

A magyar lakosság italfogyasztási szokásai és azok hatása a szájhigiénére

Hadar Vanessza¹, Ghanem Amr Sayed^{1,2}

¹Debreceni Egyetem Egészségtudományi Kar

²ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-0593-0188>

Kulcsszavak: dohányzás, fogszuvasodás, italfogyasztás, ínyvérzés, szájüregi egészség

Magyarországon a felnőtt lakosság körében kiemelkedően magas a fogszuvasodás és más stomatológiai megbetegedések előfordulása.

Az idősödő társadalom egyik legfontosabb kihívása az életminőség és az önállóság minél hosszabb ideig történő megőrzése, ennek alapvető eleme a szájüregi egészség fenntartása. A foghiány, a fájdalommal járó ínybetegségek és a rágási nehézségek időskorban egészségügyi, és szociális problémát is jelentenek. Országos felmérések szerint a 65 év felettiek több mint 40%-ának hiányzik legalább 10 foga, és minden ötödik idős ember teljes fogsorhiánnyal él. Ezek az arányok az Európai Unió országai között is a legmagasabbak közé tartoznak. Kialakulásukban jelentős szerepet játszanak a magas cukor- és szénsavas italok fogyasztása, a dohányzás, a túlzott alkoholfogyasztás. Jelen tanulmány célja annak feltárása volt, hogy az italfogyasztás és egyéb életmódbeli tényezők milyen hatást gyakorolnak a felnőtt magyar lakosság szájüregi egészségére.

Az elemzés alapját a 2019-ben végzett, országosan reprezentatív, keresztmetszeti Európai Lakossági Egészségfelmérés magyar adatbázisa képezte. A szájüregi egészségre, az italfogyasztási szokásokra, a dohányzásra, az alkoholfogyasztásra és a szociodemográfiai jellemzőkre vonatkozó információk önbevalláson alapultak. Az összefüggések feltárására többszörös logisztikus regressziós elemzést alkalmaztunk.

A 5425 felnőtt bevonásával végzett elemzésben a magasabb tejtermékfogyasztás alacsonyabb ínyvérzéssel (esélyhányados, EH = 0,76; 95%-os megbízhatósági tartomány, MT: 0,59–0,96) és kevesebb hiányzó foggal járt együtt. A heti friss gyümölcsle fogyasztás csökkentette az ínyvérzés és a foghiány esélyét. A napi szénsavas üdítő fogyasztás magasabb ínyvérzéssel (EH = 1,94; 95%-os MT: 1,53–2,47), fogszuvasodással és kedvezőtlen önértékelt szájüregi egészséggel társult. A heti 1–4 alkalommal történő alkoholfogyasztás növelte az ínyvérzés (EH = 1,38; 95%-os MT: 1,07–1,77) esélyét. A dohányzás fokozta a fogszuvasodás (EH = 1,42; 95%-os MT: 1,21–1,66) és a foghiány kockázatát.

A lakosság szájüregi egészségének javítása érdekében elengedhetetlen az egészséges táplálkozási szokások ösztönzése, tejtermékek, friss zöldségek, gyümölcsök és gyümölcslevek fogyasztásának növelése, a cukrozott és savas italok bevitelének csökkentése, a dohány- és alkoholfogyasztás visszaszorítása. A rendszeres fogászati szűrővizsgálat és a fogpótlások ellenőrzése kiemelt fontosságú, így a komplex, több tényezőt érintő megközelítés minden társadalmi és demográfiai csoport számára hatékony eszközt jelenthet a szájüregi megbetegedések megelőzésében és a hosszú távú egészségmegőrzésben.

Támogatás

A KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS MINISZTERIUM EKÖP-25-2-DE-307 KÓDSZÁMÚ EGYETEMI KUTATÓI ÖSZTÖNDÍJ PROGRAMJÁNAK A NEMZETI KUTATÁSI, FEJLESZTÉSI ÉS INNOVÁCIÓS ALAPBÓL FINANSZÍROZOTT SZAKMAI TÁMOGATÁSÁVAL KÉSZÜLT