

Lo stress del paziente può condizionare negativamente la salute orale. Cosa si può fare?



Come professionisti del settore ci impegniamo ogni giorno per alleviare lo stress dei nostri pazienti, quando si rivolgono al nostro Centro Odontoiatrico per recuperare e mantenere la loro salute orale.

In questo senso diventa fondamentale saper riconoscere, sostiene il Dott. Leslie Townsend di Dallas (Texas) sulle pagine di un sito web americano, i segni dello stress prolungato del paziente, in grado di condizionare negativamente la salute dei denti e della bocca, con ripercussioni anche sulla salute generale.

I sei sintomi di stress prolungato che si osservano più frequentemente secondo Townsend sono:

- 1) Il **bruxismo** che nell' 80% dei casi è inconsapevole e notturno. Si associa spesso alle sindromi da apnea ostruttiva del sonno ed è legato ad eccesso di stress.
- 2) L'**onicofagia (mangiarsi le unghie)** si associano a disturbi temporo-mandibolari e spesso sono presenti lesioni dello smalto agli incisivi
- 3) L'**eccesso di zuccheri semplici** nell'alimentazione che favorisco l'insorgenza di numerose carie oltre alle patologie sistemiche (diabete, obesità).
- 4) L'**eccessivo uso di alcolici** che genera **xerostomia** (bocca secca).
- 5) Le **afte** si associano spesso a stress come dimostra uno studio clinico eseguito su studenti prima di un esame universitario.
- 6) Il peggioramento dei segni della **malattia parodontale**, per un'alterata risposta del sistema immunitario da parte dello stress.

La presenza di questi sintomi associati, sostiene Townsend, deve far sospettare l'azione dello stress e questi pazienti necessitano di essere trattati con adeguati interventi:

- per il bruxismo possono essere risolutivi il bite notturno integrato con sedute di fisioterapia e osteopatia o, nei casi più complessi, la terapia ortodontica o restaurativa
- per le afte è possibile ridurre l'intensità del dolore evitando gli alimenti acidi e utilizzando colluttori a base di aloe
- per chi si mangia le unghie è consigliabile l'impiego di smalti dissuasori dal sapore sgradevole
- per chi eccede nel consumo di zuccheri ed alcolici è consigliabile bere molta acqua, controllare la dieta ed eseguire attività fisica regolare
- per chi soffre di malattia parodontale è fondamentale ricorrere ad una terapia non chirurgica, o chirurgica se indicata, in un regime di una buona igiene orale e di un rigoroso controllo di placca.

Il dentista spesso è il primo sanitario che intercetta queste patologie e, oltre a risolvere quanto di sua competenza, è in grado di suggerire al paziente lo specialista indicato nel suo caso specifico, tenendo sempre conto che, secondo l'American Psychological Association, lo stress è correlato alle principali cause di morte dell'uomo: le malattie cardiovascolari, le neoplasie, le malattie polmonari, gli incidenti stradali, la cirrosi epatica e il suicidio.