

# Suun terveys vaikuttaa yleisterveyteemme

Suun ja hampaiden terveys on monin tavoin yhteydessä yleiseen hyvinvointiimme. Osa yleissairauksista horjuttaa suun terveyttä, ja toisaalta hoitamaton suu voi altistaa yleisterveytemme monille vakavillekin ongelmille. Terve suu on kuin suojamuuri, joka pysäyttää taudinaiheuttajien pääsyn suun kautta syvemmälle verenkiertoon ja elimistöön. Yleisimmät hammas- ja suusairaudet ovat kroonisia infektioita eli tulehduksia. Hoitamattomina ne heikentävät yleisterveyttä sekä edesauttavat monen yleissairauden puhkeamista tai heikentävät jo olemassa olevan sairauden hoitotasapainoa.

Viime vuosina on saatu infektiosairauksien saralla uutta tutkimustietoa erityisesti parodontiitin sekä sydän- ja verisuonitautien välisestä yhteydestä. Tulehdus suussa voi olla myös yhteydessä aivoverenkierron häiriöihin sekä tyypin 2 diabetekseen ja reumaan.

Parodontiitti on hampaiden kiinnityskudosten pitkäaikainen tulehdustila, jonka merkkejä ovat esimerkiksi ienverenvuoto ja syventyneet ientaskut. Verenkierron välityksellä parodontiitin erityisen haitalliset bakteerit voivat päästä leviämään muualle elimistöön, millä voi olla joskus hyvinkin ikäviä seurauksia. Krooninen parodontiitti todetaan alkavassa tai pitkälle edenneessä muodossa jopa yli puolella aikuisista suomalaisista. Hoitamattomana tämä tauti johtaa lopulta hampaiden irtoamiseen. Tärkeimmät parodontiitin riskitekijät ovat huono suuhygienia, tupakointi sekä perinnöllinen alttius.

Suun tulehdukset voivat aiheuttaa jopa hengenvaarallisen yleisinfektion, jos immuunipuolustus on sairauden tai lääkityksen vuoksi heikentynyt. Tällöin suun bakteerit voivat päästä verenkierron kautta helpommin leviämään muualle kehoon. Riski on suurentunut etenkin monisairailla ja yleissairautensa vuoksi useita lääkkeitä käyttävillä ikääntyneillä potilailla. Monen vakavan yleissairauden, kuten syövän tai reuman kohdalla, hoitamattomat suun tulehdukset ovat myös este lääke- tai muun hoidon aloittamiselle. Tulehduksista vapaa suu on erityisen tärkeä potilaille, jotka ovat menossa esimerkiksi tekonivel-, sydän- tai elinsiirtoleikkaukseen. Jos suussa on infektioita, bakteerit voivat kulkeutua sieltä verenkierron mukana leikkausalueelle.

Hammas- ja suusairaudet ovat yleisiä ja yleisimmät niistä kroonisina tulehdussairauksina pääosin oireettomia tai vähäoireisia. Täten ne pääsevät helposti etenemään usein huomaamatta. Siksi säännöllinen hammaslääkärin tutkimus tulehdusten hoitamiseksi on ensiarvoisen tärkeää.

**Nanna Väyrynen, HLT**

Terveystalo Sympatum

---

*Lähteet: Hammaslääkäriliitto, Terve suu (Duodecim 2015), sekä Hammaslääkäriliiton I love suu -suunterveyskampanjan materiaalit*