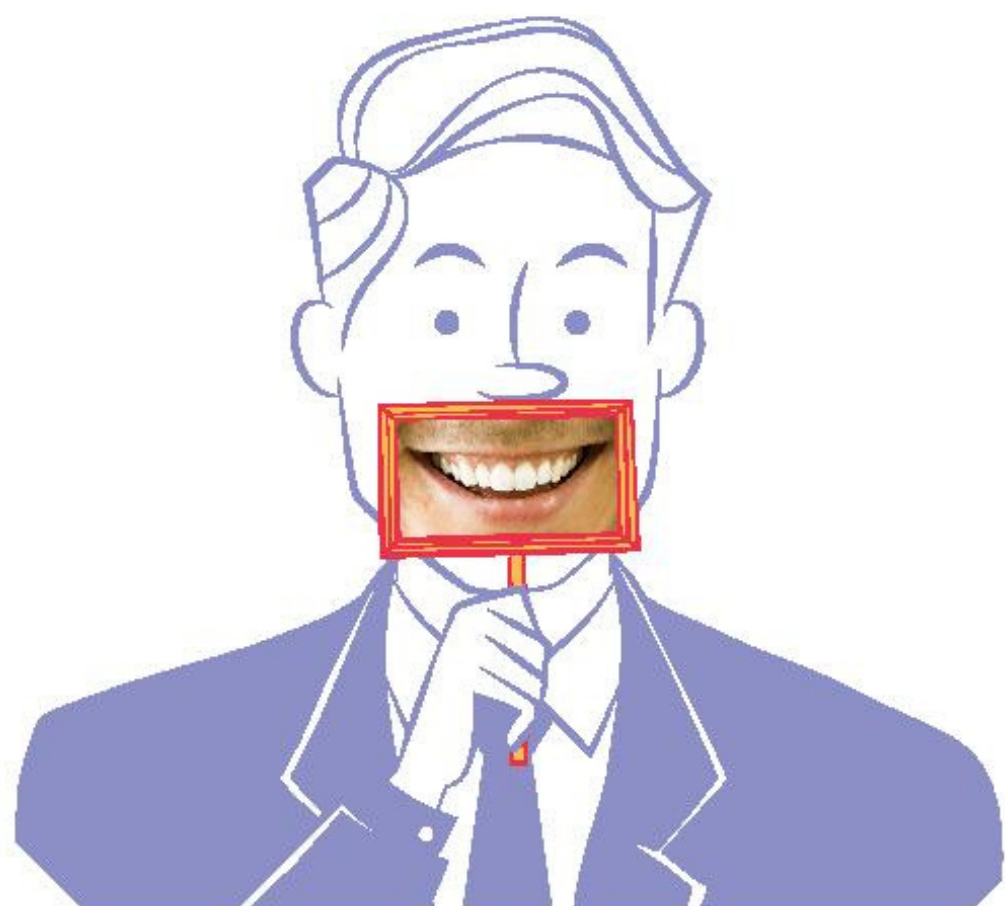
a fogvesztés nem tekinthető az öregedés természetes velejárójának. A foghiány megnehezíti a rágást, és ezáltal gátolja a megfelelő táplálkozást.

## SZÁJÜREGI DAGANATOK:

a dohányzás és alkoholfogyasztás elkerülésével csökkenthető a szájüregi daganatok kialakulásának kockázata.

## SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI BETEGSÉGEK:

a megfelelő szájhigiénia segíthet a szívbetegségek és a stroke megelőzésében.



## GONDOLTA VOLNA?

Más közismert betegségekhez hasonlóan a szájüregi betegségek megelőzése, korai felismerése és kezelése kulcsfontosságú az egész testet érintő negatív hatások megakadályozásában.

## LÉGZŐSZERVI BETEGSÉGEK:

a foggyulladás növeli a tüdőgyulladás kialakulásának kockázatát.

## CUKORBETEGSÉG:

az egészséges szájüreg megőrzése segíthet a cukorbetegség hatásainak enyhítésében.

## DEMENCIA:

az ínygyulladásért felelős kórokozókat összefüggésbe hozták az Alzheimer-kór kialakulásával.

**Egészséges száj,  
egészséges  
mosoly**

