

УДК 616.314-74

***ЗАВИСИМОСТЬ ВРЕМЕНИ, ОТВОДИМОЙ ГИГИЕНЕ ПОЛОСТИ  
РТА, ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ КАРИОЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДИ  
СТУДЕНТОВ***

***Городилова О.М.***

*студент,*

*Ижевская государственная медицинская академия,*

*Ижевск, Россия*

***Ильин С.Д.***

*студент,*

*Ижевская государственная медицинская академия,*

*Ижевск, Россия*

***Толмачов Д.А.***

*доктор медицинских наук, доцент,*

*Ижевская государственная медицинская академия,*

*Ижевск, Россия*

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются статистические данные по гигиене полости рта у студентов за 2024 год. Приводятся данные по этому опросу. Целью исследования является определение зависит ли частота заболеваний полости рта кариозными заболеваниями от времени чистки зубов.

Результаты исследования показали, что среди студентов большая часть (56,0 %) чистит зубы уделяя процессу 1-2 минуты. 29,0 % опрошенных тратят на это от 3 до 5 минут. 9,0 % студентов тратит на гигиену менее 1 минуты и 6,0

% более 5 минут. Согласно результатам второго опроса студенты, чистящие зубы более 5 минут отмечают повышенную чувствительность зубов и частые десневые кровотечения. Остальные студенты не упомянули жалоб. Частота кариозных заболеваний в течение жизни среди студентов Ижевской государственной медицинской академии составила 96,0%.

**Ключевые слова:** кариозные заболевания, гигиена полости рта, студенты, стоматология, статистика.

***DEPENDENCE OF THE TIME ALLOCATED TO ORAL HYGIENE FOR  
THE PREVENTION OF CARIOUS DISEASES AMONG STUDENTS***

***Gorodilova O.M.***

*student,*

*Izhevsk State Medical Academy,*

*Izhevsk, Russia*

***Ilyin S.D.***

*student, Izhevsk State Medical Academy,*

*Izhevsk, Russia*

***Tolmachov D.A.***

*Doctor of Medical Sciences, Associate Professor,*

*Izhevsk State Medical Academy,*

*Izhevsk, Russia*

**Annotation.** This article examines statistical data on oral hygiene in students for 2024. The data on this survey is provided. The aim of the study is to determine whether the frequency of oral cavity diseases with carious diseases depends on the

time of brushing teeth. The results of the study showed that among students, the majority (56,0%) brush their teeth taking 1-2 minutes to process. 29,0% of the respondents spend from 3 to 5 minutes on this. 9,0% of students spend less than 1 minute on hygiene and 6,0% more than 5 minutes. According to the results of the second survey, students who brush their teeth for more than 5 minutes note increased tooth sensitivity and frequent gingival bleeding. The other students did not mention any complaints. The incidence of carious diseases during life among students of the Izhevsk State Medical Academy was 96,0%.

**Keywords:** carious diseases, oral hygiene, students, dentistry, statistics.

**Актуальность.** За последние годы в России увеличилось количество обращений в стоматологию по поводу кариозных заболеваний полости рта. Поэтому для профилактики данного заболевания среди студентов и взрослого населения, необходимо выяснить, является ли время чистки зубов важным фактором в формировании кариеса.

**Цель исследования:** проанализировать, является ли время гигиены полости рта решающим фактором при формировании кариеса.

**Материалы и методы:** на базе Ижевской государственной медицинской академии был проведен опрос 150 студентов, так же была выявлена заболеваемость кариесом. Результаты были обработаны и представлены ниже.

**Результаты исследования.** Было проанализировано 150 анкет студентов Ижевской государственной медицинской академии и получены следующий результаты: среди студентов большая часть 84 человека (56,0 %) чистит зубы уделяя процессу 1-2 минуты. 43 (29,0 %) опрошенных тратят на это от 2 до 4

минут. 14 (9,0 %) студентов тратит на гигиену менее 1 минуты и 9 человек (6,0 %) более 5 минут.

Заболеваемость кариозными заболеваниями полости рта у студентов составила 96,0 %, часть опрошенных 65,0% утверждают, что пик заболеваемости пришелся на детский возраст (8-14 лет), другая часть отмечает заболевание после 15 лет – 45,0%.

Среди студентов, чистящих зубы от 1 до 2 минут, частота встречающего кариеса составила 59,0%. У студентов, уделяющих этому от 2 до 4 минут, частота встречаемости снизилась до 38,0%. В другой группе опрошенных, которые тратят на гигиену полости рта менее 1 минуты, отмечается значительный рост встречаемости, который составляет 88,0%. А среди студентов уделяющие гигиене более 5 минут она составляет 21,0%, но опрошенные отмечают повышенную чувствительность зубов и частые десневые кровотечения. Остальные же студенты не упомянули жалоб.

**Вывод.** Таким образом, самая маленькая встречаемость кариеса обнаружена среди студентов, уделяющих гигиене полости рта более 5 минут, но при этом существенно увеличилась травматизация. Самым оптимальным оказался вариант, при котором чистка зубов занимает от 2 до 4 минут, так как этого времени достаточно для эффективного удаления зубодесневого налета и остатков пищи.

#### **Рекомендации:**

Для улучшения профилактики кариозных заболеваний следует:

1. Соблюдать рациональное и полноценное питание.
2. Уделять достаточное время гигиене полости рта.

3. Посещать стоматолога для профилактических осмотров не менее чем 1 раз в полгода.
4. Соблюдать питьевой режим.
5. Полоскать ротовую полость после приемов пищи.

### **Библиографический список:**

1. Солдатова Л.Н. Профилактика заболеваний полости рта [Электронный ресурс]. – URL:  
[https://vmeda.mil.ru/upload/site56/document\\_file/wpfquPdlfB.pdf](https://vmeda.mil.ru/upload/site56/document_file/wpfquPdlfB.pdf)
2. КАРИЕС ЗУБОВ: учебник / сост.: Т.У. Супатаева, У.И. Кучукова и др. Бишкек: из-во КРСУ, 2013. 188 с.
3. Индивидуальная и профессиональная гигиена полости рта: учебно-методическое пособие / Е. А. Мирная [и др.]. – Минск: БГМУ, 2022. – 52 с.
4. Терапевтическая стоматология. Кариесология и заболевания твердых тканей зубов. Эндодонтия: руководство к практ. занят. : учеб. пособие / Ю. М. Максимовский, А. В. Митронин; под общей ред. Ю. М. Максимовского. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2019
5. Кариес: учеб. пособие / Е. Д. Костригина, М. В. Лебедев. – Пенза: Изд-во ПГУ, 2023. – 114 с.
6. Толмачев, Д. А. Анализ деятельности врачей службы функциональной диагностики // Уральский медицинский журнал. 2018. -. №7(162). – С. 172-176.
7. Толмачев Д.А., Зилялиева А.Р., Чурашова Ю.О. Риск развития ожирения среди студентов медицинского вуза // Научный журнал. 2016.

*Оригинальность 81%*