

# أسنانك تؤثر سلبياً على صحتك

ستتفاجأ عندما تعرف العلاقة بين صحة فمك وصحتك العامة، فلديهما ارتباطاً وثيقاً يتلخّص بمعرفة أنّ صحة الفم ترتبط بمرض السكري، وأمراض القلب، والسرطان، وأكثر من ذلك.

رعاية أسنانك لا تعني فقط الحصول على ابتسامة لطيفة والتنفس لطيف. فقد وجدت بحوث عدة أجريت مؤخراً عدداً من الروابط بين صحة الفم والأسنان والصحة العامة. على الرغم من أنّ طبيعة هذا الارتباط لا تزال غير واضحة، على الباحثين إجراء العديد من الاختبارات للتأكد إن كانت الروابط بينهما سببية أو مترابطة.

## صحة الفم ومرض السكري

يعرف الأطباء منذ سنوات أنّ "مرض السكري 2" لديها زيادة في أمراض اللثة. في تموز 2008 تم تسليط الضوء على رابط أبعد من ذلك: على إثرها تابع الباحثون في كلية ميلمان للصحة العامة في جامعة كولومبيا، 9296 مشاركاً غير مصابين بمرض السكري، وقاموا بقياس مستوى بكتيريا اللثة لديهم خلال الـ 20 سنة الماضية.

وأوضح ريان ديمر البروفسور والباحث في قسم علم الأوبئة في كلية ميلمان: "لقد وجدنا أنّ الأشخاص الذين لديهم مستويات عالية من أمراض اللثة لديهم مخاطر كبرى بالإصابة بـ "مرض السكري 2" مقارنة مع الأشخاص الذين يعانون من مستويات منخفضة من أمراض اللثة".

## صحة الفم وأمراض القلب

كما هي الحال مع مرض السكري، لقد تم التعرف على العلاقة بين ضعف صحة الفم والحالات القلبية الوعائية - وهما غالباً ما يتواجدان معاً - لكن الرابط ما زال لم يتحدد بشكل قاطع خصوصاً لم يتم التأكيد على وجود أو عدم وجود علاقة سببية مباشرة بينهما. (وهناك عدداً من العوامل التي يؤدي إلى الخطر- مثل التدخين والشيخوخة - التي يمكن أن تؤدي على حد سواء لأمراض اللثة وأمراض القلب).

ومع ذلك، أُجريت دراسة عام 2005 بتمويل من المعاهد الوطنية للصحة، على 1056 شخصاً تم اختيارهم عشوائياً، والأهم أنهم لم يعانون سابقاً من نوبات قلبية، وجرى تقييم حالتهم الصحية لمعرفة مستويات بكتيريا اللثة لديهم. وبعد إزالة آثار عوامل الخطر الأخرى

من العمر، والجنس، والتدخين، فقد وجد الباحثون أن "هناك علاقة مستقلة بين أمراض اللثة وأمراض القلب، ويقول الدكتور مويز، أستاذ مشارك في علم الأوبئة في كلية ميلمان والمؤلف الرئيسي للدراسة: "إحدى النظريات حول لماذا قد يحدث هذا، هي أن كميات صغيرة من البكتيريا تدخل مجرى الدم عند عملية المضغ. البكتيريا "السيئة" من فم ملتهب قد تدخل إلى الأوعية الدموية، الأمر الذي يسبب انسداد خطير في نهاية المطاف. ولتعزيز هذه النظرية واعتبارها حقيقة هو أن "عندما نظر العلماء في الأوعية الدموية وجدوا تصلبًا في الشرايين، كما وجدوا في بعض الأحيان أجزاء من بكتيريا اللثة.

وفي الوقت نفسه، نشرت دراسة في مجلة "إنكلترا الجديدة للطب" عام 2007 أن "العلاج القاسي لأمراض اللثة يقلل من حدوث تصلب الشرايين في غضون ستة أشهر.