

Пандилова М., Накова М., Поповска М., Ивановски К.

## ВЛИЈАНИЕТО НА МАКРОБИОТСКАТА ИСХРАНА ВРЗ ПАРОДОНТАЛНОТО ЗДРАВЈЕ

СТОМАТОЛОШКИ ФАКУЛТЕТ - Скопје, Клиника за болести на устата и забите

*Со оглед на с, поголемиот број приврзаници на макробиотската исхрана кај нас, а познавајќи го уделот на нутритивните фактори во настанувањето на пародонталната болест, спроведовме испитување со цел да се види застапеноста на пародонталната болест кај група макробиотичари во споредба со контролна група составена од луѓе со вообичаена исхрана. Испитуваната и контролната група се состојеа од по 30 испитаници кај кои, преку клинички преглед, беа одредувани плак индексот, индексот на гингивална инфламација, индексот на луксација на забите и индексот по Ramfjord. По спроведеното испитување беше утврдена нешто поголема застапеност на пародонталната болест кај испитуваната во споредба со контролната група.*

Клучни зборови: малнутриција; пародонтални заболувања; макробиотика

Здравјето на сите ткива во човековиот организам, па и на пародонталните, зависи, покрај другото, и од адекватната снабденост и искористувањето на хранливите продукти. Токму затоа и нутритивните фактори се вбројуваат во оние кои имаат одредено влијание врз настанувањето и клиничките манифестации на пародонталната болест. Дејството на нутритивните фактори може да биде двојно, односно да дејствуваат како општи етиолошки фактори, каде недостигот на одредени фактори или намалената калориска вредност на храната можат да бидат модифицирачки фактор за развитокот на пародонталната болест во смисла на смален регенеративно-репаративен потенцијал на ткивата на пародонтот (2) или, пак, да дејствуваат како локални фактори каде што конзистанцијата на храната има директно влијание врз формирањето на денталниот плак како осно-

вен етиолошки фактор на гингиво-пародонталните заболувања (3). Малнутрицијата, главно, се огледа во недостатното внесување на витамини, калциум и протеини.

Во современиот начин на живеење сведоци сме на сè поголемата популарност на строго контролирани режими на исхрана, со кои се пропагира подолг и поквалитетен живот. Секако дека еден од најпопуларните е макробиотиката, каде што е исфрлено внесувањето на протеини од животинско потекло, како и млеко и млечни производи, па се смета дека односот помеѓу протеините и јаглените хидрати од 30:70 е идеален за потребите на организмот, со тоа што со намаленото внесување на протеини се редуцираат дегенеративните процеси во организмот. Исто така, ограничено е внесувањето на свежа храна и овошје кое се консумира во сварена форма. Бидејќи ваквиот начин на исхрана го применуваат сè поголем број луѓе кај нас, се чини дека е од интерес да се проследи застапеноста на гингиво-пародонталните заболувања, како и степенот на нивната клиничка манифестација кај луѓе кои низа години се придржуваат на макробиотичката исхрана, во споредба со контролната група која се состоеше од испитаници на вообичаена исхрана, што наедно е и цел на трудот.

### Материјал и методи

Во текот на испитувањето беа прегледани вкупно 60 испитаници помеѓу 20 и 40-годишна возраст, при што беа поделени на две групи, испитувана и контролна.

Испитуваната група се состоеше од 30 индивидуи кои повеќе од 5 години се придржуваат кон принципите на макробиотската исхрана. Контролната група се состоеше од 30 испитаници, во најголем број студенти на петта година, кои применуваат вообичаена исхрана. Кај сите испитаници беше забележано отсуство на општи заболувања или пак подолготрајна употреба на медикаменти. Исто така, покрај

## БОЛЕСТИ НА УСТАТА И ПАРОДОНТОТ

општите анамнестички податоци, преку клинички преглед беа одредувани: плак индексот по критериумот предложен од страна на Geel-Vermilion, индексот на гингивалната инфламација по критериумот на Silness-Löe. Со цел да се утврди постоење на коскена деструкција, беа одредувани степенот на луксација на забите и индексот по Ramfjord. Добиените резултати беа аналитички обработени.

### Резултати

Од податоците на табела 1 може да се види дека застапеноста на плак индексот 0 е под еднаква (10%) како кај испитуваната така и кај контролната група, додека плак индексот 1 беше забележан кај 43,3% од испитуваната и 56,7% од контролната група. Плак индекс 2 регистриравме кај 46,6% од случаите кај испитуваната и кај 33,3% од контролната група. Плак индекс 3 не беше забележан во ниеден случај.

ТАБЕЛА 1. ЗАСТАПЕНОСТ НА ПЛАК ИНДЕКСОТ КАЈ ИСПИТУВАНАТА И КОНТРОЛНАТА ГРУПА

Плак индекс	Испитувана група	Контролна група
0	3 (10,0%)	3 (10,0%)
1	13 (43,3%)	17 (56,7%)
2	14 (46,6%)	10 (33,3%)
3	-	-
Вкупно	30 (100%)	30 (100%)

Резултатите прикажани на табела 2 укажуваат дека индекс на гингивална инфламација 0 е најден кај 3,33% од случаите кај испитуваната група и кај 13,3% од контролната група. Индекс на гингивална инфламација 1 беше забележан кај 40% од испитуваната и кај 66,6 од контролната група, додека индекс 2 беше регистриран кај 50% од испитуваната и кај 20% од контролната група. Индекс 3 беше регистриран кај 6,66% од испитуваната група, додека кај контролната група не беше регистриран таков случај.

ТАБЕЛА 2. ЗАСТАПЕНОСТ НА ИНДЕКСОТ НА ГИНГИВАЛНА ИНФЛАМАЦИЈА КАЈ ИСПИТУВАНАТА И КОНТРОЛНАТА ГРУПА

Индекс	Испитувана група	Контролна група
0	1 (3,33%)	4 (13,33%)
1	12 (40,00%)	20 (66,60%)
2	15 (50,00%)	6 (20,00%)
3	2 (6,66%)	-
Вкупно	30 (100%)	30 (100%)

Од податоците на табела 3 може да се види дека најголема застапеност кај двете групи (50% и 66,6%) бележи индекс 4. Додека индекс 5 беше забележан кај 46,66% од испитуваната и кај 23,3% од контролната група.

Податоците прикажани на табела 4 укажуваат на отсуство на луксација на забите кај 63,3% од испитуваната група и кај 83,33% од контролната група. Индекс на луксација 1 е забележан кај 33,3% од испитуваната и кај 16,66% од контролната група, а додека индекс 2 е забележан само кај 3,33% од испитуваната група.

ТАБЕЛА 3. ЗАСТАПЕНОСТ НА ИНДЕКСОТ ПО RAMFJORD КАЈ ИСПИТУВАНАТА И КОНТРОЛНАТА ГРУПА

Индекс	Испитувана група	Контролна група
0	1 (3,33%)	3 (10,00%)
1	-	-
2	-	-
3	-	-
4	15 (50,00%)	20 (66,60%)
5	14 (46,66%)	7 (23,30%)
6	-	-
Вкупно	30 (100%)	30 (100%)

ТАБЕЛА 4. ЗАСТАПЕНОСТ НА ИНДЕКСОТ НА ЛУКСАЦИЈА КАЈ ИСПИТУВАНАТА И КОНТРОЛНАТА ГРУПА

Индекс	Испитувана група	Контролна група
0	19 (63,3%)	25 (83,33%)
1	10 (33,33%)	5 (16,66%)
2	1 (3,33%)	-
3	-	-
Вкупно	30 (100%)	30 (100%)

### Дискусија

Влијанието на исхраната врз етиологијата на пародонталната болест во стручната литература е разгледано од два аспекта, и тоа влијанието на конзистенцијата на храната и влијанието на дефицитот на одредени прехранбени продукти, кои испитувања, од разбирливи причини, се вршени главно врз експериментални животни.

Lindhe (2) во своите испитувања врз експериментални животни, на кои им била давана течна и мека храна, забележал промени во орожувањето на епителот на гингивата, како и венска стаза во неа, стеснување на коскените гредички, проширување на интертрабекуларните простори и зголемена плак акумулација. Ваквиот недостаток присутен во исхраната на современиот човек, според Wilcox (4), може да биде отстранет само со редовно одржување на оралната хигиена. Нашите наоди во извесна смисла се во согласност со споменатите мислења, со тоа што: испитуваната група се состоеше од испитаници кои во анамнезата дадоа податоци дека никогаш не биле упатени во техниката на одржување орална хигиена, сите ги четкаа забите еднаш дневно, а само 3 (10%) два пати на ден, додека контролната група се состоеше од студенти на стоматологија, чиј процес на едукација ги вклучува во техниката на одржување орална хигиена, па така само 3 (10%) ги четкаа забите еднаш дневно, 13 (43,3%) два пати дневно и 14 (46,6%) три и повеќе пати на ден. Бидејќи макробиотската исхрана вклучува претежно житарици и зрнеста храна која е поабразивна, а имајќи ги предвид горе наведените факти, се чинат разбирливи податоците за донекаде подеднаква застапеност на плак индексот кај испитуваната и контролната група (таб. 1).

Во однос на составот на храната се чинеше значаен витамински дефицит, бидејќи макробиотската исхрана го ограничува конзумот на свежа храна и овошје, кое се зема во сварена состојба. Најзначаен би бил дефицитот на витамин С кој може да даде клинички манифестации и промени во сите ткива на пародонтот. Така, Лазаравеска (1) во своите испитувања укажува на поголема застапеност, како и поголема напреднатост на пародонтопатијата кај пациенти кај кои преку лабораториски испитувања е утврден дефицит на витамин С, како и тоа дека употребата на витамин С во терапијата на истите пациенти било забележано ублажување на клиничката слика на болеста. Нашите резултати се во согласност со горе споменатите наоди. Имено, отсуство на каква и да било гингивална и пародонтална афекција беше забележано само кај 1 (3,33%) од испитуваната група, за разлика од контролната група каде тој процент беше 13,33% (таб. 2). Исто така беше забележан индекс на гингивална инфламација 3 кај 6% од испитуваната група, додека кај контролната не беше забележан таков случај (таб. 2). Беше забележана поголема застапеност на индексот по Ramfjord 5 кај испитуваната (46,6) отколку кај контролната група (23,3%), како и поголемо отсуство на луксација на забите кај контролната група (83,33%) отколку кај испитуваната група - 63% (таб. 3 и 4).

Од добиените резултати можеме да укажеме на поголема застапеност и поизразена клиничка манифестација на пародонталната болест кај испитуваната, за разлика од контролната група. Секако, за да се изведат посериозни заклучоци би требало да се вклучат поголем број испитаници, кај кои ќе се направат подолготрајни испитувања, вклучувајќи и лабораториски и рендгенолошки испитувања.

## THE INFLUENCE OF MACROBIOTIC NUTRITION ON PERIODONTAL HEALTH

Pandilova M., Nakova M., Popovska M., Ivanovski K.

### Summary

Because of the growing number of individuals being on macrobiotic diet, and, still, bearing in mind the importance of nutrition in the etiopathogenesis of periodontal diseases, this investigation was undertaken with the main aim to compare the frequency of periodontal diseases between a group of individuals on macrobiotic diet and a control one, which comprised subjects on regular diet. Each group consisted of 30 subjects, in whom plaque index, index of inflammation, index of luxation, as well as Ramfjord index were verified. Our results revealed a slight prevalence of periodontal diseases in the group being on macrobiotic nutrition compared to the controls on regular one

Key words: malnutrition; periodontal diseases; macrobiotics

### Литература

1. Лазаревска Б, Милошевска Ј, Мирчев Е. Улогата на витаминот С во етиопатогенезата на пародонталните заболувања. Год 36 Мед Фак 1970; 16: 491-5.
2. LINDHE I, WINCEN PO. The effect on the gingiva of chewing fibrous food. J Periodont Res 1965; 4: 193.
3. Petrović L. Biosinteza i eksperimentalna parodontologija. Stomatol GI Srb 1963; (4-5).
4. WILCOX CE, EVERLET F. Friction on the teeth during mastication. J Dent Res 1963; 66: 5.