

ARTYKUŁY ORYGINALNE (ORIGINAL PAPERS)

Higiena jamy ustnej u osób w wieku senioralnym

(Oral cavity hygiene in the elderly age)

A Dutkowska^{1,A,D}, I Brukwicka^{2,B}, Z Kopański^{2,3,F,C}, J Rowiński^{1,E}, J Strychar^{1,B,C}

1. Collegium Masoviense – Wyższa Szkoła Nauk o Zdrowiu
2. Państwowa Wyższa Szkoła Techniczno-Ekonomiczna w Jarosławiu
3. Wydziału Nauk o Zdrowiu Collegium Medicum Uniwersytet Jagielloński

Abstract - Introduction. The subject of oral cavity hygiene in elderly people has been raising interest for many years. Currently elderly people constitute a growing percentage of population. High topicality of this issue convinced me to do my own research.

Aim of the study. The aim of the research was to determine the behaviour of elderly people in terms of oral cavity hygiene.

Materials and methods. The research was carried on from 9th to 30th January 2017 on a group of 100 people, who are the students of the University of the Third Age at the Bronisław Markiewicz's National Technical and Economic High School in Jarosław. In the research the direct questionnaire method was used. The questionnaire consisted of 19 questions, including 3 depending on the date of birth. The other 16 questions were asked to study the opinion of the respondents concerning their oral cavity hygiene. The answers given by the respondents were then related to their gender, age and place of residence. The statistical analysis was carried out with the use of the software called Statistica 7.0.

Results and conclusions. If we take into consideration the respondents' answers given with significant statistical frequency, then the characteristics of oral cavity hygiene in the above researched group looks as follows: most often the respondents brushed their teeth once or twice a day, which took them less than 2 minutes, usually using a regular manual toothbrush. They didn't use mouthwash, dental floss, they did not wash their tongues or cheeks, they also did not care about the hygiene of fixed dentures, however, they cleaned their mobile dentures after every meal. The age of the respondents did not influence the answers. The male respondents confessed to drinking sweet drinks after brushing their teeth with significant statistical frequency. Whereas the female respondents underwent dental examination every month or every second month with high statistical frequency. With significant statistical frequency the city dwellers had their teeth examined once every 5 months.

Key words - elderly people, oral cavity care, questionnaire study.

Streszczenie - Wprowadzenie. Higiena jamy ustnej wśród ludzi w starszym wieku jest tematyką, która budzi zainteresowanie już od wielu lat. Obecnie coraz większą grupę wśród populacji stanowią seniorzy. Duża aktualność tematu przekonała mnie do badań własnych.

Cel badań. Celem badań było określenie zachowań ludzi starszych w zakresie prowadzenia higieny jamy ustnej.

Materiał i metody. Badania przeprowadzono w okresie od 9 do 30 stycznia 2017 roku, w grupie 100 osób, będących studentami Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Państwowej Wyższej Szkole Techniczno-Ekonomicznej im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu. W badaniach wykorzystano metodę ankiety bezpośredniej. Ankieta złożona była z 19 pytań, w tym 3 należało do metryczki, a pozostałe 16 pytań służyło do zbadania opinii respondentów na prowadzenia higieny jamy ustnej. Preferencje udzielanych odpowiedzi odniesiono do: płci i wieku, miejsca zamieszkania. Analizę statystyczną przeprowadzono z wykorzystaniem programu Statistica 7.0.

Wyniki i wnioski. Gdy uwzględnimy wypowiedzi respondentów udzielane znamienne statystycznie często, to wówczas charakterystyka działań na rzecz higieny jamy ustnej prowadzonych przez badanych przedstawiała się następująco: najczęściej respondenci szczotkowali zęby 1-2 razy dziennie, krócej niż 2 minuty, używając do tego zwykle szczoteczki zwykłej, manualnej, badani nie stosowali płukanek do jamy ustnej, nitki do zębów, ani czyszczenia języka i policzków, nie dbali o higienę stałych uzupełnień protetycznych, przywiązując natomiast uwagę do czyszczenia po każdym posiłku ruchomych uzupełnień protetycznych. Wiek badanych nie miał wpływu na rozkład udzielanych odpowiedzi. Do znamienne statystycznie częstszego picia słodkich napojów po umyciu zębów przyznawali się mężczyźni, z kolei kobiety istotnie statystycznie często raz na 1-2 miesiące przeprowadzały kontrole stomatologiczne. Znamienne statystycznie często raz na 5 miesiące kontrole stomatologiczne przeprowadzali mieszkańcy miasta.

Słowa kluczowe - ludzie w starszym wieku, dbałość o higienę jamy ustnej, badania ankietowe.

Wkład poszczególnych autorów w powstanie pracy - A-Koncepcja i projekt badania, B-Gromadzenie i/lub zestawianie danych, C-Analiza i interpretacja danych, D-Napisanie artykułu, E-Krytyczne zrecenzowanie artykułu, F-Ostateczne zatwierdzenie artykułu

Adres do korespondencji - Prof. dr Zbigniew Kopański, Collegium Masoviense – Wyższa Szkoła Nauk o Zdrowiu, Żyrardów, ul. G. Narutowicza 35, PL-96-300 Żyrardów, e-mail: zkopanski@o2.pl

Zaakceptowano do druku: 27.04.2017.

WSTĘP

Biorąc pod uwagę zwiększoną liczebność starszych ludzi, należy dostosować kompleksową opiekę stomatologiczną do problemów, które dotyczą osoby w wieku senioralnym przebywające w domach, instytucjach opieki czy szpitalach. Często jama ustna jest odzwierciedleniem stanu zdrowia osób w wieku podeszłym. Stan wykształcenia, jakość i styl życia seniorów niejednokrotnie mają wpływ na stan jamy ustnej. Jakość życia determinuje szereg czynników, które spełniają oczekiwania pacjenta, należą do nich:

- możliwość komfortowego żucia, brak dolegliwości bólowych, odpowiednia ilość śliny, prawidłowe odczuwanie smaku.
- obecność zębów, brak starcia, brak objawów dysfunkcji.
- estetyczny wygląd twarzy, który w głównej mierze jest warunkowany przez stan zdrowia jamy ustnej.

Stan zdrowia jamy ustnej u ludzi powyżej 60 roku życia w Polsce jest niezadowolający i ulega ciągle pogorszeniu wraz z wiekiem. Blisko połowa ludzi po 74 roku życia nie ma już swojego naturalnego uzębienia i u niespełna 97 % z nich występują choroby przyzębia.[5] Duża aktualności tematyki skłoniła autorów do podjęcia badań własnych. Celem badań było określenie zachowań ludzi starszych w zakresie prowadzenia higieny jamy ustnej [1-10].

MATERIAŁ I METODYKA

Materiał

Badania przeprowadzono w okresie od 9 do 30 stycznia 2017 roku, w grupie 100 osób, będących studentami Uniwersytetu Trzeciego Wieku przy Państwowej Wyższej Szkole Techniczno-Ekonomicznej im. ks. Bronisława Markiewicza w Jarosławiu. Wybór do badań respondentów był losowy, a udział dobrowolny.

Charakterystyka badanej grupy respondentów.

- **Płeć.** W badanej grupie było 62% kobiet i 38% mężczyzn.

- **Wiek.** Najwięcej ankietowanych było w wieku pomiędzy 60 a 74 rokiem życia (70,0%), a następnie w wieku 75-89 lat (30,0%).
- **Miejsce zamieszkania.** Dominującą (70,0%) grupę wśród respondentów stanowili mieszkańcy miast.

Metodyka

W badaniach wykorzystano metodę ankiety bezpośredniej. Ankieta złożona była z 19 pytań, w tym 3 należało do metryczki, a pozostałe 16 pytań służyło do zbadania opinii respondentów na prowadzenia higieny jamy ustnej.

Preferencje udzielanych odpowiedzi odniesiono do: płci i wieku, miejsca zamieszkania.

Przy analizie wieku uwzględniano podział: 60-74 lat, 75-89 lat, 90 i więcej lat.

Przy analizie miejsca zamieszkania uwzględniano podział: miast i wieś.

Opracowanie statystyczne

Analizę statystyczną przeprowadzono z wykorzystaniem programu Statistica 7.0. Obliczono statystyki podstawowe. Dla badania różnicy pomiędzy częstością udzielanych odpowiedzi stosowano test Chi², a dla określenia stopnia zależności pomiędzy wybranymi czynnikami a preferencjami odpowiedzi respondentów określano współczynnik korelacji Pearsona. Za poziom istotny statystycznej przyjęto wartość $p < 0,05$.

WYNIKI

Odpowiedzi na poszczególne pytania ankiety przedstawiały się następująco:

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Jak często szczotkuje Pan/Pani zęby?* przedstawiono w tabeli 1.

Tabela 1. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Jak często szczotkuje Pan/Pani zęby?*

Pytanie 1. <i>Jak często szczotkuje Pan/Pani zęby?</i>	procent udzielonych odpowiedzi			
	1 x dziennie	2 x dziennie	3 x dziennie	po każdym posiłku
	52 ****	40 °	4 *****f	4 *****f

Objaśnienie

do ### $p < 0,05$

do ##### $p < 0,01$

***** do #***** $p < 0,001$

#a# do #b# $p < 0,05$

∩ #c# do #d# $p < 0,01$

∩ #e# do #f# $p < 0,001$

razy dziennie. Częstsze szczotkowanie zębów jest już rzadkością.

Szczotkowanie zębów 1 lub 2 razy dziennie okazało się być zachowaniem znamienne często występującym u badanych w stosunku do innych form higieny jamy ustnej uwzględnionych w odpowiedziach.

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Jak długo szczotkuje Pan/Pani zęby?* przedstawiono w tabeli 2.

Tabela 2. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Jak długo szczotkuje Pan/Pani zęby?*

Pytanie 2. Jak długo szczotkuje Pan/Pani zęby?	procent udzielonych odpowiedzi		
	krócej niż 2 min	2 min	nie wiem, nie zwracam na to uwagi
	48 ***	24 ****	28 ****

Objaśnienie

do ##### p<0,01

Wg danych zawartych w tabeli 2. 48% badanych szczotkuje zęby krócej niż 2 minuty, 24% - wykonuje tę czynność 2 min, a 28% nie ma na ten temat własnego zdania.

Analiza statystyczna wskazuje, że odpowiedzi wskazującej na krótszy niż 2 minutowy okres szczotkowania zębów udzielano istotnie statystycznie często (p<0,01).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Jakiej szczoteczki Pan/Pani używa?* przedstawiono w tabeli 3.

Tabela 3. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Jakiej szczoteczki Pan/Pani używa?*

Pytanie 3. Jakiej szczoteczki Pan/Pani używa?	procent udzielonych odpowiedzi	
	zwykłej, manualnej	elektrycznej
	65 ***	35****

Objaśnienie

do ##### p<0,01

Z tabeli 3. wynika, że 65% badanych do szczotkowania zębów używa *zwykłej, manualnej szczoteczki*, pozostałe 35% - elektrycznej.

Analiza statystyczna wskazuje, że odpowiedź potwierdzająca korzystanie ze *szczoteczki zwykłej, manualnej* była udzielana znamienne statystycznie często (p<0,01).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Jaki rodzaj włosia ma Pana /Pani szczoteczka ?* przedstawiono w tabeli 4.

Tabela 4. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Jaki rodzaj włosia ma Pana /Pani szczoteczka ?*

Pytanie 4. Jaki rodzaj włosia ma Pana /Pani szczoteczka ?	procent udzielonych odpowiedzi			
	miękkie	średnie	twarde	nie wiem
	34 **.q	10 ^{f,r}	10 ^{f,r}	46 ^{*,e}

Objaśnienie

do ### p<0,05

#a# do #b# p<0,05

do ##### p<0,01

#c# do #d# p<0,01

do ##### p<0,001

#e# do #f# p<0,001

#o# do #p# p<0,05

#q# do #r# p<0,01

#s# do #t# p<0,001

Z tabeli 4. wynika, że 46% respondentów *nie wie, jaki rodzaj włosia ma szczoteczka do zębów* przez nich używana, 34% jest zwolennikami korzystania ze *szczoteczki o miękkim włosiu*.

Analiza statystyczna wskazuje, że odpowiedzi wskazujące na brak wiedzy o rodzaju włosia szczoteczki lub o korzystaniu ze szczoteczki o miękkim włosiu były udzielane istotnie statystycznie często (p<0,05 do p<0,001 w zależności od porównywanych wypowiedzi).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy używa Pan/Pani płukanek do jamy ustnej?* przedstawiono w tabeli 5.

Tabela 5. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Czy używa Pan/Pani płukanek do jamy ustnej?*

Pytanie 5. Czy używa Pan/Pani płukanek do jamy ustnej?	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	13 ***	87 ****

Objaśnienie

#****# do #*****# p<0,001

Uzyskane wyniki wskazują, że 87% badanych nie stosuje płukanek do jamy ustnej. Analiza statystyczna wskazuje, że odpowiedzi potwierdzające nie korzystanie z płukanek do jamy ustnej udzielano istotnie statystycznie często (p<0,001).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy używa Pan/Pani nitki do zębów?* przedstawiono w tabeli 6.

Tabela 6. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Czy używa Pan/Pani nitki do zębów?*

Pytanie 6. Czy używa Pan/Pani nitki do zębów?	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	9 ***	91 ****

Objaśnienie

#****# do #*****# p<0,001

Uzyskane wyniki wskazują, że 91% badanych nie stosuje nitki do zębów przy higienizacji jamy ustnej. Analiza statystyczna wskazuje, że odpowiedzi potwierdzające nie korzystanie z nitki do zębów udzielano istotnie statystycznie często (p<0,001). Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy czyści Pan/Pani język i policzki?* przedstawiono w tabl.7.

Tabela 7. Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy czyści Pan/Pani język i policzki?*

Pytanie 7. Czy czyści Pan/Pani język i policzki?	procent udzielonych odpowiedzi		
	regularnie	okazyjnie	nie
	5***	30***	70****

Objaśnienie

#****# do #*****# p<0,01

Uzyskane wyniki wskazują, że 70% badanych prowadząc higienizację jamy ustnej nigdy *nie czyści języka i policzków*, 30% robi to - *okazyjnie*, a tylko 5% - *regularnie*. Analiza statystyczna wykazuje, że odpowiedzi wskazującej na brak czynności higienizacyjnych w zakresie języka i policzków udzielono istotnie statystycznie często (p<0,01).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?* przedstawiono w tabeli 8.

Tabela 8. Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?*

Pytanie 8. Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?	procent udzielonych odpowiedzi		
	często	czasami	nigdy
	65 ^{*,e}	28 ^{*,g}	7 ^{*,p}

Objaśnienie

#**# do #### p<0,05

#****# do #*****# p<0,01

#*****# do #*****# p<0,001

#a# do #b# p<0,05

#c# do #d# p<0,01

#e# do #f# p<0,001

#o# do #p# p<0,05

#q# do #r# p<0,01

#s# do #t# p<0,001

Uzyskane wyniki wskazują, że 65% badanych często bezpośrednio po umyciu zębów pije słodkie płyny.

Analiza statystyczna wskazuje, że picie słodkich płynów bezpośrednio po umyciu zębów jest zjawiskiem istotnie statystycznie częstym (p<0,01 lub p<0,001 przy uwzględnieniu pozostałych odpowiedzi).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Co według Pana/Pani jest istotniejsze w higienie jamy ustnej: pasta do zębów czy szczoteczka?* przedstawiono w tabeli 9.

Tabela 9. Rozkład odpowiedzi na pytanie *Co według Pana/Pani jest istotniejsze w higienie jamy ustnej: pasta do zębów czy szczoteczka?*

Pytanie 9. Co według Pana/Pani jest istotniejsze w higienie jamy ustnej: pasta do zębów czy szczoteczka?	procent udzielonych odpowiedzi		
	pasta do zębów	szczoteczka do zębów	nie wiem
	24 ^{*,e}	6 ^{**,q}	70 ^{f,p}

Objaśnienie

do ## p<0,05 #a# do #b# p<0,05
do ### p<0,01 #c# do #d# p<0,01
do #### p<0,001 #e# do #f# p<0,001

#o# do #p# p<0,05
#q# do #r# p<0,01
#s# do #t# p<0,001

Uzyskane wyniki wskazują, że 70% badanych nie umie się wypowiedzieć na temat roli szczoteczki i pasty w higienizacji jamy ustnej.

Analiza statystyczna wskazuje, że brak wiedzy na temat roli szczoteczki i pasty w higienizacji jamy ustnej występuje istotnie statystycznie często ($p<0,01$ lub $p<0,001$ przy uwzględnieniu pozostałych odpowiedzi).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *W jaki sposób dba Pan/Pani o higienę stałych uzupełnień protetycznych?* przedstawiono w tabeli 10.

Tabela 10. Rozkład odpowiedzi na pytanie *W jaki sposób dba Pan/Pani o higienę stałych uzupełnień protetycznych?*

Pytanie 10. W jaki sposób dba Pan/Pani o higienę stałych uzupełnień protetycznych?	procent udzielonych odpowiedzi		
	osobna szczotka (do czyszczenia implantów stomatologicznych)	nitka super floss (do czyszczenia pod przęsłem mostów)	nie używam specjalnych przyborów, czyszczę je tak samo jak pozostałe zęby
	19 ^{*,e}	6 ^{**,q}	75 ^{f,p}

Objaśnienie

do ## p<0,05 #a# do #b# p<0,05
do ### p<0,01 #c# do #d# p<0,01
do #### p<0,001 #e# do #f# p<0,001

#o# do #p# p<0,05
#q# do #r# p<0,01
#s# do #t# p<0,001

Uzyskane wyniki wskazują, że 75% badanych nie używa żadnych specjalnych przyborów i czyszczy stałe uzupełnienia protetyczne tak samo jak pozostałe zęby.

Analiza statystyczna wskazuje, że brak używania specjalnych przyborów i czyszczenie stałych uzupełnień protetycznych tak samo jak pozostałych zębów jest zjawiskiem występującym istotnie statystycznie często ($p<0,01$ lub $p<0,001$ przy uwzględnieniu pozostałych odpowiedzi).

Rozkład odpowiedzi na pytanie *W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne?* przedstawiono w tabelach 11a i 11b.

Tabela 11a. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne?*

Pytanie 11.a <i>W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne? czyścę po każdym posiłku z użyciem specjalnej szczoteczki do protez i przeznaczonych do tego celu pasty lub proszku</i>	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	65 *	35**

Objaśnienie

do ### p<0,05

Z tabeli 11a wynika, że 65% badanych czyści po każdym posiłku ruchome uzupełnienia protetyczne z użyciem specjalnej szczoteczki do protez i przeznaczonych do tego celu pasty lub proszku.

Analiza statystyczna wskazuje, że odpowiedź potwierdzająca czyszczenie po każdym posiłku ruchomych uzupełnień protetycznych była udzielana znamienne statystycznie często (p<0,05).

Tabela 11b. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne?*

Pytanie 11.b <i>W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne? protezę dokładnie splotuję pod bieżącą wodą</i>	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	52	48

Z tabeli 11b wynika, że 52% badanych protezę dokładnie splotują pod bieżącą wodą.

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?* przedstawiono w tabeli 12.

Tabela 12. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?*

Pytanie 12. <i>Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?</i>	procent udzielonych odpowiedzi				
	raz na 1-2 miesiące	raz na 3-5 miesięcy	raz na 6-11 miesięcy	raz na rok	rzadziej
	48 ^{*e}	32 ^{**q}	10 ^{f,r}	5 ^{f,r}	5 ^{f,r}

Objaśnienie

do ### p<0,05

do ##### p<0,01

do ##### p<0,001

#a# do #b# p<0,05

#c# do #d# p<0,01

#e# do #f# p<0,001

#o# do #p# p<0,05

#q# do #r# p<0,01

#s# do #t# p<0,001

Przedstawione wyniki wskazują, że 48% badanych kontrolne wizyty dentystyczne odbywa raz na 1-2 miesiące, 32% - raz na 3-5 miesięcy.

Analiza statystyczna wskazuje, że osoby w starszym wieku, najchętniej (istotnie statystycznie - p<0,05 do p<0,001 w zależności od porównywanych wypowiedzi) kontrolują się stomatologiczne raz a na 5 miesięcy.

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie słodkich potraw?* przedstawiono w tabeli 13.

Tabela 13. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie słodkich potraw?*

Pytanie 13. <i>Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie słodkich potraw?</i>	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	58	42

Z tabeli 13. wynika, że 58% badanych ogranicza spożywanie słodkich potraw.

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy preferuje Pan/ Pani spożywanie potraw?* przedstawiono w tabeli 14.

Tabela 14. Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy preferuje Pan/ Pani spożywanie potraw?*

Pytanie 14. <i>Czy preferuje Pan/ Pani spożywanie potraw?</i>	procent udzielonych odpowiedzi		
	gorących	ciepłych lub letnich	bez znaczenia
	37	35	28

Uzyskane wyniki wskazują, że 37% lubi spożywać głównie gorące potrawy, 35% - ciepłe lub letnie, a dla 28% jest to bez znaczenia.

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych?* przedstawiono w tabeli 15.

Tabela 15. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych?*

Pytanie 15. <i>Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych?</i>	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	54	46

Z tabeli 15. wynika, że 54% badanych ogranicza spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych.

Rozkład odpowiedzi na pytanie *Czy lubi Pan/ Pani żuć bezcukrową gumę lub pastylki?* przedstawiono w tabeli 16.

Tabela 16. Rozkład odpowiedzi na pytanie: *Czy lubi Pan/ Pani żuć bezcukrową gumę lub pastylki?*

Pytanie 16. <i>Czy lubi Pan/ Pani żuć bezcukrową gumę lub pastylki?</i>	procent udzielonych odpowiedzi	
	tak	nie
	45	55

Z tabeli 16. wynika, że tylko 45% badanych lubi żuć bezcukrową gumę lub pastylki.

Zbiorcze opinie respondentów o prowadzeniu higieny jamy ustnej w wieku senioralnym

Przestrzegania częstotliwości szczotkowania zębów	zachowaniem znamienne często podejmowanym jest szczotkowanie zębów 1 lub 2 razy dziennie
Przestrzegania czasu szczotkowania zębów	istotnie statystycznie często zęby są szczotkowane krócej niż 2 minuty
Jaka szczoteczka jest najczęściej używana	znamienne statystycznie często jest wykorzystywana szczoteczka zwykła, manualna
Ulubiony rodzaj włosia zastosowany w szczoteczce do zębów	brak wiedzy badanych
Stosowanie płukanek do jamy ustnej	nie są stosowane
Stosowanie nitki do zębów	nie są stosowane
Czyszczenie język i policzki	nie jest wykonywane
Spożywanie słodkich napojów bezpośrednio po umyciu zębów	odbywa się znamienne statystycznie często
Znaczenie pasty do zębów i szczoteczki w higienizacji jamy ustnej	brak wiedzy badanych
Dbalność o higienę stałych uzupełnień protetycznych	brak wiedzy badanych
Dbalność o ruchome uzupełnienia protetyczne	znamienne statystycznie często czyszczenie po każdym posiłku
Częstość kontrolnych wizyt dentystycznych	znamienne statystycznie często raz na 5 miesięcy
Ograniczenie spożywania słodkich potraw	brak ograniczeń
Preferencje dotyczące ciepłoty spożywanych potraw	brak preferencji
Preferencje dotyczące spożywania świeżych soków owocowych	brak preferencji
Preferencje dotyczące żucia bezcukrowej gumy lub pastylek	brak preferencji

Gdy uwzględnia się tylko wypowiedzi respondentów udzielane znamienne statystycznie często¹, to wówczas charakterystyka o prowadzeniu higieny jamy ustnej w wieku senioralnym będzie się przedstawiała następująco:

Przestrzegania częstości szczotkowania zębów	•1 lub 2 razy dziennie
Przestrzegania czasu szczotkowania zębów	•krócej niż 2 minuty
Jaka szczoteczka jest najczęściej używa	•jest to szczoteczka zwykła, manualna
Ulubiony rodzaj włosia zastosowany w szczoteczce do zębów	•brak wiedzy badanych
Stosowanie płukanek do jamy ustnej	•nie są stosowane
Stosowanie nitki do zębów	•nie są stosowane
Czyszczenie język i policzki	•nie jest wykonywane
Spożywanie słodkich napojów bezpośrednio po umyciu zębów	•często
Znaczenie pasty do zębów i szczoteczki w higienizacji jamy ustnej	•brak wiedzy badanych
Dbalność o higienę stałych uzupełnień protetycznych	•brak wiedzy badanych
Dbalność o ruchome uzupełnienia protetyczne	•czyszczenie po każdym posiłku
Częstość kontrolnych wizyt dentystycznych	•raz na 5 miesięcy

Znaczenie niektórych czynników na wybór odpowiedzi ankiety

W dalszej części badań określono znaczenie takich czynników jak: płeć i wiek, miejsce zamieszkania, respondentów na ich preferencje odpowiedzi. Wyniki analizy statystycznej przedstawiono w kolejnych tabelach 17,18,19.

Tabela 17. Wpływ płci respondentów na rodzaj udzielanych odpowiedzi

Czynnik	Pytania ankiety	Współczynnik korelacji Pearsona	Poziom istotności statystycznej	
Płeć	Jak często szczotkuje Pan/Pani zęby?	0,090 - 0,333*	NS	
	Jak długo szczotkuje Pan/Pani zęby?	0,121 – 0,310	NS	
	Jakiej szczoteczki Pan/Pani używa?	0,190 – 0,289	NS	
	Jaki rodzaj włosia ma Pana /Pani szczoteczka ?	0,110 – 0,258	NS	
	Czy używa Pan/Pani płukanek do jamy ustnej?	0,156 – 0,318	NS	
	Czy używa Pan/Pani nitki do zębów?	0,145 – 0,356	NS	
	Czy czyści Pan/Pani język i policzki?	0,165 – 0,305	NS	
	Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?	0,289 – 0,422	0,05	
	Co według Pana/Pani jest istotniejsze w higienie jamy ustnej: pasta do zębów czy szczoteczka?	0,111 – 0,298	NS	
	W jaki sposób dba Pan/Pani o higienę stałych uzupełnień protetycznych	0,095– 0,311	NS	
	Wyjaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia	Czyszczę po każdym posiłku z użyciem specjalnej szczoteczki do protez i przeznaczonej do tego celu pasty lub proszku	0,145 – 0,258	NS
		Protezę dokładnie splukuję pod bieżącą wodą	0,131 – 0,253	NS
	Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?	0,389 – 0,521	0,05	
	Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie słodkich potraw?	0,167 – 0,354	NS	
	Czy preferuje Pan/ Pani spożywanie potraw?	0,108– 0,288	NS	
	Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych?	0,117 – 0,266	NS	
	Czy lubi Pan/ Pani żuć bezcukrową gumę lub pastylki?	0,120 – 0,239	NS	

Objaśnienie

* zakres wartości współczynnika dla udzielanych odpowiedzi w zakresie danego pytania
NS- nieistotny statystycznie

Płeć badanych miała charakterystyczny wpływ na rozkład odpowiedzi tylko na pytanie 8: *Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?*. Do znamienne statystycznie częstszego picia słodkich napojów po umyciu zębów przyznawali się mężczyźni, oraz na pytanie 12: *Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?*. Znamienne statystycznie często *raz na 1-2 miesiące* kontrole stomatologiczne przeprowadzały kobiety.

¹ Uwzględniono najczęściej występującą odpowiedź, udzielaną znamienne statystycznie często w porównaniu do pozostałych

Tabela 18. Wpływ wieku respondentów na rodzaj udzielanych odpowiedzi

Czynnik	Pytania ankiety	Współczynnik korelacji Pearsona	Poziom istotności statystycznej	
Wiek	Jak często szczotkuje Pan/Pani zęby?	0,111 - 0,303*	NS	
	Jak długo szczotkuje Pan/Pani zęby?	0,092 – 0,282	NS	
	Jakiej szczoteczki Pan/Pani używa?	0,198 – 0,270	NS	
	Jaki rodzaj włosów ma Pana /Pani szczoteczka ?	0,162 – 0,269	NS	
	Czy używa Pan/Pani płukanek do jamy ustnej?	0,116 – 0,299	NS	
	Czy używa Pan/Pani nitki do zębów?	0,129 – 0,276	NS	
	Czy czyści Pan/Pani język i policzki?	0,145 – 0,258	NS	
	Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?	0,155 – 0,356	NS	
	Co według Pana/Pani jest istotniejsze w higienie jamy ustnej: pasta do zębów czy szczoteczka?	0,085 – 0,271	NS	
	W jaki sposób dba Pan/Pani o higienę stałych uzupełnień protetycznych	0,120 – 0,288	NS	
	W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne	Czyszczę po każdym posiłku z użyciem specjalnej szczoteczki do protez i przeznaczonej do tego celu pasty lub proszku	0,125 – 0,238	NS
		Protezę dokładnie splotuję pod bieżącą wodą	0,179 – 0,305	NS
	Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?	0,129 – 0,200	NS	
	Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie słodkich potraw?	0,141 – 0,316	NS	
	Czy preferuje Pan/ Pani spożywanie potraw?	0,109 – 0,279	NS	
Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych?	0,129 – 0,342	NS		
Czy lubi Pan/ Pani żuć bezcukrową gumę lub pastylki?	0,095– 0,333	NS		

Objaśnienie

* zakres wartości współczynnika dla udzielanych odpowiedzi w zakresie danego pytania
NS- nieistotny statystycznie

Z przeprowadzonej analizy statystycznej wynika, że wiek respondentów nie wywierał istotnego statystycznie wpływu na wybór odpowiedzi.

Tabela 19. Wpływ miejsca zamieszkania respondentów na rodzaj udzielanych odpowiedzi

Czynnik	Pytania ankiety	Współczynnik korelacji Pearsona	Poziom istotności statystycznej	
Miejsce zamieszkania	Jak często szczotkuje Pan/Pani zęby?	0,017 - 0,303*	NS	
	Jak długo szczotkuje Pan/Pani zęby?	0,112 – 0,252	NS	
	Jakiej szczoteczki Pan/Pani używa?	0,181 – 0,277	NS	
	Jaki rodzaj włosów ma Pana /Pani szczoteczka ?	0,150 – 0,244	NS	
	Czy używa Pan/Pani płukanek do jamy ustnej?	0,116 – 0,282	NS	
	Czy używa Pan/Pani nitki do zębów?	0,125 – 0,276	NS	
	Czy czyści Pan/Pani język i policzki?	0,129 – 0,256	NS	
	Czy pije Pan/Pani słodkie napoje bezpośrednio po umyciu zębów?	0,142 – 0,288	NS	
	Co według Pana/Pani jest istotniejsze w higienie jamy ustnej: pasta do zębów czy szczoteczka?	0,118– 0,309	NS	
	W jaki sposób dba Pan/Pani o higienę stałych uzupełnień protetycznych	0,111 – 0,239	NS	
	W jaki sposób dba Pan/Pani o ruchome uzupełnienia protetyczne	Czyszczę po każdym posiłku z użyciem specjalnej szczoteczki do protez i przeznaczonej do tego celu pasty lub proszku	0,098 – 0,326	NS
		Protezę dokładnie splotuję pod bieżącą wodą	0,100 – 0,279	NS
	Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?	0,303-0,582	0,05	
	Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie słodkich potraw?	0,234 – 0,334	NS	
	Czy preferuje Pan/ Pani spożywanie potraw?	0,117 – 0,287	NS	
	Czy ogranicza Pan/ Pani spożywanie soków owocowych, zwłaszcza świeżych?	0,102 – 0,313	NS	
	Czy lubi Pan/ Pani żuć bezcukrową gumę lub pastylki?	0,164 – 0,298	NS	

Objaśnienie

* zakres wartości współczynnika dla udzielanych odpowiedzi w zakresie danego pytania
NS- nieistotny statystycznie

Miejsce zamieszkania badanych miało istotny wpływ na rozkład odpowiedzi na pytanie 12: *Jak często chodzi Pan/ Pani do dentysty na wizyty kontrolne?*. Znamienne statystycznie często *raz na 5 miesięcy* kontrole stomatologiczne przeprowadzali mieszkańcy miasta.

DYSKUSJA

Starzenie się społeczeństw jest zjawiskiem obserwowanym w wielu krajach. Wraz z wiekiem zwiększa się polichorobowość, co nakłada na starszych pacjentów szczególną dbałość o swoje zdrowie. Jednym z podstawowych zadań współczesnej ochrony zdrowia jak i też pacjentów w wieku senioralnym jest znajomość zasad i zachowań prozdrowotnych. Współcześnie wiele uwagi przywiązuje się do promocji zdrowej jamy ustnej w starszym wieku. Dbałość o stan jamy ustnej może zapobiegać rozwojowi chorób ogólnoustrojowych. [7]

Duża aktualnej tej tematyki skłoniła autorów do podjęcia badań własnych. Z naszych ustaleń wynika, że najczęściej respondenci szczotkowali zęby 1-2 razy dziennie, krócej niż 2 minuty, używając do tego zwykle szczoteczki zwykłej, manualnej.

Tak prosta i oczywista czynność jak szczotkowanie zębów czyli higiena jamy ustnej jest jednak w starszym wieku zapominana lub pomijana. Być może ma to związek z postępującym wraz z wiekiem ograniczeniem sprawności fizycznej ludzi starszych, co wpływa na samodzielność wykonywania domowych zabiegów higienicznych. [10-14] Osoby w podeszłym wieku znajdujące się pod opieką osób drugich np. przebywające w domach opieki, zakładach opiekuńczo-leczniczych mogą liczyć na pomoc pielęgniarki, opiekuna medycznego w wykonywaniu prostych czynności higienicznych. Osoby starsze mieszkające samotnie mogą jednak już mieć duże trudności z realizacją codziennych czynności higienicznych. Opiekująca się nimi rodzina może być nie przygotowana do właściwej dbałości o stan jamy ustnej osoby starszej. Dlatego tak ważnym staje się konieczność działań edukacyjnych na rzecz zachowania zdrowej jamy ustnej. Działania te powinny być wielokierunkowe, ale w głównej mierze dedykowane personelu opieki

środowiskowej oraz opieki długoterminowej i paliatywnej. Należy również uwzględnić różne formy oddziaływania na ludzi w młodszym wieku co pozwoli na wyrobienie prawidłowych nawyków higienizacyjnych na starość, ale także pozwoli tym ludziom na właściwą (w zakresie jamy ustnej) opiekę nad swoimi bliskimi będącymi w starszym wieku. [4] Używanie dodatkowych przyborów do higieny jamy ustnej pozwala dokładniej czyścić powierzchnię zębów, języka i policzków. Sama szczotka czy to manualna czy elektryczna nie jest w stanie usunąć 100% płytki bakteryjnej. Do tego celu pomocne są przybory do higieny jamy ustnej takie jak: nici dentystyczne, szczoteczki międzyzębowe oraz płukanki do jamy ustnej. [15] Z badań własnych wynika, że respondenci nie stosowali płukanek do jamy ustnej, nitok do zębów, ani czyszczenia języka i policzków.

Osoby w wieku senioralnym, które użytkują stałe bądź ruchome uzupełnienia protetyczne powinny je poddawać codziennej higienie jamy ustnej. Higiena stałych uzupełnień protetycznych prawie niczym nie różni się od czyszczenia naturalnego uzębienia. Należy tu jedynie pamiętać o szczotkowaniu koron i mostów metodą roll (wymiatająca). W metodzie tej powierzchnię główki szczoteczki ustawia się do dna lub sklepienia przedsiönka pod kątem 45°, na dźiąśle szczotka leży równolegle. Należy tu wykonać ruch obrotowo-wymiatający, przy czym ręka ma wykonać obrót w nadgarstku. Ruchome uzupełnienia protetyczne takie jak protezy powinny być czyszczone po każdym spożytym posiłku. [35]

Z naszych ustaleń wynika, że badani nie dbali o higienę stałych uzupełnień protetycznych, przywiązując jedynie uwagę do czyszczenia po każdym posiłku ruchomych uzupełnień protetycznych.

Poczynione przez nas obserwacje są zgodne z wynikami badań Frączak i wsp. [17] wskazującymi, że pacjenci w wieku senioralnym mają problem z prawidłowym utrzymaniem higieny jamy ustnej oraz z odpowiednim utrzymaniem higieny protez.

Do czyszczenia protez należy używać specjalnie przeznaczonych do tego celu szczotek oraz pasty bądź proszku, następnie dokładnie wypłukać całą protezę pod bieżącą wodą. Czynności te zapobiegają rozwojowi grzybów i innych drobnoustrojów na płycie protezy. W nocy ruchome uzupełnienia protetyczne powinny być

zdejmovane dokładnie czyszczone i przechowywane w suchym pojemniku. [2,8,9,16]

W przeprowadzonych badaniach pragnęliśmy zwrócić uwagę na wybrane zagadnienia higieny jamy ustnej u ludzi starszych. Poczynione przez nas obserwacje mogą przyczynić się do powstania dalszych kierunków badań. Aby jednak mogły stać się podstawą dalszego wnioskowania i tworzenia uogólnień, muszą mieć charakter wielośrodkowy i być zrealizowane na zdecydowanie większej grupie badawczej.

WNIOSKI

Gdy uwzględni się tylko wypowiedzi respondentów udzielane znamienne statystycznie często, to wówczas charakterystyka działań na rzecz higieny jamy ustnej prowadzona przez badanych przedstawiała się następująco:

- Najczęściej respondenci szczotkowali zęby 1-2 razy dziennie, krócej niż 2 minuty, używając do tego zwykle szczoteczki zwykłej, manualnej.
- Badani nie stosowali płukanek do jamy ustnej, nitok do zębów, ani czyszczenia języka i policzków
- Nie dbali o higienę stałych uzupełnień protetycznych, przywiązywali natomiast uwagę do *czyszczenie po każdym posiłku* ruchomych uzupełnień protetycznych.
- Wiek badanych nie miał wpływu na rozkład udzielanych odpowiedzi.
- Do znamienne statystycznie częstszego picia słodkich napojów po umyciu zębów przyznawali się mężczyźni, z kolei kobiety istotnie statystycznie często *raz na 1-2 miesiące* przeprowadzały kontrole stomatologiczne.
- Znamienne statystycznie często *raz na 5 miesiące* kontrole stomatologiczne przeprowadzali mieszkańcy miasta.

PIŚMIENNICTWO

1. Kaczmarek U. Suchość jamy ustnej - etiologia, częstość występowania i rozpoznanie - na podstawie piśmiennictwa. *Czas Stomatol* 2007; 1: 20-31.
2. Cohen B, Thomson H (red). *Dental Care for the Elderly*. Boca Raton; Chicago, London, 2016.
3. Yap T, McCullough M. Choroby jamy ustnej, a starzejące się społeczeństwo. *Med Prakt Stomatol* 2015; 3:15-26.
4. Skiba M, Kusa-Podkańska M, Wysokińska-Miszczuk J. Wpływ stanu jamy ustnej, na jakość życia osób w starszym wieku. *Gerontol Pol* 2005;13(4):250 - 4.
5. Wysokińska-Miszczuk J, Sieczkarek J. Gerostomatologia - uzasadnienia teoretyczne i przydatność praktyczna w naukach medycznych. *Twój Prz Stomatol* 2002;1(2):26-7.
6. Moshaverinia A, Zheng F, Schricker RS i wsp. Root caries in the geriatric population: epidemiology, etiology, diagnosis, treatment planning and modalities of treatment. *Dent Forum* 2008;2(6):63-70.
7. Knychalska-Karwan Z. *Stomatologia wieku podeszłego*. Lublin; Wyd. Czelej, 2005.
8. Krempeć M., Łuczowska J. *Opieka nad ludźmi starszymi*. Gdańsk; Wyd DJ, 1999.
9. Andersson M.H. et al. *Professional Prevention in Dentistry*. Williams & Wilkins, Baltimore 2014.
10. Rottermund J, Knapik A, Szyszka M.: Aktywność fizyczna a jakość życia osób starszych. *Spół Rodz* 2015; 42(1):78-98
11. Knapik A, Saucicz E, Plinta R, Kuszewski M. Aktywność fizyczna a zdrowie kobiet w starszym wieku. *J Orthop Trauma Surg Res* 2011; 6(26): 27-33.
12. Wysokiński M, Fidecki W, Gębala S. Ocena samodzielności osób starszych hospitalizowanych na oddziałach internistycznych. *Gerontol Pol* 2013; 21(3): 89-97.
13. Kuński H. Działowanie jako popularna forma prozdrowotnej aktywności ruchowej. W: K. Klukowski (red.): *Medycyna sportowa*. Warszawa; Medical Tribune Polska 2012: 91-95.
14. Wieczorkowska-Tobis K, Kostka T, Borowicz AM. *Fizjoterapia w geriatрії*. Warszawa; Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2011.
15. Banach J, Dembowska E, Górka, Jańczuk, Konopka T, Szymańska J, Ziętek M. *Praktyczna periodontologia kliniczna*. Warszawa; Wyd. Kwintessencja, 2004.
16. Jańczuk Z. *Podręcznik dla higienistek i asystentek stomatologicznych*. Warszawa, PZWL, 1999.
17. Frączak B, Aleksandruk G, Brzoza W, Chruściel-Nogalska M. Higiena Jamy ustnej oraz ruchomych uzupełnień protetycznych, [https://www.yumpu.com/xx/document/view/26439764/higiena-jamy-ustnej-oraz-ruchomych-uzupelnien-protetycznych-oral-\[dostęp 17.02.2017\]](https://www.yumpu.com/xx/document/view/26439764/higiena-jamy-ustnej-oraz-ruchomych-uzupelnien-protetycznych-oral-[dostęp%2017.02.2017])