

Czy próchnica to tylko problem jamy ustnej?

Stan jamy ustnej wpływa na codzienne funkcjonowanie, relacje społeczne i dobrostan psychiczny i jest mierzony tzw. wskaźnikiem **Oral Health-Related Quality(OHRQ)**.

4 obszary powiązane ze stanem jamy ustnej

1

Funkcjonowanie fizyczne:

- możliwość żucia, gryzienia, mówienia,
- odczuwany ból zębów i szczęki,
- problemy związane z protezami lub brakiem w uzębieniu.

2

Dobrostan psychiczny:

- wstyd, zakłopotanie z powodu wyglądu zębów,
- obniżona samoocena,
- niepokój związany z bólem lub leczeniem.

3

Funkcjonowanie społeczne:

- unikanie uśmiechania, wycofanie z kontaktów społecznych lub zawodowych,
- wpływ na relacje interpersonalne

4

Ograniczenia w codzienności:

- trudności w jedzeniu określonych produktów,
- problemy z koncentracją przez ból,
- absenteizm, prezenteizm.

Próchnica → ból → wstyd → izolacja → problemy w nauce →
→ obniżona samoocena → lęk / depresja

Zgodnie z przeglądami naukowymi, stan kliniczny, zwłaszcza obecność próchnicy, istotnie obniża jakość życia dzieci w wieku szkolnym, co jest ściśle powiązane z występowaniem depresji, lęku, stresem i niższą samooceną. Co więcej, występuje tzw. sprzężenie zwrotne:

Osoby z depresją lub stanami lękowymi mogą mieć problemy z motywacją lub energią do dbania o higienę jamy ustnej.

Przewlekłe problemy z zębami mogą nasilać niepokój, obniżać samoocenę, co sprzyja wycofaniu i pogorszeniu zdrowia psychicznego.

WNIOSEK Z BADAŃ

GORŠA SUBIEKTYWNA OCENA ZDROWIA JAMY USTNEJ (NIŹSZE OHRQ) WIĄŹE SIĘ Z WIĘKSZYM NASILENIEM OBJAWÓW DEPRESJI I LĘKU¹.

NIL Naczelna Izba Lekarska

PTSS Polskie Towarzystwo Studentów Stomatologii

KONFEDERACJA LEWIATAN

FUNDACJA ZDROWEGO POSTĘPU

HALÉON

1. Alimoradi, Z., Veisi, F., Lin, C.-Y., Broström, A., & Pakpour, A. H. (2024). Meta-analysis with systematic review to synthesize associations between oral health related quality of life and anxiety and depression. *BDJ Open*, 10, Article 9. <https://doi.org/10.1038/s41405-024-00191-x>
2. Dębski, M., Pyzołski, J., Borchet, J., & Witkowska, H. (2025). Dobrze i źle wiadomości – życie online i offline o zdrowie psychiczne polskich nastolatków: Raport z badań. Fundacja „Dobro o Mój Zasięg”. Dębski, M., Pyzołski, J., Borchet, J., & Witkowska, H. (2025).

