

Tupakointi ja nuuskan käyttö haittaavat

SUUN TERVEYTTÄ

- Tupakointi ja nuuskan käyttö aiheuttaa voimakkaan nikotiiniriippuvuuden.
- Jopa 80 % suusyövistä selittyy tupakoinnista ja runsaasta alkoholin käytöstä.
- Tupakointi irrottaa hampaita ja tulehduttaa hammasimplantteja, mutta peittää ientulehduksen merkit.

TUPAKOINNIN HAITTAVAIKUTUKSIA

- Hampaiden pysyvät värjäytymät
- Pahanhajuinen hengitys
- Karvakieli
- Parodontiitti, peri-implantiitti (luukato) ja tulehdus hammasimplantin ympärillä
- Limakalvomuutokset ja syövän esiasteet
- Suusyöpä

NUUSKAN HAITTAVAIKUTUKSIA

- Pahanhajuinen hengitys
- lenten vetäytymät nuuskan pitopaikassa sekä hampaiden kiinnityksen menetyistä
- Limakalvomuutokset, ns. norsunnahka
- Nuuskan käyttö edistää mahdollisesti suusyöpää

Tupakoinnin ja nuuskan käytön puheeksiotto on osa suun terveyden edistämistä

- KYSY** säännöllisesti ja seuraa lopettamista.
- KIRJAA** kesto ja määrät potilastietojärjestelmään.
- KESKUSTELE** potilaan kanssa lopettamisesta ja tee lyhyt nikotiiniriippuvuudesta (HSI).
- KEHOTA** lopettamaan ja auta lopettamisessa potilaslähtöisin menetelmin
- tarvittaessa nikotiinikorvaushoitotuotteet tai tupakan vieroituslääkkeet yksilöohjauksen tukena
 - nuuskan käyttö ei ole vaihtoehto tupakoinnille, vaan ylläpitää nikotiiniriippuvuutta
 - sähkösavukkeet voivat ylläpitää nikotiiniriippuvuutta eikä niiden tehosta tupakoinnin lopettamiseksi ole tutkittua tietoa
- KANNUSTA JA MOTIVOI** potilasta! Repsahduksista ei kannata lannistua vaan yrittää lopettamista uudelleen.

MUISTA

Tupakointi lisää suusairauksien riskiä diabeetikoilla ja heikentää diabeteksen hoitotasapainoa.

Tupakoimattomana leikkaukseen: tupakoinnin lopettaminen ja terve, tulehdusvapaa suu vähentävät leikkauskomplikaatioita.



Suomen Hammaslääkäriliitto
Finlands Tandläkarförbund



TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS