

KROK 1: ROZPOZNAJ SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE

FAKT: Nieleczone choroby jamy ustnej dotyczą ponad połowy populacji na całym świecie^{1,2}. W Polsce na choroby przyzębia cierpi ponad 98% dorosłych osób, a prawie 100% na próchnicę zębów^{6,7}. Wystarczy zaledwie kilka kroków, aby właściwie zadbać o zdrowie jamy ustnej.



Spuchnięte,
nadrażliwe
dziąsła



Krwawienie
z dziąseł



Nieswieży
oddech



Zęby nadwrażliwe
na gorące i zimne
napoje

Problemy te powstają w wyniku osadzania się bakteryjnej płytki nazębnej, a ich objawami są ubytki, zapalenie dziąseł i choroby zapalne przyzębia. Jeśli zauważysz te objawy, skontaktuj się z lekarzem dentystą i zapytaj, jak postępować.

CO WARTO WIEDZIEĆ O CHOROBAH JAMY USTNEJ?

- **UBYTKI** to obszary na zębach, które zostały osłabione pod wpływem działania bakterii w jamie ustnej. Ubytki mogą tworzyć małe wgłębienia w zębach.
- **ZAPALENIE DZIĄSEŁ** to pierwsze stadium choroby dziąseł, wywołanej przez osadzanie się płytki bakteryjnej na zębach i dziąsłach. Rozwojowi zapalenia dziąseł sprzyja nieprawidłowa higiena jamy ustnej i złe nawyki.
- **ZAPALENIE PRZYŻĘBIA** jest kolejnym, poważniejszym stadium choroby dziąseł, które rozwija się z nieleczzonego zapalenia dziąseł. Może przynieść nieodwracalne skutki w postaci utraty zębów. Palenie tytoniu, cukrzyca i historia zachorowań w rodzinie to dodatkowe czynniki zwiększające ryzyko wystąpienia zapalenia przyzębia*

KROK 2: WZMOCNIJ CODZIENNĄ HIGIENĘ JAMY USTNEJ

Czysta i zdrowa jama ustna wymaga troski oraz przestrzegania podstawowych zasad higieny, które obejmują regularne wizyty u lekarza dentysty i 3 kroki w codziennej pielęgnacji zębów i dziąseł: szczotkowanie, nitkowanie i płukanie jamy ustnej płynem LISTERINE®.

SZCZOTKUJ  **2x** DZIENNIE

+

NITKUJ  CODZIENNIE

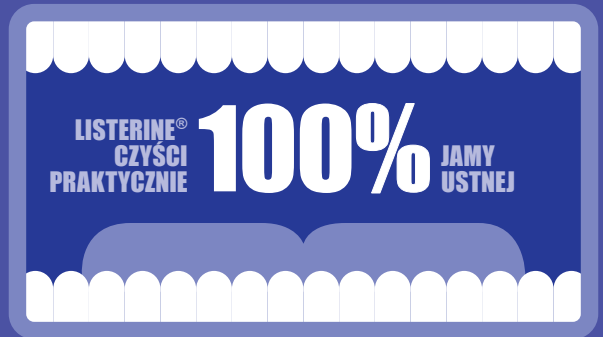
+

PŁUCZ
JAMĘ
USTNĄ  **2x** DZIENNIE

KROK 3: ZOBACZ EFEKTY

Jeśli stosujesz LISTERINE®, to nie tylko zyskujesz pewność, że usuwasz aż do 99% bakterii**, ale także zyskujesz czystsza i zdrowszą jamę ustną, w porównaniu z samym szczotkowaniem i nitkowaniem zębów.³

SZCZOTKOWANIE
I NITKOWANIE
CZYŚCI **25%** POWIERZCHNI
W JAMIE USTNEJ⁴



FAKT:
**PACJENCI, KTÓRZY STOSUJĄ LISTERINE®
MAJĄ MNIJĘ PŁYTKI NAZĘBNEJ PO 6 MIESIĄCACH
- NAWET W TRUDNO DOSTĘPNYCH MIEJSCACH
JAMY USTNEJ.⁵**

*Płyn do płukania jamy ustnej LISTERINE® nie jest wskazany do leczenia chorób zapalnych przyzębia.

**W uzupełnieniu szczotkowania w testach in vitro.

***LAE - chlorowodorek estru etylowego lauroiloargininy.

Piśmiennictwo: 1. Marcénes W, Kassebaum NJ, Bernabé E, et al. Global burden of oral conditions in 1990-2010: a systematic analysis. J Dent Res. 2013;92(7):592-597. 2. Coventry J, Griffiths G, Scully C, Tonetti M. ABC of oral health: periodontal disease. BMJ. 2000;321(7252):36-39. 3. Data on file. Johnson & Johnson Consumer Inc. 4. Kerr WJS, Kelly J, Geddes DAM. The areas of various surfaces in the human mouth from nine years to adulthood. J Dent Res. 1991;70(12):1528-1530. 5. Araujo MWB, Charles CA, Weinstein RB, et al. Meta-analysis of the effect of an essential oil-containing mouthrinse on gingivitis and plaque. J Am Dent Assoc. 2015;146(6):610-622 and/or post hoc analyses of data. 6. Ocena stanu zdrowia jamy ustnej i jego uwarunkowań w populacji polskiej w wieku 35-44 i 65-74 lat - Badania epidemiologiczne wykonane w 2013 roku w ramach programu polityki zdrowotnej pn.: „Monitorowanie stanu zdrowia jamy ustnej populacji polskiej w latach 2013-2015”, Ministerstwo Zdrowia; <http://www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/programy-zdrowotne/wykaz-programow/monitorowanie-stanu-zdrowia-jamy-ustnej-populacji-polskiej-w-latach-2013-2015/>. 7. Wyniki badań epidemiologicznych prowadzonych w ramach programu „Monitoring Zdrowia Jamy Ustnej” w 2010 roku, Ministerstwo Zdrowia; http://www.mz.gov.pl/wp-content/uploads/2014/11/wynik_bada_mat_2010.pdf.