

# Sinergia microelementelor nutritive ajută la menținerea sănătății dinților și gingiilor

Bolile gingivale afectează pe toată lumea, nu este exclusiv o boală a copilăriei. Centrele de Prevenire și Control al Bolilor din SUA (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) estimează că aproape jumătate din americanii adulți tind să sufere de afecțiuni gingivale în stadiu avansat la momentul diagnosticării. Acest lucru se întâmplă deoarece afecțiunile gingivale rareori produc simptome neplăcute înaintea stadiilor avansate. Deși dentiștii caută semne specifice pentru a diagnostica afecțiunile gingivale, anumite simptome pot indica probleme profunde ale gingiilor. Simptomele precum gingii roșii, umflate și dureroase, sângerări la clătire sau la periajul dinților, halenă sau gust rău în gură din cauza infecțiilor bacteriene din pungile parodontale, necesită atenție și evaluare suplimentară. Există studii care arată conexiunea dintre afecțiunile gingivale și alte afecțiuni sistemice precum bolile cardiovasculare, accidentele vasculare cerebrale, artrita reumatoidă, diabetul și multe altele.



Afecțiunile gingivale încep cu infectarea și inflamarea gingiilor. Există două stadii: gingivita și parodontita. Gingivita este mai blândă, cu disconfort minim sau inexistent, bacteriile din placa formată distrug lent linia gingiei ducând la sângerări. Parodontita este un stadiu avansat în care pungile parodontale duc la distrugerea țesutului moale de susținere și a oaselor.

Deși igiena orală precară este unul din factorii majori care contribuie instalarea afecțiunilor gingivale, mai există și alți factori de risc precum fumatul, schimbările hormonale (pubertatea, sarcina, menopauza), predispozițiile genetice și bolile sistemice inclusiv diabetul și deficitul cronic de microelemente nutritive precum vitamina C, lizina și prolina. Deficitul total de vitamina C care duce la scorbut este marcat de sângerarea gingiilor, ca prim simptom al bolii. Vitamina C și lizina sunt microelementele nutritive cheie necesare pentru construirea unui țesut sănătos de colagen, care păstrează coeziunea dintre dinți și gingii.

Am desfășurat un studiu clinic pilot pentru a documenta efectele anumitor combinații de microelemente nutritive la pacienți cu parodontită.\* Am ales "sângerarea la sondare" (bleeding-on-probing, BoP) ca reper de diagnostic pentru a evalua eficiența. Timp de douăsprezece săptămâni, participanții la studiu au luat o combinație de vitamina C, lizină, prolina și alte microelemente nutritive esențiale pentru un colagen sănătos.

BoP mediu la începutul studiului era de 60%, ceea ce corespunde unui stadiu avansat al afecțiunilor gingivale. BoP a început să scadă după șase săptămâni de urmare a programului de microelemente nutritive și a scăzut până la 14% după opt săptămâni. Acest lucru a continuat până la sfârșitul studiului pentru toți participanții. Am observat și o îmbunătățire semnificativă a fermității gingiilor și o reducere a sângerărilor spontane ale acestora.

Stomatologia convențională tratează parodontita cu proceduri precum scalarea și pilirea rădăcinilor, utilizând uneori și proceduri chirurgicale și implanturi dentare. Aceste proceduri sunt foarte invazive și prohibitive din punct de vedere al costurilor, pentru multe persoane. Studiul nostru oferă dovezi asupra faptului că o combinație simplă de microelemente nutritive este o metodă eficientă și ieftină de menținere a sănătății gingiilor, în afara practicilor regulate și complete pe care le presupune igiena dentară. În plus, suplimentarea cu microelemente nutritive oferă și alte beneficii asupra sănătății.

\*Bibliografie: Cellular Health Communication, Vol 1, No. 1, 2001

### Pagina de noutăți științifice în domeniul sănătății

Această informație vă este oferită gratuit de către Institutul de Cercetare Dr.Rath. Conducător de doi foști colegi ai dublului Laureat al Premiului Nobel Linus Pauling († 1994), acest Institut a devenit lider în cercetările revoluționare asupra sănătății naturale în domeniul cancerului, bolilor cardiovasculare și al altor boli comune. Institutul este susținut 100% de Fundația de Sănătate Dr.Rath, o organizație non-profit.

Natura revoluționară a acestor cercetări constituie o amenințare la adresa multimiliardarei "afaceri cu boala" a industriei farmaceutice. Nu este de mirare că de-a lungul timpului promotorii industriei farmaceutice l-au atacat pe Dr.Rath și echipa sa de cercetători în încercarea de a reduce la tăcere mesajul acestora. Dar în zadar. În decursul luptei sale, Dr.Rath a devenit un renumit avocat al sănătății naturale, cunoscut pe plan internațional datorită cuvintelor sale "Niciodată în istoria medicinei cercetătorii nu au fost atacați atât de feroce pentru descoperirile lor. Acest lucru ne arată că sănătatea nu ne este dată de bunăvoie, ci trebuie să luptăm pentru ea".

Puteți tipări o copie a acestei pagini de noutăți la [www4.dr-rath-foundation.org/research\\_news/index.html](http://www4.dr-rath-foundation.org/research_news/index.html), pentru a o împărtăși și colegilor și prietenilor dumneavoastră.

Puteți descărca o copie gratuită a versiunii integrale a studiului descris aici la [www.drrathresearch.org/pub/pdf/hsns1446.pdf](http://www.drrathresearch.org/pub/pdf/hsns1446.pdf) pentru a o putea împărtăși și medicului dumneavoastră.

[www.DrRathResearch.org](http://www.DrRathResearch.org)

Issue: 30\_201114