

# Informovanost rodičů dětí do 10 let o péči o chrup aneb možnosti ambulantní praxe

Mgr. Lucie Chrudimská, DiS.<sup>1</sup>, Mgr. Iveta Černožorská<sup>2</sup>, Bc. Věra Kratochvílová<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakulta zdravotnických studií, Univerzita Pardubice

<sup>2</sup>Zubní centrum DentPra, Pardubice

Správná péče o chrup je klíčová pro zachování orálního zdraví jedince. Tyto návyky je třeba pěstovat již od dětství. Jsou to hlavně rodiče dětí, kdo se podílí na vytváření stereotypů člověka, proto je velmi důležité, aby byli o této problematice dostatečně informováni. Cílem příspěvku je informovat o průzkumném šetření, které bylo realizováno s cílem zjistit informovanost rodičů dětí do 10 let a poukázat na to, kde je třeba věnovat tomuto tématu více pozornosti. Preventivní péče o chrup je součástí běžné praxe stomatologické, současně je ale v této oblasti významná i podpora ze strany pediatriů a dětských sester v primární péči v rámci všeobecně preventivních prohlídek.

**Klíčová slova:** informovanost, péče o chrup u dětí, pediatrie, rodiče.

## Knowledges parents of children to ten years about care about teeth or possibility of ambulatory practise

Proper dental care is crucial for maintaining oral health. It is necessary to support these habits since childhood. These are the parents who are mainly involved in the formation of stereotypes, so it is very important that parents are sufficiently informed about this issue. The aim of the research was to explore the level of awareness of parents of children up to 10 years and pointed out that it is necessary to pay more attention on this topic. Pediatricians should be in charge of this area of care and should not underestimate early prevention.

**Key words:** awareness, children dental care, pediatry, parents.

## Úvod

Péče o chrup je mocnou zbraní v neustálém boji s patologickou mikroflórou dutiny ústní. Je významným pilířem nejen v boji proti zubnímu kazu, ale i pro celkové zdraví dutiny ústní. Zároveň je také prevencí závažnějších onemocnění celého lidského organismu, která mohou vznikat na podkladě přítomnosti patologických mikroorganismů nebo působení produktů jejich metabolismu v ústech.

Jen správná technika čištění, vhodné zvolené pomůcky a zodpovědný přístup je cestou k efektivní péči o dutinu ústní. Návyky důkladně prováděné ústní hygieny je zapotřebí pěstovat již od útlého dětství, neboť celoživotní hygienické

návyky se utvářejí již od batolecího věku dítěte (1). Výchova dítěte k orálnímu zdraví je zejména v rukách jeho rodičů, avšak ne všichni mají zodpovědný přístup a dostatek informací nezbytných ke správné péči. Zubní kaz v dětství, zejména ECC (early childhood caries), je v současné době považován za výsledek nedostatečné péče o dítě (2).

Zubní kaz u dětí je v České republice nejčastějším chronickým onemocněním (3). Podle posledních studií je zaznamenán mírný pokles nových kariézních lézí u předškolních dětí oproti 90. letům 20. století, tato čísla však nedosahují výsledků mnoha zemí, které jsou v úrovni dentální hygieny, a tím i v boji proti zubnímu kazu,

daleko před námi (4). Z Analýzy orálního zdraví vybraných věkových skupin obyvatel ČR z roku 2003 plyne, že pouze 42 % pětiletých dětí mělo intaktní dočasný chrup, 46 % aktuálně potřebovalo ošetření a 12 % dětí mělo zkažené zuby již ošetřeno. Ve věkové skupině dětí do 12 let jsou čísla bohužel ještě vyšší. Intaktní stálý chrup mělo pouze 24 % dětí (5). Z našeho průzkumného šetření vyplynulo, že dokonce 59 % dětí ve věku do 10 let nemá intaktní chrup (viz obr. 1).

Zubní kaz je zcela preventabilní infekční onemocnění, kterému lze kvalitní péčí podloženou správnými informacemi předcházet nebo ho alespoň významně redukovat. Bohužel se však



KORESPONDENČNÍ ADRESA AUTORA: Mgr. Lucie Chrudimská, DiS., Lucie.Chrudimska@upce.cz  
Fakulta zdravotnických studií Univerzita Pardubice  
Průmyslová 335, 532 10 Pardubice

Cit. zkr: *Pediatr. praxi.* 2019; 20(1): 42–45  
Článek přijat redakcí: 23. 7. 2018  
Článek přijat k publikaci: 23. 10. 2018

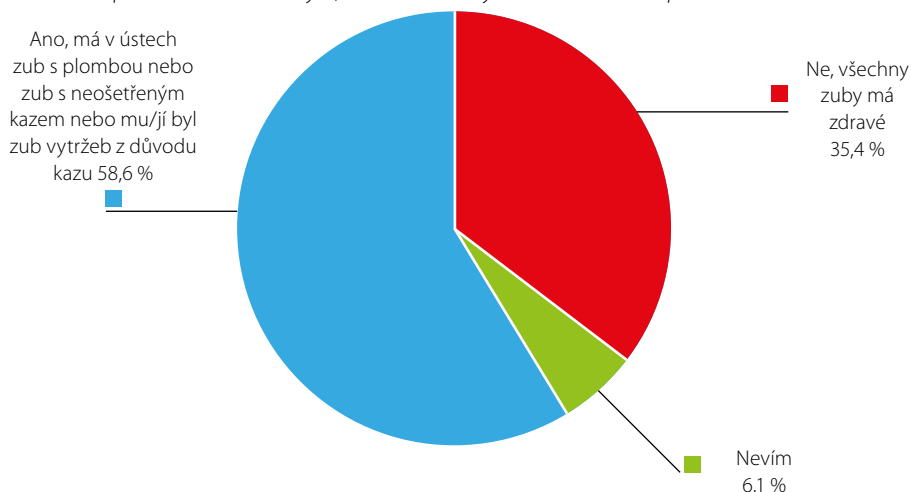
stále mnoho rodičů domnívá, že kvalita a odolnost chrupu je podmíněna pouze geneticky, a tudíž se nedá vlastním přístupem nijak ovlivnit. Z průzkumu společnosti Procter & Gamble (6) plyne, že pouze 25 % respondentů se nedomnívá, že je kazivost zubů dědičná a péče o chrup na ni nemá vliv. Dále je dosud zakořeněn názor, že dočasný chrup není potřebný, neboť setrvává v ústech krátkou dobu. Průzkum společnosti Procter & Gamble uvádí, že 30 % respondentů považuje zubní kaz v mléčném chrupu za normální jev a nepovažuje ho za problém, protože mléčné zuby stejně vypadnou. Stále je tedy třeba upozorňovat rodiče na to, že se v tomto často šíří mezi laiky mylné informace. Časné zubní kazy v dočasném chrupu jsou zdrojem infekce a mohou poškodit zárodky stálých zubů. Přítomnost infekce v dutině ústní také může negativně ovlivňovat celkové zdraví jedince. V neposlední řadě je třeba zmínit, že rodiče stále věří, že i malé dítě je schopno postarat se o svůj chrup samo a často následky nesprávné péče o dětský chrup nedávají za vinu sobě samotným. Za stav chrupu svých dětí jsou zodpovědní, stejně jako za celkové zdraví dítěte, rodiče. Mylný přístup a představy o orální hygieně se dědí z generace na generaci.

Základem péče o dětský chrup jsou bezesporu správné informace. Je na místě systematicky zvyšovat povědomí rodičů dětí o zásadách správné péče o chrup a důležitosti preventivních prohlídek. Dále je třeba rodičům neustále zdůrazňovat, že návyky, které jejich děti získají v dětství, je budou provázet po celý život. V Tab. 1 je uveden přehled základních zásad péče o chrup a dutinu ústní u dětí do 10 let.

MZČR v národním programu Zdraví pro všechny v 21. století (ZDRAVÍ 21), vycházejícího z programu WHO, stanovila cíl 8,5, na základě kterého by v roce 2020 mělo mít 80 % šestiletých dětí intaktní dentici (7). Bez navýšení preventivních programů a lepší osvěty rodičů tohoto cíle dosáhneme jen velmi těžko.

Hlavním zdrojem informací v dané problematice by měl být bezesporu stomatolog společně s dentální hygienistkou. Pediatři a dětské sestry praktikující v primární pediatrické péči na základě vyhlášky 317/2016 Sb. o preventivních prohlídkách (dříve 70/2012 Sb.) realizují všeobecné preventivní prohlídky u dětí zaměřené i na vývoj chrupu, hygienu DÚ a stav chrupu a potřebná poučení rodiče dle věku dítěte (8). Hlavním záměrem tohoto příspěvku je předat

**Obř. 1.** Graf poměru dětí s ošetřeným, nebo neošetřeným a intaktním chrupem



**Tab. 1.** Přehled základních zásad péče o chrup a dutinu ústní u dětí do 10 let (autor: Lucie Chrudimská)

Přehled základních zásad péče o chrup a dutinu ústní u dětí do 10 let aneb co by měl rodič vědět:
<b>O dutinu ústní dítěte je vhodné pečovat již před prořezáním prvního zuby</b> – dásně otírat vlhkou gázou nebo bavlněnou plenkou (prevence plísňových onemocnění a zvykání dítěte na pravidelnou péči).
<b>Po prořezání zubů je bezpodmínečně nutné zahájit pravidelnou péči</b> – o zuby pečovat vlhkou gázou, bavlněnou plenkou, prstovým kartáčkem nebo dětským zubním kartáčkem. I v mateřském mléce (či umělé stravě) je vysoký obsah sacharidů, které umožňují aktivitu kariogenních bakterií.
<b>Eliminace styku zubů a sacharidů</b> – noční kojení po 18. měsíci života dítěte, namáčení dudlíků v medu, popíjení sladkých nápojů a konzumace sladkostí je velkým rizikem. Sacharidy zuby neohrožují pouze, pokud jsou zuby správně vyčištěné, nebo je konzumace sacharidů jednorázová (ideálně po konzumaci si vyčistit zuby nebo vypláchnout ústa alespoň čistou vodou), čím delší dobu je sklovina vystavená sacharidům, tím vyšší je riziko vzniku zubního kazu.
<b>Eliminace styku zubů a kyselin</b> – některé potraviny a nápoje (především ovocné džusy, citrusy a jiné ovoce, sladké perlivé nápoje) obsahují kyseliny, které mohou způsobit erozi skloviny vedoucí k jejímu oslabení a následně snížené odolnosti až úplné ztrátě skloviny.
<b>Zubní kaz je infekční onemocnění</b> – dítěti NIKDY neolizovat ruce, lžičku, dudlík apod. z důvodu rizika přenosu kariogenních bakterií z dospělého na dítě.
<b>Pravidelné preventivní stomatologické prohlídky</b> – již od prořezání prvního zuby. Důležitý krok v prevenci onemocnění zubů a dutiny ústní + psychologický efekt (dítě je zvyklé na prohlídky a nesetká se hned při prvním kontaktu se stomatologickou ordinací s traumatem z ošetření). Na preventivní zubní prohlídku je třeba docházet dvakrát do roka.
<b>Kariézní léze na mléčných zubech je potřeba sanovat</b> – neošetřené kazy představují riziko pro zárodky stálých zubů. Jejich komplikace mohou dokonce vést k zániku zárodků stálých zubů.
<b>Eliminace nevhodných návyků dítěte</b> – cumláni prstů vede k nefyziologickému vývoji čelistí a zubního oblouku.
<b>Výběr zubního kartáčku dle správných kritérií</b> – přiměřená velikost pracovní plochy kartáčku vůči dětským ústům (velká pracovní plocha kartáčku znemožňuje čištění každého zuba zvláště a zhoršuje dostupnost zadních úseků), měkká a rovně střižená vlákna, dobrá uchopitelnost a manipulovatelnost.
<b>Zuby je nutné čistit alespoň dvakrát denně, zejména pak před spaním</b> (během spánku dochází ke snížení salivace, a tedy i množství slin, které jinak mají pro sklovinu protektivní účinek). Nepodceňovat techniku čištění zubů. S nácvikem čištění a motivací dítěte může pomoci dentální hygienistka.
<b>Nenastavovat dítěti časový limit</b> – zuby se čistí, dokud nejsou čisté (žádné přesýpací hodiny apod.). Návyky, které dítě získá, budou ovlivňovat jeho přístup k ústní hygieně a ústnímu zdraví po celý život.
<b>Zubní kartáček je vhodné vyměnit, jsou-li jeho štětiny deformované, a také bylo-li dítě nemocné</b> (afly, opary, infekční onemocnění v oblasti dutiny ústní a krku apod.).
<b>Zubní pasta</b> – je nutné, aby dítě používalo zubní pasty určené pro danou věkovou skupinu, jelikož je důležité dbát na obsah fluoridů – při nadměrném množství fluoridů v zubní pastě hrozí fluoróza. Nedávat na kartáček příliš velké množství zubní pasty (stačí velikost zrnka rýže).
<b>Zodpovědnost za stav chrupu a dutiny ústní nelze přenášet na dítě</b> – dočišťování rodiči a stálá kontrola je nutná minimálně do 10. roku života dítěte. Rodič je pro dítě vzorem, což platí i v otázce péče o zdraví dutiny ústní a zubů.
<b>Stav chrupu a dutiny ústní lze ovlivnit správnou péčí</b> – případné genetické predispozice lze správnou péčí významně ovlivnit.

odborné pediatrické veřejnosti aktuální informace týkající se problematiky péče o chrup u dětí a podpořit tak příležitost ji opět o něco zlepšit.

V následujícím textu je hlavní pozornost zaměřena na průzkumné šetření naší instituce, které bylo hlavním východiskem pro publikaci tohoto příspěvku.

### Cíl průzkumného šetření

Cílem bylo zjistit, zda jsou rodiče dětí dostatečně informováni o tom, jak pečovat o dětský chrup, jak vybírat pomůcky k péči a jaké jsou zdroje těchto informací.

### Metodika průzkumného šetření

Data pro kvantitativní průzkumné šetření byla získána pomocí dotazníku vlastní tvorby, který obsahoval 26 otázek. Dotazníkové šetření probíhalo na stomatologické klinice v České republice v průběhu roku 2016. Do šetření se úspěšně zapojilo celkem 99 rodičů dětí ve věku mezi 5. a 10. rokem navštěvujících danou stomatologickou kliniku delší dobu nebo přicházejících na první preventivní prohlídku na dané klinice (tzn. rodiče dětí registrovaných na dané stomatologické klinice). Na věk rodiče, pohlaví, ani vzdělání nebyl brán zřetel. Každý rodič vyplnil dotazník za jedno dítě, a to i v případě, že jich měl více. Jeden vyplněný dotazník tak odpovídal jednomu dítěti. Vyplnění dotazníku bylo anonymní a zcela dobrovolné.

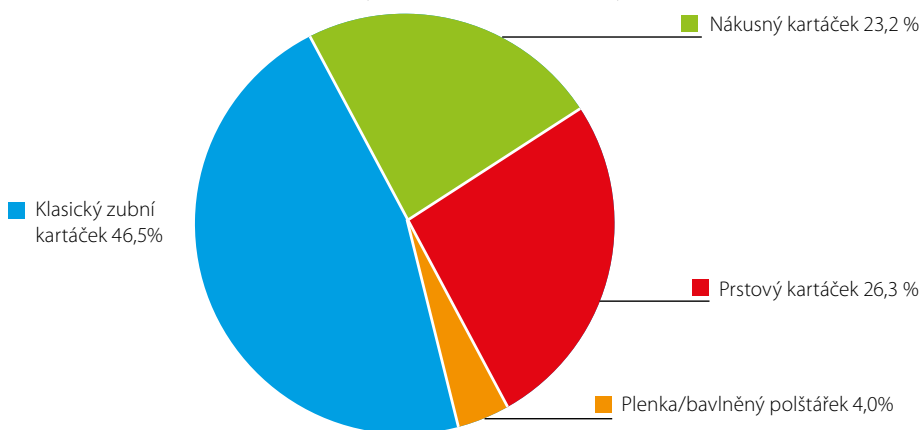
Limitem tohoto dotazníkového šetření je hodnocení zcela subjektivních názorů respondentů. Tyto názory nebyly nijak kontrolovány, ani nebyla hodnocena správnost či nesprávnost odpovědí, ať už potvrzujícím stomatologickým vyšetřením nebo studiem dokumentace dětí respondentů. Dalším limitem může být fakt, že respondenti byli rodiče, kteří zavedli děti do stomatologické kliniky a lze tudíž předpokládat jistý zájem rodiče o orální zdraví dítěte.

### Výsledky a diskuze

Bylo zjištěno, že pouze 40 % dotázaných rodičů zastává názor, že mají veškeré a dostatečné informace ke správné péči o dětský chrup.

Co se týká zdroje informací k péči o dětský chrup, uvedli rodiče nejčastěji tři následující. Jako první zdroj informací v péči o chrup uvedlo 34 % rodičů preventivní prohlídku dítěte u stomatologa, jako druhý zdroj označilo 29 % rodičů média (TV, internet, blogy, časopisy) a na třetím místě

Obr. 2. Graf druhů pomůcek používaných v začátcích čištění dětských zubů



uvedlo 20 % rodičů stomatologické prohlídky v těhotenství.

Toto šetření dále ukazuje, že pouze polovina rodičů se domnívá, že má od stomatologa aktuální a správné informace. S ohledem na význam preventivních prohlídek v těhotenství, realizovaných proto, aby se prvním dětským zubům dostávalo náležité péče již v době před první stomatologickou prohlídkou, je podíl matek, poučených v oblasti dětské dentální hygieny v graviditě u našeho vzorku respondentů překvapivě malý.

Lze předpokládat, že rodiče při nedostatku relevantních informací od odborníků využívají k jejich doplnění nevhodné, běžně dostupné zdroje s pochybnou kvalitou. Zdroj informací z médií nelze pokládat za uspokojivý pramen. Velmi významné v tomto ohledu jsou bezesporu preventivní programy zaměřující se na výchovu k péči o orální zdraví. Je na místě, aby byly tyto programy pokud možno více realizovány a propagovány. Mezi nejznámější patří v České republice například Dětský úsměv, Zdravý úsměv nebo Zdravé zuby. Nezastupitelný význam mají odborníci v primární pediatrické péči, zájem o orální zdraví, komunikace s rodiči nebo vhodné informační letáky, to vše může pomoci bez velkých finančních nákladů zlepšit výsledky v této oblasti péče.

Dalším záměrem průzkumného šetření bylo zjistit, jaké jsou znalosti rodičů v oblasti péče o chrup. Byly zvoleny následující oblasti: počátek čištění chrupu, frekvence a délka čištění chrupu, počátky samostatnosti dítěte v čištění chrupu, dočišťování chrupu rodičem, kontrola míry vyčištění, výběr zubní pasty, fluoridace apod. Výsledky ukazují, že ve všech výše zmíněných oblastech mají rodiče rezervy.

Další oblast mapující míru informovanosti rodičů k dané problematice byla kritéria, podle

kterých rodiče vybírají dentální pomůcky k péči. Z průzkumu vyplynulo, že nejčastěji (47 %) začali rodiče čistit první zoubky dítěte klasickým zubním kartáčkem, do širšího povědomí se ale také dostávají prstové a nákusné kartáčky (viz Obr. 2). Při výběru dětského zubního kartáčku se rodiče nejčastěji (41 %) spoléhají na radu stomatologa. V jedné z otázek v dotazníku byli rodiče vyzváni, aby vypsali praktická doporučení, kterými se řídí při nákupu dětského zubního kartáčku. Na první tři místa v zohledňovaných vlastnostech pomůcek při nákupu umístili měkkost, malou hlavici a dobrou uchopitelnost zubního kartáčku, což odpovídá kritériím, která jsou uváděna v literatuře. Vhodnost nebo nevhodnost zubního kartáčku pro dítě se řídí velikostí pracovní části (hlavice), měkkostí i zástřihem vláken a dobrou uchopitelností, která podmiňuje správnou manipulaci (9). Smutným výsledkem průzkumného šetření pak bylo, že celkem 41 % rodičů u našeho vzorku respondentů neví, jak má dětský zubní kartáček vypadat. Příležitost ke zlepšení vidíme v pomoci odborníků z primární pediatrické péče, domníváme se, že vyšší pravidelná pozornost věnovaná důrazu na oblast orální hygieny dětí a významu pravidelných preventivních prohlídek u stomatologa (v prvním roce 1x a následně 2x ročně) může významně posílit zodpovědné chování rodičů v této oblasti a v důsledku tak přispět ke snížení incidence onemocnění chrupu a měkkých tkání dutiny ústní u dětí.

### Závěr

Cílem tohoto příspěvku je poukázat na význam znalostí rodičů v oblasti dětské dentální hygieny.

Výsledky téměř všech oblastí našeho průzkumného šetření ukazují, že správné informace má pouze přibližně polovina rodičů.

Nejčastějším zdrojem informací k péči o chrup dítěte je, jak se dá předpokládat, stomatolog. Mnoho rodičů však spoléhá na rady z neověřených zdrojů například z internetu nebo od laiků. Bez správných informací nelze poskytnout dítěti správnou péči o chrup a naučit se jí tak, aby bylo možné uchovat si orální zdraví v co nejlepším stavu po celý život. Cenným zdrojem informací by měli být zdravotničtí pracovníci obecně, odborníci z oboru pediatrie však mají v tomto ohledu specifický význam. Začneme pečovat efektivně o chrup

dříve, nežli později. Začít právě v dětském věku je tím nejlepším krokem ke splnění přání, aby byl stav chrupu v populaci do budoucna na co nejlepší úrovni.

Průzkumné šetření mimo jiné ukázalo, že základní pomůckou jako je klasický zubní kartáček vybírá podle správných kritérií pouze polovina dotázaných a ne všichni dotázaní vybírají zubní pastu, která obsahuje vhodné množství fluoridů pro danou věkovou skupinu dítěte.

Všechny tyto výsledky naznačují, kde je příležitost zlepšit znalosti rodičů v péči o chrup. Je

třeba šířit tyto informace nejen v odborných časopisech, ale zařadit je i do periodik, určených především rodičům. V neposlední řadě je zde třeba opět zmínit význam osvěty ze strany zdravotnických pracovníků v oblasti prevence onemocnění měkkých a tvrdých tkání dutiny ústní. Péče o chrup dítěte není výhradně v rukách ošetřujícího stomatologa. Ptejme se rodičů na to, jak pečují o chrup svých dětí, upozorňujme je na přesah stavu dutiny ústní v kontextu celkového zdraví člověka a poskytněme jim správné a ucelené informace.

## LITERATURA

1. Vágnerová M. Vývojová psychologie. Dětství a dospívání. Praha: Karolinum Press 2012, 536 s.
2. Kaplová E. Kaz raného dětství a jeho následky na stálém chrupu. *Prakt. zub. Léč.* 2014 (62)1: 3–8.
3. Lenčová E, Broukal Z. Prevalence zubního kazu u českých předškolních dětí. *Čes. stomat.*, 2012 (112–160) 6: 168–172.
4. Ivančáková R et al. Prospektivní tříletá studie přírůstku zubního kazu u starších předškolních dětí. *Čes. stomat.*, 2012 (112–160)5: 118–127.
5. ÚZIS. Analýza orálního zdraví vybraných věkových skupin obyvatel ČR [online]. © 2004. [cit. 2018-08-06]. Dostupné z: <http://www.uzis.cz/system/files/oralzdr2003.pdf>
6. Národní informační centrum pro mládež. Tour de ZDRAVÍ [online]. © 2014. [cit. 2018-09-04]. Dostupné z: <http://www.nicm.cz/tour-de-zdravi>
7. MZČR. Zdraví pro všechny v 21. století [online]. © 2002. [cit. 2018-08-29]. Dostupné z: [http://www.mzcr.cz/Verejne/dokumenty/zdravi-pro-vsechny-v-stoleti\\_2461\\_1101\\_5.html](http://www.mzcr.cz/Verejne/dokumenty/zdravi-pro-vsechny-v-stoleti_2461_1101_5.html)
8. MZČR. Vyhláška č. 317/2016 Sb. o preventivních prohlídkách. Vyhláška, kterou se mění vyhláška č. 70/2012 Sb., o preventivních prohlídkách [on-line]. [cit. 2018-08-29]. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2016-317>
9. Merglová V. Zásady hygieny chrupu u dětí. *Pediatr. praxi.* 2011; (12)5: 320–324.