

דף הבית / מאמרים רפואיים מקצועיים / רפואת שיניים / הידעתם? חניכיים בריאות הן הבסיס לשיניים חזקות ופה בריא

## הידעתם? חניכיים בריאות הן הבסיס לשיניים חזקות ופה בריא

(2) [ליבו](#) [תוכן מקודם](#)

מחלות חניכיים הן נפוצות מאוד, וללא טיפול מוקדם הן עלולות ליצור נזקים חמורים. לכן, אם אתם סובלים מדימום או מנפיחות בחניכיים או מריח רע מהפה, גשו מיד לרופא חניכיים

תאריך פרסום: 04/02/2022

**מאת: חיוך ראשון - המרכז לטיפול שיניים**  
בית רופאים

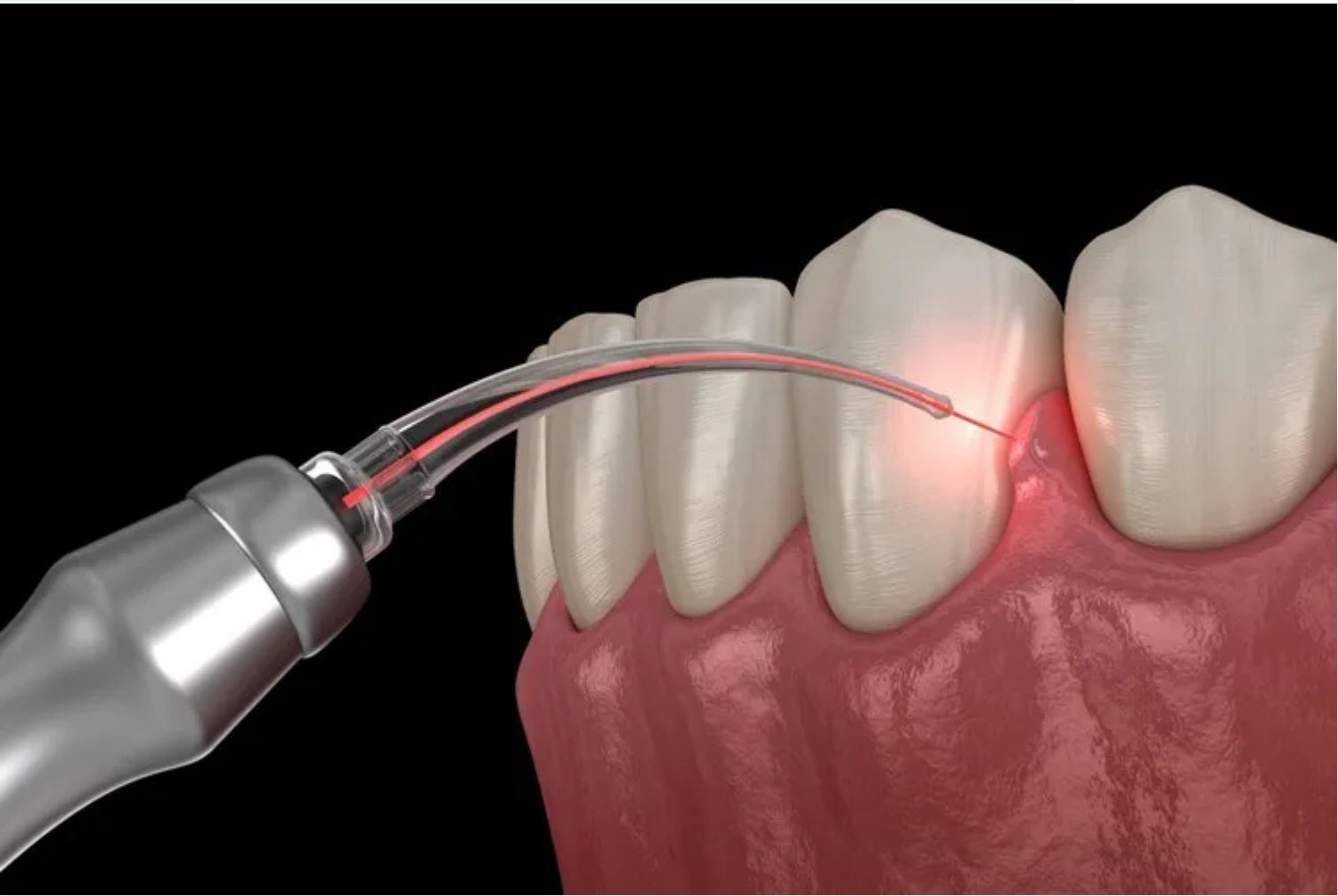
**053-9346864**  
(מספר מקשר)

מחקר שבוצע לאחרונה בארצות הברית הראה שכמחצית מהאוכלוסייה מעל גיל 30 סובלת ממחלת חניכיים. מתוכם, כעשרה אחוזים סובלים ממחלת חניכיים חמורה. למרות שמדובר במחלה נפוצה ושגרתית, אסור להתעלם מהתסמינים שלה, משום שללא טיפול היא עלולה לגרום לפגיעה ביציבות השיניים, לנוקם חמורים לבריאות הפה ולבעיות חמורות בשתלים.

לכן, ברגע שמופיעים תסמינים שונים של מחלת חניכיים, כמו דימום מהחניכיים, נפיחות שלהן, או ריח רע מהפה שאינו עובר בצחצוח, כדאי לגשת מיד ולהיבדק אצל רופא שיניים המתמחה בבריאות חניכיים ("רופא חניכיים").

### מדוע חשוב לזהות דלקת חניכיים מוקדם ככל שניתן?

בדומה למחלות אחרות, ככל שמאבחים מחלת חניכיים מוקדם יותר, כך ניתן למנוע נזקים כמו ספיגה של העצם המחזיקה את השיניים, ובמקרים חמורים אף אובדן שיניים. מכאן, שזיהוי מוקדם וטיפול בדלקת חניכיים כבר בשלביה הראשונים הם הבסיס להגנה על חוזק השיניים בפרט ועל בריאות הפה בכלל.



### מהו "כיס" בחניכיים ולאילו נזקים הוא עלול לגרום?

כאשר מדברים על "כיס" בחניכיים, הכוונה היא למרווח שנוצר לעתים בין החניכיים לבין השן. אצל אנשים הסובלים ממחלת חניכיים, הכיס הופך עם הזמן לעמוק יותר ונוצר מקום שבתוכו אוכלוסיית החיידקים יכולה להתרבות ולשגשג. הצטברות החיידקים בתוך ה"כיס" מגבירה את הדלקת ומעוררת את מערכת החיסון, וזו, בתגובה, שולחת תאי דם לבנים רבים לאזור.

ללא טיפול, הפעולה החוזרת ונשנית של מערכת החיסון מביאה בסופו של דבר לספיגה של העצם ולאובדן הבסיס היציב של השן בתוך החניכיים. ככל שהמצב מתחריף וככל שספיגת העצם מחמירה, נוצרת גם סכנה לאובדן שיניים, באין יותר עצם שתחזיק אותן במקומן.

### מדוע יש לבצע מעקב קבוע אחר "כיסים" בחניכיים?

לא כל כיס בחניכיים דורש טיפול, אך חשוב להקפיד על מעקב שגרתי אצל רופא חניכיים מרגע שמתגלה כיס כזה. הרופא בודק מהו עומקו של הכיס, משום שהעומק מהווה אינדיקציה לחומרת המצב. כיסים בעומק של עד 3 מילימטרים נחשבים לתקינים ואינם דורשים טיפול, אך כיסים בעומק של 6-7 מילימטרים יכולים להצביע על מחלת חניכיים חמורה שעלולה, כאמור, להסתים באובדן השיניים אם לא תסופל בזמן. לכן, מעקב שגרתי אחרי כיסי החניכיים מסייע באיתור מוקדם של מחלת חניכיים.

### כיצד ביקור קבוע אצל שיננית מסייע במניעת חזרתן של מחלות חניכיים?

האבנית המצטברת על השן היא מצע מחוספס שנצמד לפני השטח של השן ונוטה לצבור חיידקים. החיידקים גורמים לפעילות יתר של מערכת החיסון ובעקבות כך לספיגת העצם ולאובדן שיניים. הדרך הטובה ביותר למנוע את הצטברות האבנית והחיידקים על השיניים ואת הסכנה שמחלת החניכיים תחזור, היא טיפול שגרתי קבוע אצל שיננית לצורך הסרת האבנית.



### מדוע מצב החניכיים הוא קריטי להיקלטותם של שתלים?

היסטוריה של מחלת חניכיים, ובמיוחד מחלת חניכיים שאינה מטופלת, היא גורם מרכזי להיווצרותן של בעיות בשתלים. לכן, חשוב לייצב את מחלת החניכיים לפני התקנת השתלים. כמו כן, צריך לזכור ששתלים דורשים תחזוקה. חוסר תחזוקה הוא בין הגורמים המרכזיים למחלות חניכיים ולכשלון השתלים. לכן, למטופלים עם שתלים מומלץ להגיע לפגישת תחזוקה אצל השיננית אחת לשלושה חודשים.

### מה הם הגורמים לדלקת חניכיים?

הגורמים המרכזיים שמשפיעים על בריאות החניכיים ומביאים להתפתחות דלקות הם היגיינת פה לקויה, עישון והימנעות מטיפולים קבועים אצל שיננית.

### מהי הקצצת שורשים ומהם שלבי הטיפול במחלות חניכיים?

"הקצצת שורשים" הוא טיפול שמבצע מומחה החניכיים כדי לסלק את משקעי החיידקים גם מהכיסים העמוקים ביותר. הטיפול הזה משלים ניקוי אצל שיננית ומבוצע רק אחת לשנתיים.

בשלב הראשון, רופא החניכיים אוסף נתונים על הפה שלכם כדי לאבחן אם אתם אכן סובלים ממחלת חניכיים, או שהתסמינים מעידים על מחלה אחרת. לאחר שאובחנה מחלת החניכיים, מתחיל החלק הראשון של הטיפול, שמטרתו לטפל בדלקת שנוצרה. בשלב זה מטירים את רובד החיידקים והמשקעים שהצטבר על פני השטח של השן ויצרו את הדלקת.

בחלק השני, כחודשיים לאחר הטיפול הראשון, מגיעים לבדיקת מעקב נוספת אצל רופא החניכיים ואז, בהתאם למצב החניכיים, נקבעת תכנית הטיפול בהמשך, כולל מעקבים קבועים וכל טיפול נוסף שיש לבצע כדי לתקן את הנוקם שמחלת החניכיים גרמה.

### מדוע יש לחזור על הקצצת שורשים אחת לכמה שנים?

מחלת חניכיים היא מחלה כרונית שאף פעם אינה עוברת לגמרי. בדומה למחלות כרוניות אחרות, מטרת הטיפול היא לא לרפא את המטופל מן המחלה, אלא לייצב את מצבו. לכן, רק הקפדה על פגישות ביקורת קבועות אצל מומחה החניכיים וטיפולים קבועים אצל השיננית יבטיחו שיציבות מצב החניכיים תישמר לאורך זמן.

### כיצד הפסקת עישון משפיעה על מצב החניכיים?

העישון מעלה את הסיכון להתקדמות והחרפה של מחלת חניכיים עד פי 5 לעומת אנשים שאינם מעשנים. בנוסף, מטופלים מעשנים מגיבים פחות טוב לטיפול חניכיים ותוצאות הטיפול שלהם מוצלחות פחות.

לעומת זאת, הפסקת עישון, גם אם נעשתה בסמוך לתחילת הטיפול בחניכיים, משפרת את התגובה של המטופל לטיפול באופן משמעותי. מכאן, שהפסקת עישון היא קריטית לא רק למניעת מחלות חניכיים, אלא גם להצלחת הטיפול במחלות אלו ולשמירה על יציבות החניכיים לאורך זמן.

### מהי הדרך המומלצת ביותר לשמירה על היגיינת פה כאשר סובלים ממחלות חניכיים?

אדם הסובל ממחלת חניכיים צריך להתאים את אביזרי הניקוי לפי גודל המרווח בין השיניים. לכן, המברשות הבין-שיניות הן היעילות ביותר, משום שהן מאפשרות ניקוי יסודי יותר, ועבור רב המטופלים הן גם נוחות יותר לשימוש.

**מרפאת חיוך ראשון היא מרפאת מומחים המעניקה את כל סוגי טיפולי השיניים ובריאות הפה במקום אחד**