

15 Αυγούστου 2016

Τα άρρωστα ούλα αυξάνουν τον κίνδυνο για καρδιακή προσβολή

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





SHUTTERSTOCK

Όπως επεσήμαναν οι επιστήμονες, η σωστή υγιεινή του στόματος και ειδικά των ούλων συμβάλλουν στην καλή υγεία της καρδιάς αλλά και του εγκεφάλου.

Καρδιακή προσβολή ή εγκεφαλικό επεισόδιο μπορεί να προκαλέσει η χρόνια ουλίτιδα, σύμφωνα με τους επιστήμονες.

Όπως ανέφεραν πρόσφατα οι ειδικοί, είναι απαραίτητο να ελέγχουμε τακτικά τη στοματική μας υγιεινή διότι η υγεία των ούλων μας είναι καθοριστικής σημασίας για την εμφάνιση ασθενειών. Τελευταίες έρευνες έδειξαν ότι τα άτομα που έχουν πολλά βακτηρίδια στα ούλα τους κινδύνευαν να πάθουν αρτηριοσκλήρυνση.

Όπως είπαν οι επιστήμονες, η χρόνια φλεγμονή λόγω βακτηριδίων διεγείρει το ανοσοποιητικό μας σύστημα και παράγει χημικές ενώσεις οι οποίες ευνοούν την ανάπτυξη της πλούσιας σε χοληστερόλη, αθηρωματικής πλάκας. Η αθηρωματική πλάκα που μαζεύεται στα τοιχώματα των αρτηριών, είναι η αιτία στένωσης και απόφραξης που προκαλεί το έμφραγμα στο μυοκάρδιο και τα ισχαιμικά εγκεφαλικά επεισόδια.

Όπως επεσήμαναν οι επιστήμονες, η σωστή υγιεινή του στόματος και ειδικά των ούλων συμβάλλουν στην καλή υγεία της καρδιάς αλλά και του εγκεφάλου. Για το λόγο αυτό προτείνουν εκτός από το να επισκεπτόμαστε τακτικά τον οδοντίατρο μας ο οποίος μπορεί να εντοπίσει μια χρόνια ουλίτιδα και να την θεραπεύσει, να βουρτσίζουμε τακτικά τα δόντια μας, να χρησιμοποιούμε οδοντικό νήμα μετά τα γεύματα, και να προσέχουμε τι τρώμε στα ενδιάμεσα των γευμάτων, όπως για

παράδειγμα σνακ που κολλάνε στα δόντια και αυξάνουν τα βακτηρίδια των δοντιών και των ούλων. Είναι όπως λένε, προτιμότερο να τρώμε φρούτα ή λαχανικά και να πλέουμε τα δόντια μας έπειτα από κάθε γεύμα.

Πηγή: naftemporiki.gr