

ΞΗΡΟΣΤΟΜΙΑ ΚΑΙ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ - ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ- ΠΡΟΛΗΨΗ - ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

ΕΛΕΝΗ ΝΤΣΟΥΝΟΥ
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ Τ.Ε. MSc
ΠΡΟΙΣΤΑΜΕΝΗ Α' ΩΡΛ
Γ.Π.Ν. ΑΧΕΠΑ



Σακχαρώδης Διαβήτης

Η “ύπουλη επιδημία”
του αναπτυγμένου
κόσμου

ΔΙΑΒΗΤΗΣ ΚΑΙ ΣΤΟΜΑΤΙΚΟΙ ΝΟΣΟΙ

- Πρόκειται για ένα αρκετά επίκαιρο θέμα λαμβάνοντας ως δεδομένο πως την τελευταία δεκαετία ο αριθμός των ανθρώπων που πάσχουν από διαβήτη έχει σημειώσει δραματική αύξηση στην Ευρωπαϊκή Ένωση αλλά και σε ολόκληρο τον κόσμο, ενώ η επίγνωση του κοινού σχετικά με τους τρόπους πρόληψης των στοματικών νόσων στους διαβητικούς ασθενείς είναι μάλλον περιορισμένη.





- ⦿ Ο σακχαρώδης διαβήτης είναι ένα σύνδρομο μη φυσιολογικού μεταβολισμού υδατανθράκων, λίπους και πρωτεΐνης που οδηγεί σε οξείες και χρόνιες επιπλοκές εξαιτίας της απόλυτης ή σχετικής έλλειψης ινσουλίνης. Είναι μια νόσος με συνακόλουθες στοματικές εκδηλώσεις οι οποίες επηρεάζουν την οδοντιατρική φροντίδα.



Στις στοματολογικές διαταραχές του ΣΔ υπάγονται:

- 1) Η περιοδοντική νόσος (ΠΝ)
- 2) Βλάβες από τους σιελογόνους αδένες όπως η ξηροστομία και η σιαλαδένωση
- 3) Λοιμώξεις βακτηριακής και μυκητιασικής αιτιολογίας
- 4) Στοματοδυνία



ΞΗΡΟΣΤΟΜΙΑ:

- ◉ Διαβητικοί ασθενείς με πλημμελή έλεγχο της γλυκόζης του αίματος, λόγω της πολυουρίας, της απώλειας υγρών και της σχετικής αφυδάτωσης εμφανίζουν μειωμένη έκκριση σάλιου με αποτέλεσμα την εμφάνιση ξηροστομίας. Ο ασθενής παραπονιέται πως αισθάνεται το στόμα του ξηρό και έχει δυσκαταποσία. Ο βλεννογόνος του στόματος εμφανίζεται ξηρός, λεπτός και ερυθρός. Η ραχιαία επιφάνεια της γλώσσας είναι ξηρή, εμφανίζεται εξέρυθρη και αυλακωτή. Η ξηροστομία οδηγεί σε ΠΝ, τερηδόνα, λοιμώξεις (καντιτίαση) και δυσανεξία στις προσθετικές αποκαταστάσεις.



ΤΟ ΣΑΛΙΟ Ή ΣΙΕΛΟ

- Το **σάλιο** αποτελεί το έκκριμα των μικρών και μεγάλων σιελογόνων αδένων (παρωτίδα, υπογνάθιοι και υπογλώσσιοι αδένες). Ο ρυθμός έκκρισης του σάλιου βρίσκεται υπό τον έλεγχο του συμπαθητικού και παρασυμπαθητικού αυτόνομου νευρικού συστήματος, το οποίο και νευρώνει τους μεγάλους σιελογόνους αδένες. Ο όγκος του εκκρινόμενου σάλιου το 24ωρο κυμαίνεται μεταξύ 750 και 1200 ml. Διάφορα ερεθίσματα μπορούν να αυξήσουν ή να μειώσουν την έκκριση του σάλιου.



- Το σάλιο ασκεί αντιτερηδονική προστασία λειτουργώντας ως ρυθμιστικό διάλυμα, εξουδετερώνοντας τα οξέα που παράγονται κατά τον μεταβολισμό των μονοσακχαριτών από την μικροβιακή χλωρίδα του στόματος. Επιπλέον, διαθέτει αμυντικούς οργανισμούς με τα ένζυμα και τις ανοσοσφαιρίνες που περιέχει έναντι των παθογόνων μικροβίων.

- Το σάλιο υγραίνει και προστατεύει την στοματική κοιλότητα, διατηρεί το pH, μηχανικά καθαρίζει τα δόντια και την στοματική κοιλότητα, διαλύει τις τροφές, συμμετέχει στην πέψη και ασκεί αντιβακτηριδιακή και αντιμυκητisiaκή δράση.



- ⦿ Η έκκριση και η σύσταση του σάλιου είναι συνήθως φυσιολογική, μερικές φορές όμως παρατηρείται αυξημένη συγκέντρωση καλίου. Για αυτό ενοχοποιούνται ενδοκρινικές διαταραχές, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης αλλά και η λήψη φαρμάκων (όπως αντικαταθλιπτικών, ανθυπερτασικών). Τα ανωτέρω οδηγούν σε διαταραχή της λειτουργίας του αυτόνομου νευρικού συστήματος που νευρώνει τους σιελογόνους αδένες.



ΚΛΙΝΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ ΞΗΡΟΣΤΟΜΙΑΣ:

- Η κλινική εικόνα της ξηροστομίας έχει άμεση σχέση με τον βαθμό ελάττωσης της ροής του σάλιου και τον χρόνο εμφάνισης της. Στην αρχή παρατηρείται ένα αίσθημα ξηρότητας και καούρας (καύσου) στο εσωτερικό του στόματος (βλεννογόνος), που με την πάροδο του χρόνου γίνεται πιο έντονο, με αποτέλεσμα να εμφανίζονται προβλήματα στη μάσηση, στην κατάποση και στην ομιλία, όπως επίσης και κακοσμία του στόματος. Το εσωτερικό του στόματος, δηλαδή ο βλεννογόνος, εμφανίζεται ξηρός με έντονα κόκκινο χρώμα. Η γλώσσα είναι και αυτή ξηρή, κόκκινη και λεία. Τα χείλη είναι επίσης ξηρά με ραγάδες, ενώ μπορεί να έχουμε και συγχειλίτιδα (πληγές στα σημεία που ενώνονται το πάνω με το κάτω χείλος). Σε ξηροστομία που διαρκεί για μεγάλο χρονικό διάστημα τα δόντια προσβάλλονται πολύ εύκολα από τερηδόνα. Λόγω της ευαισθησίας του βλεννογόνου, δύσκολα γίνονται ανεκτές και οι μασέλες (οδοντοστοιχίες). Λόγω των πολλών καταστάσεων που μπορεί να την προκαλέσουν, η ξηροστομία αποτελεί ένα από τα πιο δύσκολα προβλήματα που μπορεί ν' αντιμετωπίσει ένας γιατρός. Προέχει, λοιπόν, η ανεύρεση και η καταπολέμηση της κατάστασης που την προκαλεί, καθώς όπως είπαμε η ξηροστομία δεν αποτελεί νόσο αλλά σύμπτωμα.

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΞΗΡΟΣΤΟΜΙΑΣ:

- Τα συμπτώματα είναι μία ενοχλητική ξηρότητα στόματος με αίσθημα κόμβου (η αίσθηση ότι υπάρχει κάτι στο λαιμό), και καυσαλγία, μεταβάλλεται η γεύση και επιταχύνεται η καταστροφή των δοντιών από τερηδόνα. Ευνοείται η ανάπτυξη καντιντιάσεως και η ανάπτυξη συγγειλίτιδος και φλεγμονής του βλεννογόνου. Η ομιλία και η κατάποση δυσχεραίνονται, η αναπνοή καθίσταται δύσοσμη και η υγιεινή του στόματος με δυσκολία διατηρείται. Ο άρρωστος δεν ανέχεται τις όξινες τροφές και τα καρυκεύματα και ξυπνά τη νύχτα για να πιει νερό και να υγράνει το στόμα του. Εάν έχει οδοντοστοιχίες, είναι δύσκολο να τις χρησιμοποιήσει.



- Η στοματική κοιλότητα είναι ξηρή. Σάλιο δεν υπάρχει ή υπάρχει ελάχιστο στο έδαφος του στόματος ή καλύπτει την επιφάνεια του στόματος και είναι παχύρρευστο, γλοιώδες, ρυπαρό ή αφρώδες. Ο βλεννογόνος εμφανίζεται λεπτός, εύθραυστος, ατροφικός και γλοιώδης στην ψηλάφηση. Ατροφία παρουσιάζει και η ραχιαία επιφάνεια της γλώσσας. Η σημαντική μείωση του ποσού του σιέλου και η μεταβολή των ανόργανων και οργανικών στοιχείων του συνεπάγεται την πτώση του pH και την μεταβολή της μικροβιακής χλωρίδας. Αυξάνονται οι μικροοργανισμοί, οι οποίοι προκαλούν τερηδόνα (*Streptococcus mutans*, *Lactobacillus*) και νοσήματα του περιοδοντίου και οι μύκητες (*Candida albicans*). Οι ασθενείς με σοβαρή ξηροστομία φέρουν μαζί τους ένα δοχείο με νερό για να υγραίνουν την στοματική κοιλότητα.



ΜΙΑ ΑΜΦΙΔΡΟΜΗ ΣΧΕΣΗ

Πρόσφατες έρευνες δείχνουν, ότι η σχέση μεταξύ ξηροστομίας και σακχαρώδους διαβήτη είναι αμφίδρομη, καθώς το salivatin, ένα πεπτίδιο που βρίσκεται στο ανθρώπινο σάλιο, παίζει ένα ρόλο στην απελευθέρωση ινσουλίνης. Το salivatin πιστεύεται, ότι μειώνει το σάκχαρο του αίματος μετά από ένα γεύμα και βοηθά στη διατήρηση των επιπέδων σακχάρου στο αίμα. Η ενέργεια αυτή καταστέλλεται από τον διαβήτη, γεγονός το οποίο επιδεινώνει αυτόν.

ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΠΡΟΓΝΩΣΗ

- **Συμπτωματική θεραπεία:** Σε περίπτωση που είναι δυνατόν, αντιμετώπιση του αιτίου, π.χ. σωστή ρύθμιση της γλυκόζης του αίματος.
- **Συντηρητική θεραπεία:** Διέγερση της έκκρισης σιέλου με σιελολυτικά σκευάσματα, π.χ. μικρά κομμάτια από λεμόνι, καραμέλες χωρίς ζάχαρη ή τσίχλα.
- Συχνές στοματικές πλύσεις, πόση υδατικού διαλύματος λεμονιού.
- Σκευάσματα συνθετικού σάλιου.
- Σε βαριές περιπτώσεις χρήση άλλων φαρμακευτικών σκευασμάτων.
- Χρήση παρασυμπαθομιμητικών φαρμάκων (σιαλαγωγά) που δρουν στους μουσκαρινικούς υποδοχείς, προκαλώντας αυξημένη ροή σάλιου. Η Pilocarpine είναι ένα παράδειγμα αυτών, η οποία χορηγείται σε μία δόση των 5 mg τρεις φορές την ημέρα για τουλάχιστον 3 μήνες.
- Εκπαίδευση του ασθενή με έμφαση την καθημερινή στοματική υγιεινή, τακτικές επισκέψεις στον οδοντίατρο, τοπική χρήση φθοριούχων σκευασμάτων και αποφυγή καπνίσματος.

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ:

- ⦿ Η υγιεινή του στόματος αποτελεί βασικό μέρος της όλης φροντίδας του αρρώστου με σακχαρώδη διαβήτη και περιλαμβάνει την φροντίδα των δοντιών, της γλώσσας, της υπερώας και των έσω επιφανειών των παρειών.



ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ:

- ◉ Ο/Η νοσηλεύτης/τρια που φροντίζει ασθενείς με σακχαρώδη διαβήτη διαδραματίζει σημαντικό ρόλο τονίζοντας στον ασθενή ότι η σωστή ρύθμιση των επιπέδων της γλυκόζης και η σωστή στοματική υγιεινή ελαχιστοποιούν την εμφάνιση προβλημάτων και λοιμώξεων του στόματος.
- ◉ Συμβάλλει σημαντικά στην ενημέρωση για τα μέτρα πρόληψης των στοματικών επιπλοκών. Ειδικότερα:
 - Διατήρηση των επιπέδων της γλυκόζης στα επιθυμητά επίπεδα
 - Σωστή, αποτελεσματική και καθημερινή στοματική υγιεινή
 - Υγιεινή διατροφή
 - Τακτικός οδοντιατρικός έλεγχος
 - Ενημέρωση των συμπτωμάτων που επιβάλλουν οδοντιατρική και στοματική φροντίδα (κακοσμία στόματος, δυσάρεστη γεύση, ξηροστομία, πόνος στα ούλα ή στα δόντια)

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ

- Η ψυχολογική υποστήριξη είναι εξίσου σημαντική και ο ρόλος των νοσηλευτών καταλυτικός. Περιλαμβάνει την ενθάρρυνση του ασθενούς για την αντιμετώπιση του προβλήματος της ξηροστομίας συμβάλλοντας στην πιο ταχεία αντιμετώπισή της με σκοπό την ανακούφιση και την πιστή τήρηση των οδηγιών των θεραπόντων ιατρών.



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

- ◉ Η ξηροστομία στον ΣΔ αποτελεί ενδιαφέρον κεφάλαιο της διαβητολογίας. Μπορεί να αποτελέσει το πρώτο κλινικό εύρημα που θα κατευθύνει το γιατρό στη διάγνωση του ΣΔ.
- ◉ Η σωστή εφαρμογή στοματικής υγιεινής βοηθά στην καλύτερη ρύθμιση του ΣΔ.
- ◉ Στα χρόνια που έρχονται, οι γιατροί και οι νοσηλευτές θα αντιμετωπίζουν αυξανόμενο αριθμό ασθενών που πάσχουν από διαβήτη. Διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο και μπορούν τον ρόλο αυτό να τον ενδυναμώσουν στην έγκαιρη διάγνωση και την αντιμετώπιση/διαχείριση ασθενών με διαβήτη. Μπορούν να τους παρέχουν συμβουλές γύρω από τη βελτίωση της ρύθμισης της γλυκόζης, τη διατήρηση της στοματικής υγείας, την υγιεινή διατροφή, τον καθημερινό έλεγχο με μέτρηση της γλυκόζης στο αίμα και την τακτική επίσκεψη των ασθενών στους επαγγελματίες υγείας για παροχή συνήθους ιατρικής φροντίδας.
- ◉ Η κατανόηση της ασθένειας, όπως και η εξοικείωση με τις στοματικές της εκδηλώσεις μπορούν όχι μόνο να προάγουν τη στοματική υγεία των ασθενών με διαβήτη, αλλά, πέραν τούτου, να βελτιώσουν και την ποιότητα της ζωής τους.

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!

