

ניקיון הפה של המשתמשים במברשות שיניים חשמליות לעומת ידניות

צחצוח השיניים הינו הליך מבוסס של התנהגות בריאותית, שמטרתו להסיר את רובד השיניים ובכך לשמור על בריאות הפה. מחקר מייצג הראה, כי בגרמניה, התנהגות היגיינת הפה כפי שנמצא בדיווח עצמי, עומדת בהמלצות הכלליות הניתנות על ידי אנשי מקצוע ברפואת השיניים בכל הקשור לתדירות ולמשך של צחצוח השיניים היומי. למרות זאת, שכיחותן של דלקות החניכיים ומחלות החניכיים הן בגרמניה והן בעולם כולו הינה ניכרת. סיבה אחת לפער הנצפה הזה בין היגיינת הפה המבוצעת באופן קבוע ובין השכיחות הגבוהה של מחלות החניכיים, עשוי לנבוע מכך שהמתרפאים חסרים את הכישורים המתאימים על מנת להסיר את הרובד הדנטלי. ואכן, סדרה חדשה של מחקרים הראתה, כי בני אדם ללא רקע ברפואת שיניים, כמעט אף פעם לא מצליחים לנקות יותר מ-30-40 אחוזים מהשוליים של החניכיים שלהם באמצעות מברשת שיניים ידנית, גם כאשר הם עושים כמיטב יכולתם. מצד שני, אנשי מקצוע ברפואת השיניים משיגים ניקיון אורלי ביותר מ-90 אחוזים משולי החניכיים שלהם. לדעת מחברי המאמר, תוצאה זו מצביעה על כך כי צחצוח שיניים ידני יעיל הינו אפשרי, אך נראה כי בני אדם ללא רקע ברפואת שיניים מתקשים לרכוש יכולת זו. סיוע ברכישת מיומנות זו, צריכה להיות אחת המטרות העיקריות של פעילויות המניעה ברפואת השיניים.

מברשות שיניים המופעלות על ידי חשמל, מייצגות חלופה למברשות השיניים הידניות, והן הבסיס לסיסמאות פרסומת כגון: "לצחצח כמו מקצוען" ועוד. הפרסומת מבטאת את הסברה כי מברשות כאלה יכולות להרחיב במידה ניכרת את הביצועים של צחצוח השיניים בקרב בני אדם ללא רקע ברפואת השיניים, בהשוואה למברשות שיניים ידניות. רעיון זה נתמך על ידי ניתוח מטה אנליזה מהעת האחרונה, המגלה יתרון קטן אך משמעותי לצחצוח במברשת שיניים חשמלית לעומת מברשת ידנית בכל הקשור להיגיינה של הפה ודלקת החניכיים.

לפיכך, לדעת החוקרים נשאלת השאלה: האם היכולת להשיג ניקיון אורלי עולה בקרב המשתמשים במברשות שיניים חשמליות לעומת אלו המשתמשים במברשות שיניים ידניות? לדבריהם, נתונים כאלה אינם זמינים. אמנם ישנם מחקרים רבים מעריכים את ההשפעות של צחצוח שיניים במברשות חשמליות על הרובד שלאחר הצחצוח, אך הם אינם מעריכים את היכולת הכוללת להשיג ניקיון אורלי. במקום זאת, המשתתפים מתבקשים לצחצח כרגיל או למשך פרק זמן מסוים (דקה או שתי דקות). אף מחקר מתוך המחקרים הללו אינו מעריך ניקיון אורלי לאחר הביצועים האפשריים הטובים ביותר.

מטרות

המחקר הנוכחי נערך על מנת:

(1) לתאר את הניקיון האורלי של בני אדם המשתמשים יום יום במברשות חשמליות לאחר שצחצחו ברמת יכולתם הטובה ביותר

(2) להשוות תוצאות אלו לניקיון המושג על ידי אלו המשתמשים יום יום במברשת שיניים ידנית

(3) להשוות בין שתי הקבוצות ביחס לנתונים הקליניים והמאפיינים של התנהגות צחצוח השיניים.

במסגרת המחקר, סטודנטים באוניברסיטה בגרמניה אשר ביצעו צחצוח שיניים במברשת חשמלית ($N=55$) או ידנית ($N=60$) במשך שישה חודשים ויותר על בסיס יומי, התבקשו לנקות את שיניהם כמיטב יכולתם באמצעות המכשיר בו הם משתמשים. מדד הרובד הוערך לפני ומיד לאחר הצחצוח. יתר על כן, נבדקו הפרמטרים הקליניים הבאים: דימום מהחניכיים, נסיגת חניכיים, עומק כיסי החניכיים והמצב הדנטלי. ביצועי צחצוח השיניים והתנהגות היגיינת הפה הוקלטו בווידאו ונותחו בכל הקשור לנתונים הבאים: משך הצחצוח, אתרי ההברשה ושימוש במכשירי ניקוי אינטרפרוקסימליים. לא נמצאו הבדלים בין הקבוצות לגבי מדדי הרובד לפני ואחרי הצחצוח, הפרמטרים הקליניים שנמדדו ומשך הצחצוח הכולל. בשתי הקבוצות, אחרי הצחצוח המשיך להתקיים רובד בכ-40 אחוזים מהאזורים הסמוכים לשולי החניכיים.

מסקנות מחברי המאמר הן, כי לא נמצא כי קיימת תועלת משימוש יומי במברשת שיניים חשמלית לעומת צחצוח שיניים ידני יומי, בכל הנוגע להיגיינת הפה או לפרמטרים קליניים. היכולת להשיג ניקיון אורלי הייתה נמוכה, ללא

קשר לסוג מברשת השיניים שנבדקה. לכן, לדעת החוקרים, נדרש מאמץ נוסף לשם שיפור יכולת ניקיון הפה האישי.

Petker W, Weik U, Margraf-Stiksrud J, et al. Oral cleanliness in daily users of powered vs. manual toothbrushes – A cross-sectional study. BMC Oral Health 19: 96, 2019. doi.org/10.1186/s12903-019-0790-9

באדיבות עדכן