

РОЛЬ ГИГИЕНЫ ЯЗЫКА В ПРОФИЛАКТИКЕ ГАЛИТОЗА И ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЛОСТИ РТА

Алтайский государственный медицинский университет, г. Барнаул

Перебейнос Екатерина Александровна

E-mail: katerina2003816@gmail.com

Научный руководитель: Кириенкова Е.А. к.м.н., доцент кафедры терапевтической стоматологии, SPIN-код: 1438-7209, Author ID: 823184

В статье представлены результаты исследования роли гигиены языка в профилактике галитоза и стоматологических заболеваний. Проведен анализ научной литературы и данных анкетирования, позволивший оценить уровень осведомленности людей о важности очищения языка и его связи с неприятным запахом изо рта и заболеваниями полости рта. Определены ключевые пробелы в гигиенических привычках и представлениях респондентов, а также подтверждена значимость регулярной гигиены языка как меры профилактики галитоза.

Ключевые слова: *галитоз, гигиена языка, анкетирование, налет на языке.*

The article presents the findings of a study investigating the role of tongue hygiene in preventing halitosis and oral diseases. A review of scientific literature and survey data enabled an assessment of public awareness regarding the importance of tongue cleansing and its relationship with halitosis and oral health conditions. The study identified key gaps in the respondents' understanding of proper tongue hygiene and their daily oral hygiene practices, and confirmed the importance of regular tongue cleaning as a preventive measure against halitosis.

Keywords: *halitosis, tongue hygiene, survey, tongue plaque.*

Введение

Современные научные данные свидетельствуют о высокой предрасположенности языка к образованию налета. Его уникальная структура, характеризующаяся наличием многочисленных сосочков и

борозд, создает благоприятную среду для адгезии пищевых остатков и колонизации микроорганизмами. Эффективное удаление налета значительно снижает количество патогенных микроорганизмов, что, в свою очередь, минимизирует риск развития патологических состояний полости рта [1, 3, 5, 6, 7]. Кроме того, скопление налета на дорсальной поверхности языка является этиологическим фактором галитоза – состояния, характеризующегося неприятным запахом изо рта, которое оказывает выраженное негативное воздействие на психосоциальный статус [2, 4]. Таким образом, систематическая санация языка представляет собой научно обоснованный и практический подход к коррекции и профилактике галитоза.

Цель: изучить роль гигиены языка в развитии галитоза, опираясь на комплексный анализ научной литературы, результаты анкетирования пациентов, выявить уровень осведомленности респондентов о методах очищения языка, а также оценить эффективность различных методов гигиены как меры первичной и вторичной профилактики основных стоматологических заболеваний.

Задачи исследования:

1. Провести анализ и систематизацию современной научной литературы о роли гигиены языка в этиологии галитоза и развитии основных стоматологических заболеваний (кариеса, болезней пародонта и слизистой оболочки полости рта).

2. Разработать специализированную анкету и провести анкетирование с целью определения уровня осведомленности пациентов о важности гигиены языка, частоты и корректности используемых методов очищения, а также для сбора информации о субъективной оценке наличия галитоза.

3. Сравнить данные, полученные в ходе исследования, с данными современной литературы.

Материалы и методы

Для решения первой задачи проведен анализ литературных данных из библиографических источников. Для поиска использовались следующие

комбинации ключевых слов: гигиена языка, галитоз, неприятный запах изо рта, налет на языке. Для решения второй задачи была разработана анкета, состоящая из 7 вопросов. Проведено анонимное анкетирование 57 студентов Института клинической медицины Алтайского государственного медицинского университета, г. Барнаул. Статистическую обработку проводили при помощи программного обеспечения Microsoft Excel с использованием Google-формы.

Результаты

В исследовании приняли участие 57 студентов АГМУ в возрасте от 20 до 23 лет. Анализ анкетных данных выявил ряд критически важных закономерностей. Установлено, что подавляющее большинство респондентов недооценивают важность ежедневной чистки языка, рассматривая гигиену полости рта исключительно как уход за зубами (67% опрошенных). Также в ходе исследования было выявлено, что 67% опрошенных чистят зубы 2 раза в день, 28% – 1 раз в день и 5% – более 2 раз в день, то есть у 32% респондентов нет выработанной привычки частоты чистки зубов за день. В сознании пациентов отсутствует четкая взаимосвязь между наличием налета на языке и развитием стоматологических заболеваний (кариеса, воспаления десен), а также налетом на языке и появлением неприятного запаха изо рта: 32% опрошенных. Кроме того, зафиксирован крайне низкий уровень осведомленности о многообразии существующих средств и предметов гигиены языка. Большинство опрошенных либо никогда не использовали специальные скребки или щетки, либо применяют их эпизодически, используя подручные средства или вовсе игнорируя процедуру: 72% из них считают, что средством ликвидации неприятного запаха изо рта является – жевательная резинка. Регулярность и правильность очищения языка находятся на неудовлетворительном уровне, что коррелирует с высокой частотой субъективных жалоб на галитоз: 52%. Кроме того, 32% респондентов связывают неприятный запах изо рта с наличием сопутствующих заболеваний, 28% – с характером питания, 22% – с

неудовлетворительной гигиеной полости рта, 18% – с вредными привычками, что свидетельствует об отсутствии знания этиологии галитоза и, следовательно, о средствах и методах борьбы с ним.

Заключение

Проведен комплексный анализ и систематизация современных данных научной литературы, посвященных роли гигиены языка в этиологии галитоза и развитии основных стоматологических заболеваний. Анализ литературных источников подтвердил, что дорсальная поверхность языка, благодаря своим анатомическим особенностям (наличие крипт, борозд, сосочков), является основным резервуаром микроорганизмов и ключевым источником орального галитоза. Полученные в результате анкетирования данные коррелируют с литературными источниками, согласно которым большинство людей не осознают важность ежедневной чистки языка и не связывают заболевания полости рта с налетом на нем. Кроме того, население не владеет полным представлением о многообразии существующих средств и предметов, предназначенных для поддержания качественной гигиены полости рта.

Список литературы:

1. Зиновенко О.Г., Новак Н.В., Бобкова И.Л. Значение обучения и коррекции методов и средств индивидуальной гигиены полости рта у мотивированных в плане стоматологического здоровья пациентов. *Современная стоматология*. 2021; 2(83): 19–25. – EDN HDYKJQ.

2. Селевко В.П., Андреев Р.Е., Филимонов О.А. Стоматологическое просвещение как метод профилактики стоматологических заболеваний с помощью индивидуальной и профессиональной гигиены полости рта. *Современные тенденции развития науки и технологий*. 2016; 4-3: 33-38. – EDN VWQGCR.

3. Попруженко Т.В., Борис С.П. Чистка языка в гигиене полости рта. Часть 1. *Стоматология. Эстетика. Инновации*. 2023; 7(1): 74–91. <https://doi.org/10.34883/PI.2023.7.1.009>. – EDN HBSQST.

4. Суюнова М.Х. Все о галитозе: диагностика, лечение и профилактика (обзорная статья). *Вестник Совета молодых ученых и специалистов Челябинской области*. 2016; 1(4): 67–76. – EDN UZFCBQ.

5. Абуэльяминн М.М. Современные методы мотивации контроля гигиены полости рта. *Scientist (Russia)*. 2019; 3(9): 1. – EDN ALERCM.

6. Киле Е.О., Жукова Е.С. Уровень гигиенических знаний при выборе предметов и средств гигиены полости рта (по данным анкетирования). *Scientist (Russia)*. 2022; 4(22): 5. – EDN KRBUJP.

7. Бакирова Н.М., Шилова Ю.Н. Отношение студентов-медиков к гигиене полости рта. *Scientist (Russia)*. 2023; 2(24): 131-136. – EDN IKDHOL.

Как цитировать:

Перебейнос Е. А. Роль гигиены языка в профилактике галитоза и других заболеваний полости рта. *Scientist (Russia)*. 2026; 2 (32): 70-74.
