

Vsak trenutek nov

Berite Večer
kjerkoli in kadarkoli

www.vecer.com/Plus



Online izdaja

Tiskana izdaja

Maribor

Celjsko, Koroško

Pomurje, Podravje

Trgovina

Novo na Vecer.com

VEČER.COM

Četrtek, 8:12 / 492
22. november (listopad)
2012 (MMXII)



f Všeč mi je 9,7k

Iskanje po arhivu:

Vreme po Sloveniji:
Ljubljana
oblačno
9 °C

Datum: 13.1.2009 - Stran: **BONBON**

Dražejji

Izognimo se zobnemu kariesu z varovalno prehrano



CanStockPhoto

Za razvoj zobnega kariesa (zobne gnilobe) so odgovorne bakterije in nizkomolekularni ogljikovi hidrati v naši prehrani. Z izboljšanjem ustne higijene se število bakterij v slini zmanjša, hkrati odstranimo snovi, iz katerih v svoji presnovi škodljive bakterije izdelujejo kisline. S spremenjenim načinom prehrane, pri kateri se izogibamo škodljivim sladkorjem, zmanjšamo nevarnost razvoja zobne gnilobe. Z rednim uživanjem in v zadostni količini

- Preberi
- Pošlji po mailu
- Dodaj med priljubljene
- PDA / GSM povezava

AAA - Prilagodi pisavo

Ste bili priča dogodku?
Pošljite nam svojo plat zgodbe, morebitne slike, videe...

Imate novico, zgodbo, fotografijo?
Pokličite na brezplačno telefonsko številko

080 98 08

Pridružite se nam
Spremljajte nas

AKTUALNI VIDEO PRISPEVKI

Več ...



Protestniki Kanglerju: Če ne bo šel sam, ga bomo nesli!
(21.11.2012 23:47:00)



Kanglerjeva predstavitev pred elektrorji
(21.11.2012 21:46:00)



S pomočjo Geek



Sumijo, da naj bi do

Lestvica TOP video prispevkov ...

ZADNJI ČLANKI:

- Koncert Komorni orkester Franza Liszta, Torek, 16. avgusta, ob 20.00, Slovenska filharmonija Lj.**
- Letni kino, Udarnik na prostem, Od 19. do 28. avgusta v večernih urah, Vetrinjski dvor Maribor**
- Muzikal Hair (Lasje), Od 22. do 25. avgusta ob**

INTRIX

ŽELITE POVEČATI PRODAJO?

Slovenski CRM program

lahko s probiotičnimi izdelki, ki vsebujejo dodane nenevarne žive mikroorganizme, zmanjšamo škodljivo delovanje bakterij na zobna tkiva.

Zobni karies oziroma zobna gniloba je omejen bolezenski proces, ki nastane po izraščanju zoba. Kariozne spremembe spadajo med pridobljene okvare trdih zobnih tkiv. Najpogosteje nastane gniloba pri otrocih na žvekalnih površinah, kjer otroci natančno ne očistijo prostorov med vršički zob. Gnoloba med zobmi nastane, ko se ta območja ne očistijo dovolj, ker so težko dostopna s ščetko. Nujno je, da čistimo zobe dodatno še z zobno nitko. Kot posledica umika dlesni ali izgube kosti ob zobu se korenine razgalijo, kar omogoča nastanek gnilobe v cementu. Cement pokriva večino korenine zoba in pomaga pri učvrstitvi zoba v čeljustni kosti. V cementu zobna gniloba napreduje hitreje. Sklenina pokriva del zoba nad rdečo linijo dlesne. Ta najtrša snov v našem telesu ščiti zob pred obrabo in poškodbami med žvečenjem. Dentin podpira sklenino, je bolj rumen in mehkejši od sklenine. Zobni karies je dinamičen proces, katerega rezultat je uničenje trdih zobnih tkiv sklenine, dentina in cementa.

Zakaj je eden od glavnih vzrokov za nastanek zobne gnilobe plak? Plak je brezbarven, lepljiv mikrobiološki biofilm na površini zoba. Takoj po izraščanju zoba ali profilaktičnem, profesionalnem čiščenju zoba (skupek zaščitnih mer za preprečevanje bolezni) se na površini zoba odlagajo beljakovine slin in tvorijo pelikulo (brezcelični sloj). Beljakovine imajo aktivna mesta, na katera se pripnejo bakterije. V štirih urah po čiščenju je vsa pelikula prekrita z bakterijami. Na ta način nastane plak, ki vsebuje več kot 500 vrst mikroorganizmov. Pomembne lastnosti plaka so: sprejemanje hranljivih snovi, proizvodnja hrane, prebava, zaščita bakterij v biofilmu pred antibiotiki, antiseptiki, obrambnimi celicami in prenos hranljivih snovi. Za razvoj zobne gnilobe so odgovorne bakterije, ki v svoji presnovi ustvarjajo kisline, večinoma mlečno kislino, glukane, znotrajcelične polimere, fruktane, kar vpliva na ustvarjanje vse bolj goste mreže filamentov, ki zmanjšujejo prepustnost za slino in njeno kemično in mehnično obrambo, zvišuje se kislost in ustvarjajo se pogoji za demineralizacijo zobnih tkiv. Ob procesu demineralizacije kisle snovi raztapljajo mineralne soli, izgublja se struktura in trdnost tkiva. Najpogostejši bakterijski mikroorganizmi v plaku, ki povzročajo karies, so Streptococcus spp, Actinomyces spp, Veillonella spp, Lactobacillus spp. Ob zgodnjem mlečnem kariesu je prisotna tudi Candida albicans, ki ima velik potencial ustvarjanja plaka in kislin ter ostane v plaku tudi na stalnih zobeh.

Kako zdravimo ali preprečimo zobni karies

Zobno gnilobo zdravimo operativno, z mehnično kontrolo plaka in z antimikrobnimi sredstvi. Delujemo lahko preventivno z varovalno prehrano in bakterioterapijo. Z operativnim postopkom odstranimo okuženo zobno tkivo in nastalo vdolbino (kaviteto) v zobu nadomestimo z umetnim materialom - izdelamo plombo. Krhkost amalgama in nezmožnost kemičnega vezanja za trdo zobno tkivo se kompenzira z obliko kavitete: stene vdolbine naj bi bile vzporedne in pravokotne na njeno dno. V ta namen je treba odstraniti tudi zdravi del tkiva. Z napredno tehnologijo so nastali estetski kompozitni materiali, ki se kemično vežejo s pomočjo adhezivne tehnike izdelave plombe za zobno tkivo in zato lahko ohranimo več zobnega tkiva. Mehnična kontrola plaka pomeni, da odstranjujemo obloge s ščetko in zobno nitko. Z uporabo antimikrobnih sredstev - antibiotikov, klorheksidina, fluoridov - preprečujemo razvoj in delovanje bakterij v slini in plaku. Ob dieti z zmanjšano količino in pogostostjo vnosa nizkomolekularnih sladkorjev zmanjšamo izgradnjo kislin. S tem se lahko zaustavi demineralizacija, začne se proces remineralizacije, to je vgrajevanje mineralov v predhodno demineralizirane strukture. Pri neaktivnem začetnem kariesu in dobri ustni higieni tako operativni postopek ni potreben. Zaustavitev karioznega procesa se kontrolira rentgensko v časovnih presledkih.

Ob vseh teh metodah pa ne pride do popolnega odstranjanja mikroorganizmov iz ustne votline. Z bakterioterapijo, uporabo nenevarnih bakterij, ki zamenjujejo patogene, škodljive bakterije, se zmanjšuje možnost infekcije. Mleko, sir, jogurt, sadni sokovi vsebujejo njim lastne ali dodane različne probiotične bakterijske seve, žive mikroorganizme, ki imajo različne ugodne učinke. Predvidevamo, da delujejo direktno na plak, ko tekmujejo s škodljivimi bakterijami v naseljevanju plaka in uporabi presnovnih snovi, zavirajo kemični razvoj škodljivih bakterij, posredno koristno vplivajo na imunski sistem, lokalno in sistemsko. Poleg probiotikov se hrani dodajajo tudi prebiotiki, neprebavljive sestavine, ki prispevajo k razvoju neškodljivih bakterij. Bakterijski sevi, dodani prehrani, morajo biti varni, učinkoviti in obstojni. Novejše raziskave vloge probiotičnih bakterij pri preprečevanju zobnega kariesa podajajo obetavne rezultate v smislu zmanjšanja rasti bolezenskih bakterij Streptococcus mutans kot najodgovornejših za nastanek kislin in okvaro trdih zobnih tkiv

Sabina Ajdnik, dr. dent. med

 +1  0 Pošlji na Twitter: 

 Všeč mi je  0  Pošlji



To povezavo uporabite, kadar želite vključiti povezavo do članka na svojem blogu, forumu ali drugih spletnih straneh.

Ocena članka:



Za oceno članka kliknite na zvezdico.

(ni ocen)

Komentarji obiskovalcev :



(brez komentarjev)

20.30, Križanke Ljubljana)

Razstava Zum Drucke Schön, Do 10. septembra, Kulturni inkubator, Maribor

Kulinarična prireditev, Salon Traminec 2011, Ponedeljek, 22. avgusta, od 17. ure Grad Negova

Popotovanje v deželo sivke

Za popolno nego kože

Proti poškodovanim konicam las

Skrb za kožo po dopustu

Za lepši dopust z vašim malčkom



VOX POPULI

Se bodo nogometaši NK Maribor iz Aten vrnili neporaženi?

- Da
 Ne

Rezultati ...

BOB DNEVA

Bojana Leskovar, učiteljica iz Ljubljane: "Na začetku svoje učiteljske poti sem učence učila, da lačni otroci živijo v Afriki, danes pa sedijo v klopi zraven njih."

Komentiraj ...

365 ONLINE IGER ZA VSE DNI V LETU 

KOMENTARJI IN OCENE

- Zadnji komentarji
- Najbolj komentirani članki tedna
- Najbolj brani članki [tedna](#), [meseca](#), [leta](#)
- Najbolje ocenjeni članki tedna
- Najboljši komentarji [tedna](#), [meseca](#)



www.vecer.com/ASTRO

Opravljenka

Vaš komentar:

Vabimo vas, da napišete svoje mnenje, komentar ali pripombo k članku.

Komentarji, ki vsebujejo HTTP v besedilu, ne bodo prikazani. Če želite v komentarju objaviti povezavo, jo napišite brez HTTP.

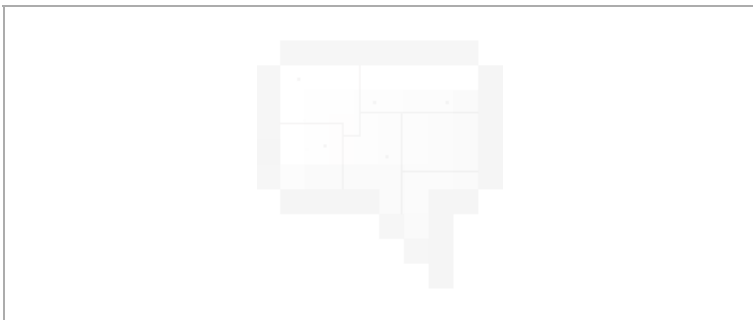
(ime)

(email)

Na email naslov boste dodili obvestila o nadaljevanju razprave...

(internetni naslov)

Avtorji blogov in drugi osebnih strani vpišite v to polje svoj internetni naslov.



Poleg vsebine komentarja bo objavljeno vaše ime, internetna povezava, naslov IP in domena. E-mail ne bo viden nikomur, podjetje Večer pa ga bo uporabilo zgolj za interno komunikacijo in ga v skladu z zakonom ZVOP-1 ne bo posredovalo tretjim osebam. S klikom na gumb [Pošljite komentar](#) se strinjate z objavo podatkov.

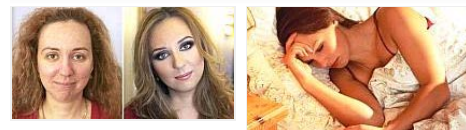
Po objavi ima avtor komentarja možnost svoj komentar kadarkoli izbrisati. Ikona za izbris se pojavi samo pri komentarjih, kjer sta IP uporabnika in IP pisca komentarja enaka. Drugi te ikone ne vidijo.



Neisha poje za orle, Katarina poročena, Zoran in Tatjana pa zmagujeta tudi med profesionalci

www.vecer.com/OPRAVLJIVKA

eBONBON.si



Ličila res naredijo spremembo

Ljudje smo se že od nekdaj posluževali okraševanja telesa Z...

>>

Najbolj nezdrav letni čas je...

Če bi morali ugibati kateri letni čas ima najslabši vpliv na... >>



Zmanjšajmo trebušček še pred prazniki

Prazniki se približujejo in s tem naše telo kar hrepeni po novih... >>

Dezodorant v obliki bonbona

Hrana in pijača, ki jo zaužijemo vpliva na naš telesni vonj... >>

www.eBONBON.si

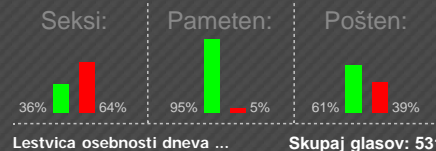
OSEBNOSTI DNEVA



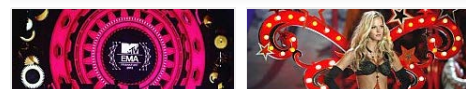
Garry Kasparov
svetovni šahovski velemojster

Seksi: Pameten: Pošten:

Izberite lastnost, ki po vašem mnenju najbolje opisuje osebnost dneva in kliknite na **zeleno** (glas ZA) ali **rdečo** (glas PROTI) ikono. Glasujete lahko samo enkrat na dan.



GALERIJE



Spektakel ob podelitvi nagrad MTV

Manekenke razkrile Victoriino skrivnost



Slovenija pod vodo



Požig plantaž marihuane v Mehiki



Dolgonoge na modnih pistah



Razkrite skrivnosti na avtomobilskem sejmu v Parizu

[Več galerij ...](#)

Tednik 7DNI



Nasmejte se slavnim
Eno poslednjih ljudožerskih plemen iz gornjega dela Konga je ujelo raziskovalca... >>



"Izrojena umetnost" je pravzaprav zelo lepa
Skulptura Anni Mewes, ki je zdaj na ogled v münchenskem razstavišču, je eno od v... >>



Horoskop

Korak bližje ste pravi odločitvi. Kaj vam je storiti, tako veste že dolgo, samo... >>



Večer prihodnosti s Karin in Shano

V sredo, 19. decembra, ob 17.30 bomo v ciklusu brezplačnih predavanj za bralce 7 dni... >>

www.7DNI.com

NAŠ DOM



Kako okrasiti prazno steno

Najlepši način, kako zapolniti prazno steno, je, da nanjo... >>



Mačja stena za mačjeljubce

Ljubitelji mačk bodo navdušeni nad rešitvijo, ki je bila prvič... >>



Izjemna romunska hiša

Romunski oblikovalec Mario Stoica je v kraju Temišvar postavil... >>



Ni še novo leto

Res je, da je do konca leta še kar nekaj časa, a trgovci že... >>

www.NASDOM.net

TELENOVELE ...



Brezno ljubezni



Zakon brez ljubezni



Zmagoslavje ljubezni



Moč usode

www.vecer.com/TELENOVELE

ALI STE VEDELI

... da so bile v začetku 19. stoletja v Egiptu mumije najpogostejši material za kurjenje? Primanjkovalo je lesa in premoga, mumij pa je bilo na pretek.

Vic dneva

E:\InetPub\wwwroot\totilist\v1\zacasno\vic_dneva20

Na avtocesti je zastoj - vrsta dolga par kilometrov. Nihče ne ve, kaj se je pravzaprav zgodilo in nervozen voznik končno le zagleda nekoga, ki se mu...

[Preberite vic v celoti...](#)

www.TOTILIST.si

Taček Portal za ljubitelje malih živali



Micica



Lini



Hugo



MOJCA



Ma?a



peter

Pošljite sliko svojega hišnega ljubljena ali pa ocenite fotografije drugih obiskovalcev.

[ZOOM] Stran za ljubitelje fotografije



Peter



Ly



Franc ?avri?



nika



janko



Milan Kecman

zoom.vecer.com

ZABAVA

- Klepetalnica
- Barvni horoskop
- Horoskop po urah
- Prerokovanja
- Slovar sanj
- Bioritem
- Imena za novorojenčka
- Detektor laži
- LOTO
- Ujemanja
- eČestitke

VEČEROVE AKCIJE, PRILOGE, DOSJEJI

- Bobu bob
- Večernica
- Očistimo packe v naravi
- Poletna fotografija: [2010](#), [2009](#), [2008](#)
- Spletni dosjeji:
 - Eurosong 2012: Baku, Azerbajdžan
 - Evropska prestolnica kulture 2012
 - Nogometni klub NK Maribor
 - Prašičja gripa
- Lokacijske novice

Vaš naslov IP: 86.58.40.225 - Splošni pogoji uporabe Vecer.com - Cenik storitev Vecer.com

7dni **K** **BOH** **BOH** **TV** *Namig* **NAŠ DOM** **BLOG** KULINARIKA *podstrešje* Rusica **Taček** HOT-LIST [ZOM]

[Pišite nam](#) [Uredništvu](#) [O podjetju](#) [Oglaševanje](#) [Za medije](#) [Nastavite Vecer.com za domačo stran](#) [Dodajte Vecer.com med priljubljene](#)

Časopisno založniško podjetje
VEČER, d.d.
Ulica slovenske osamosvojitve 2
2504 Maribor

Tel.: 02 / 23 53 500
Fax.: 02 / 23 53 368
TRK: 04515-0000521398
Davčna št.: SI50611631
Matična št.: 5048362000

Črtne kode:

- ponedeljek: 9770350497102
- torek: 9770350497119
- sreda: 9770350497126
- četrtek: 9770350497133
- petek: 9770350497140
- sobota: 9770350497157

Podatki o obiskanosti:



Izberite obdobje ...

Gemius
Gemius.com



Skrbnik: **WEBMASTER** (blog)
Informacije: 02 23 53 346

