

A cura del Dott. Aurelio Cazzaniga
 Medico Chirurgo Dentista
 Specialista in Chirurgia Generale
 Direttore Sanitario della Struttura

STUDI DENTISTICI

ALITOSI. COME COMBATTERE L'ALITO CATTIVO

La **Bromopnea**, termine scientifico dell'alitosi, è una condizione che si manifesta con l'emissione di odore sgradevole attraverso la respirazione e la fonazione. È un disturbo molto comune che può colpire soggetti di qualsiasi sesso ed età. Spesso è transitorio e di facile risoluzione, con una attenta igiene orale. Quando si cronicizza il disturbo, è difficile da gestire perché può interessare anche altri organi e funzioni. È un problema che ha risvolti sociali perché provoca ansia ed imbarazzo in chi ne è colpito e può provocare anche una grave compromissione della vita sociale di una persona. Le cause sono diverse e di varia natura. Nella maggior parte dei casi è dovuta ad una insufficiente igiene orale che permette ai germi anaerobi presenti nel cavo orale di trasformare la placca in sostanze maleodoranti come il solfuro di idrogeno ed il metilmercaptano. Anche la **carie** può essere causa dell'alito cattivo.. il dente cariato può produrre odore a causa della sua decomposizione. Alcuni cibi piccanti possono causare alito cattivo, come cipolle ed aglio che contengono composti volatili dello zolfo o latte, formaggi e pesce perché ricchi di proteine. Il ruolo della saliva è importante perché è fondamentale nella detersione del cavo orale e del mantenimento della salute. Essa apporta ossigeno nel cavo orale che contrasta la flora batterica anaerobica, che vive in assenza di ossigeno.. per cui quando si riduce il flusso salivare si creano le condizioni che favoriscono lo sviluppo del cattivo odore. Ci sono altre diverse cause, non legate al cavo orale che possono causare alitosi. Come disturbi dell'apparato digerente come il reflusso gastroesofageo, dell'apparato respiratorio come le tonsilliti e le sinusiti, e malattie sistemiche quali il diabete o le disfunzioni epato renali. Queste patologie tuttavia rappresentano solo il 10-15 % delle cause. La nostra attenzione deve dunque essere posta al cavo orale.

La **cattiva igiene orale** è la causa principale e i pazienti, che sono restii ad ammettere di eseguire una corretta igiene orale quotidiana, devono essere educati all'uso corretto dello spazzolamento dentale, dell'impiego del filo interdentale ed anche dello

spazzolino linguale per pulire la parte posteriore della lingua sede dell'insediamento batterico. Fra le malattie del cavo orale che possono causare alitosi la cosiddetta **piorrea** è la causa principale. L'impiego di collutori da solo un sollievo momentaneo.

La **corretta igiene orale** è, dunque, la condizione principale per combattere l'alito cattivo.

Ed in particolare si **consiglia**: -Spazzolare denti dopo ogni pasto; -Spazzolare in profondità il fondo della lingua con lo specifico pulisci lingua per pulire meglio il terzo posteriore della lingua; -Utilizzare il filo interdentale o meglio gli scovolini interdentali ancora più efficaci e maneggevoli; -Uso regolare di un buon collutorio.

Suggerimenti per mantenere un alito fresco: - Limitare il consumo di cibi oramai riconosciuti come causa di alitosi.

Oltre a cibi come aglio, cipolla e cavolfiore, bisogna non eccedere in cibi proteici come carni e formaggi che contengono aminoacidi solforati; -Favorire una alimentazione a base di frutta e verdura; -Ridurre l'uso dell'alcol che provoca disidratazione del cavo orale favorendo lo sviluppo dei batteri che provocano alitosi; -Ridurre il fumo; -Evitare la bocca secca, bere costantemente lungo tutta la giornata (ciò favorisce la produzione di saliva); -Masticare caramelle o zucchero, in modo da stimolare la produzione di saliva.

I **collutori** eliminano temporaneamente o riducono l'alitosi, ma non la curano. Utilizzare collutori che contengono clorexidina e cetilpiridiniocloruro che riducono la carica batterica. Evitare i collutori che contengono alcol che provocano secchezza della bocca e, quindi, essere corresponsabili dell'alitosi.

Non esistono **farmaci** che curano l'alitosi!

Alitofobia:

L'alitofobia è una condizione su base psicopatologica in cui il soggetto lamenta di soffrire di alito cattivo. Tali pazienti non vogliono riconoscere l'origine psicologica del proprio disturbo e rifiutano pertan-

to ogni sostegno psicologico. Bisogna usare molto tatto con tali persone e offrire ogni supporto perché si convincano di farsi assistere.

L'alitosi nei bambini:

L'alitosi nei bambini è determinata da cause in parte uguali ed in parte diverse da quella degli adulti. Molte mamme osservano la comparsa dell'alito cattivo soprattutto al risveglio del bambino. Durante la notte la produzione di saliva diminuisce e con essa la capacità di detergere la bocca dai microrganismi. Dopo aver bevuto e fatta colazione, tutto ritorna normale.

Cattiva Igiene Orale:

È anche nei bambini la causa più frequente. I denti decidui nascono dal primo fino al terzo anno di vita e, una volta in arcata, devono essere trattati come gli altri, provvedendo alla loro pulizia. E' un bene riuscire a pulire anche la lingua.

Alitosi e dentizione:

L'alitosi è causata da alcuni ceppi di batteri che disgregano nel cavo orale le proteine del cibo, della

saliva di eventuale muco e liberano gas responsabili del cattivo odore

Malattie delle vie respiratorie:

Sono frequenti nei bambini piccoli. L'alitosi in questi casi dipende dall'eccesso di muco causato da raffreddori, mal di gola e tonsilliti la cui decomposizione batterica provoca l'alito cattivo.

Alitosi ed acetone:

L'acetonemia o chetosi, comunemente conosciute con il nome di acetone, riguarda i bambini fino ai 10 anni. Non è una malattia ma ne accompagna alcune caratterizzate dagli zuccheri che vengono bruciati velocemente.

Alitosi e problemi intestinali:

Stitichezza e gastroenteriti derivano dall'assorbimento del sangue di gas prodotti nell'organismo e che vengono poi eliminati con la respirazione. Il trattamento consiste nel cambiare alimentazione preferendo frutta e verdura e cibi ricchi di fibre.

VISITA IL NOSTRO SITO
E SCOPRI TUTTI I VANTAGGI

WWW.DENTALMEDICALSERVICE.COM

FIDITALIA
Soluzioni Finanziarie

**INIZI A PAGARE FRA 3 MESI
FINANZIAMENTI PERSONALIZZATI**

PRESTAZIONI GRATUITE

- VISITA
- PIANO DI CURA
- RADIOGRAFIA PANORAMICA (se necessaria e ad uso interno)
- ABLAZIONE TARTARO (semplice)
CON TRATTAMENTO SMACCHIANTE
(1 seduta/anno)

CONVENZIONATI CON



LE
NOSTRE
SEDI

MILANO
ZONA BAGGIO
VIA VALLE ANZASCA 1
TEL 02/48915157

CESANO BOSCONI
VIA PASCOLI 8
TEL 02/4500566

CERCHIATE DI PERO
PIAZZA ROMA 4
TEL 02/33911331

DENTALCARE@LIBERO.IT