**TISKOVÁ ZPRÁVA**

Praha, 16. dubna 2018

**Budoucí zubaři poradí jak na zdravé zuby a beze strachu**

Studenti Zubního lékařství 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy (1. LF UK) budou v úterý 17. dubna na Palackého náměstí v Praze pomáhat lidem se správnou technikou čištění zubů, aby tak zamezili vzniku zubního kazu, zubního kamene a zánětu dásní. Zároveň poradí, jak bojovat se strachem z ošetření, zejména u dětí.

Sdružení studentů stomatologie České republiky i v letošním roce organizuje akci *Ve zdravé Praze zdravý zub* pod záštitou děkana 1. LF UK prof. MUDr. Aleksiho Šeda, DrSc., proděkana pro zubní lékařství doc. MUDr. Reného Foltána, Ph.D., a radního hlavního města Prahy pro oblast zdravotnictví Ing. Radka Lacka.

Společným jmenovatelem problémů ústní dutiny je zubní plak, který všechna uvedená onemocnění způsobuje. Studenti proto zájemcům na modelech ústní dutiny předvedou, jak plak efektivně odstranit. Procvičí správné čistící techniky a doporučí vhodné dentální pomůcky (kartáčky, dentální nit, mezizubní kartáčky se štětinkami). Studenti budou lidem vysvětlovat také rozdíl mezi zubním plakem a zubním kamenem, které bývají nesprávně zaměňovány. Zubní plak je měkká nažloutlá vrstva usazující se na povrchu zubu v místech, která se hůře čistí, a to zejména v oblasti krčku (části zubu nejblíže dásni). Oproti tomu zubní kámen vzniká mineralizací zubního plaku, ukládáním minerálů   
a anorganických solí obsažených ve slinách.

„Cílem akce je ukázat lidem každého věku, jak snadno se dá dobře prováděnou ústní hygienou předejít potížím, se kterými se během života setká více než 90 procent populace – zubnímu kazu   
a parodontitidě,“ říká studentka 3. ročníku Zubního lékařství na 1. LF UK Kateřina Lustigová, která za Sdružení studentů stomatologie ČR akci v Praze koordinuje. „Jsme rádi, že jako budoucí zubní lékaři můžeme lidem díky naší iniciativě pomoci předejít vzniku nepříjemných komplikací a zlepšit v této oblasti jejich zdraví,“ dodává studentka.

Dalším tématem akce *Ve zdravé Praze zdravý zub* bude komunikace, a to hlavně s rodiči dětí, které mají zvýšenou obavu ze zubního ošetření, odborně *dentální anxiozitu.* Situace, kdy pacienti nespolupracují, nechtějí se nechat ošetřit a často i fyzicky bojují, je pro všechny obtížná, ale ne nezvládnutelná. Od zubního lékaře vyžaduje laskavý přístup a hodně trpělivosti.

„Obecně platí, že při spolupráci s dětskými pacienty by měl být ošetřující zubní lékař trpělivý, empatický a na vyšetření či výkon by měl mít dostatek času. Zároveň je velmi důležité, aby pacienta pravdivě seznámil se vším, co jej čeká, volil slova vhodná jeho věku, případně použil některou z psychoprofylaktických metod, tedy přípravy na zátěž, formou modelování situace nebo postupem *tell–show–do*,“ říká doc. Foltán, který mezi nejčastější důvody nespolupráce dětského pacienta řadí negativní zkušenost z jiného pracoviště či s jiným lékařem, strach z bolesti a nezralost dítěte pro požadované ošetření, kdy je výkon příliš dlouhý nebo technicky náročný. Obtížné je také ošetření dětí s disabilitou, například u ADHD nebo některých handicapů.

„Podle charakteru požadovaného výkonu a míry nespolupráce pacienta můžeme využít různé formy sedací. Nejčastěji používáme inhalační sedace rajským plynem, utišení podáním léku v tabletě, zklidnění kombinací analgetika se sedativem za přítomnosti anesteziologa anebo ošetření v celkové anestezii,“ vysvětluje doc. Foltán, který je přednostou Stomatologické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze.

Úkolem rodičů je v těchto případech dítě chválit a podporovat ve správném čištění. Měli by také častěji kontrolovat dětských chrup použitím techniky „zdvižení rtu“. I když může jít o významně stresovou situaci, rodiče by se neměli záměrně vyhýbat ani pravidelným kontrolám. Dítě nemá navštěvovat zubaře pouze s otokem či bolestí. Pokud pacient absolvuje několik návštěv bez jakýchkoli nepříjemných nebo bolestivých podnětů, jeho strach z vyšetření zeslábne.

1. LF UK je jedinou pražskou lékařskou fakultou, na níž se dá obor Zubní lékařství studovat. Absolventi pětiletého studia získávají titul MDDr.

Ve stejný den budou studenti stomatologie radit s čištěním zubů v ulicích dalších čtyř univerzitních měst – Brna, Hradce Králové, Olomouce a Plzně. Podrobnosti o akci Ve zdravé ČR zdravý zub jsou   
k dispozici na: <http://www.ssscr.cz/ve-zdrave-cr-zdravy-zub>

***O 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy***

*1. LF UK jako jedna ze čtyř zakládajících fakult pražské Univerzity Karlovy patří k nejvýznamnějším českým vzdělávacím institucím. Právě zde se studentům dostává kvalitní výuky medicíny a zdravotnických předmětů, zatímco pacientům je na pracovištích společných se Všeobecnou fakultní nemocnicí a s dalšími nemocnicemi v Praze poskytována nejmodernější léčebná péče.*

*Zároveň je 1. LF UK nejproduktivnějším centrem biomedicínského a klinického výzkumu v České republice. Kvalitní věda je nedílnou součástí fungování dobré vysoké školy. Badatelé svojí prací posouvají kupředu naše vědění. Významná školská pracoviště ovšem čerpají z kroků svých předchůdců – a nejde jen o vědecké poznatky zachycené v literatuře, ale i o historické exponáty, které budou nyní přístupné i návštěvníkům Pražské muzejní noci.*

Kontakt na tiskovou mluvčí 1. LF UK:

Petra Klusáková, DiS.  
Oddělení komunikace 1. LF UK  
[petra.klusakova@lf1.cuni.cz](mailto:petra.klusakova@lf1.cuni.cz)   
tel. 773 205 725