|  |  |
| --- | --- |
|  | **MINISTERUL SĂNĂTĂŢII**  **DIRECŢIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A JUDEŢULUI CLUJ**  **Cluj-Napoca, 400158, Str. Constanţa nr. 5, etaj I;**  **Telefon: 0040 - 264-433645; Fax: 0040 - 264-530388;**  **Web : www.dspcluj.ro; E-mail :** [**dspj.cluj@dspcluj.ro**](mailto:dspj.cluj@dspcluj.ro)  **Nr inreg.** |

**Către mass media locală,**

**Alăturat vă trimitem un material referitor la Ziua Mondială a Sănătăţii Orale , pe care vă rugăm să-l publicaţi în ziarul Dumneavoastră sau să-l difuzaţi în emisiunile Dumneavoastră, având in vedere importanta informării populaţiei cu privire la aceasta temă.**

Ziua Mondială a Sănătăţii Orale este marcată în fiecare an pe data de 20 martie, sloganul de anul acesta fiind:

**Spune: Aaa! Acţionează pentru sănătatea orală!**

Cu această ocazie se promovează în lumea întregă importanţa igienei orale pentru întregul organism şi sunt menţionate beneficiile unei sănătăţi orale foarte bune.

Cariile dentare şi boala peridontală reprezintă la ora actuală cele mai frecvente boli în întreaga lume, 90% din populatie avand astfel de afectiuni.

Larga răspândire a acestor boli este în strânsă corelaţie cu stilul de viaţă şi în special cu un consum crescut de zahăr, alcool şi tutun dar şi cu o igienă orală deficitară.

În plus, afecţiunile orale depind în mod semnificativ şi de atitudinea faţă de starea de sănătate. Acest lucru este la rândul său strâns legat de factorii socio-economici, cum ar fi educaţia şi veniturile.

**Factorii de risc** pentru aceste afecţiuni:

- igiena orală deficitară şi lipsa vizitelor regulate la medicul dentist se asociază cu afecţiuni gingivale şi carii dentare.

**-** dieta bogată în zahăr şi grăsimi şi săracă în fibre, vitamine şi minerale esenţiale se asociază cu carii dentare şi pierderea prematură a dinţilor.

- fumatul este implicat în numeroase afecţiuni incluzând cancerul oro-faringian, afecţiuni periodontale şi a altor ţesuturi din cavitatea bucală, pierderea dinţilor.

- consumul excesiv de alcoolcreşte riscul apariţiei cancerului cavităţii bucale**.**

- neutilizarea echipamentelor de protectie adecvată în timpul practicării anumitor sporturi sau a utilizării vehiculelor cu motor poate fi cauza unor traumatisme faciale.

Pentru **prevenirea** afecţiunilor oro-dentare se recomandă:

- scăderea consumului de zahar din alimentţie

- nutritie echilibrată

- consum de fructe şi legume

- renunţarea la fumat

- reducerea consumului de alcool

- asigurarea unui nivel scăzut, dar constant de fluor în cavitatea bucală. Fluorul poate fi obţinut din apa de băut, sare, lapte, apă de gură sau pastă de dinţi fluorizată precum şi prin aplicarea profesională de fluor de catre medicul dentist.

**Cu consideraţie,**

**DIRECTOR EXECUTIV**

**Dr. MIHAI MOISESCU- GOIA**