

Consulenza competente nella cura orale e dentale

Suggerimenti delle igieniste dentali

Edizione 7: alitosi

Nei rapporti interpersonali l'alitosi svolge un ruolo decisivo e, spesso, a svantaggio delle persone interessate, viene considerata un tabù.

L'alitosi – quali le cause?

L'alitosi è un sintomo dietro il quale si possono celare diverse cause, originate da vari organi. **Il 90% delle cause dell'alitosi risiede nel cavo orale.** Le ricerche dimostrano che **la patina sul dorso della lingua per circa il 60% dei casi è almeno una concausa.**

La causa dell'alitosi può risiedere anche nello **spazio rinofaringeo** ed essere provocata da malattie delle cavità nasali o dei seni paranasali come anche da infiammazioni della faringe.

Raramente la causa ha sede nell'apparato **respiratorio o digerente**. In questi casi l'odore sgradevole fuoriesce con l'aria espirata o attraverso l'esofago e viene percepito come alitosi. Le cause sono in particolare le malattie degli organi menzionati.



L'alitosi che origina dal cavo orale

Insorgenza

I batteri che colonizzano il cavo orale decompongono varie sostanze a contenuto proteico come le cellule epiteliali desquamate delle mucose, componenti della saliva o residui di cibo. Ne derivano composti volatili dello zolfo, responsabili dell'odore sgradevole.

Questo processo si svolge in tutte le zone in cui l'igiene orale non può essere effettuata o effettuata solo difficilmente. Di queste zone fanno parte qualsiasi nicchia, cavità o tasche gengivali che sono presenti nelle persone affette da malattie parodontali. **Tuttavia, la superficie superiore della lingua, come già ricordato precedentemente, risulta essere molto importante.**

La patina sulla lingua

Il 60-80% di tutti i batteri, presenti nel cavo orale, si trova sul dorso della lingua. Il dorso della lingua è formato da innumerevoli papille. Tra queste papille ci sono condizioni ideali per i batteri, motivo per cui essi vi possono proliferare indisturbati.

Provvedimenti raccomandati

Con una precisa **pulizia giornaliera della lingua** viene ridotto il numero dei batteri che determinano la formazione dell'alito cattivo. A questo scopo si usano **dei pulisci lingua**. Inoltre si può applicare un **gel per la lingua** sull'apposita spazzola. Questi gel svolgono un'azione antisettica e legano i composti dello zolfo maleodoranti. In alternativa, dopo la pulizia della lingua, si può usare un **collutorio** che svolge la stessa funzione.

Facendo uscire il più possibile la lingua dalla bocca, la si deterge con movimenti cauti e dolce pressione dalla parte posteriore verso la punta. Infine la bocca viene sciacquata con acqua e la spazzola per la lingua viene pulita sotto acqua corrente. In caso di conati di vomito, può essere utile chiudere gli occhi durante le manovre di pulizia. Come gradevole effetto collaterale della pulizia della lingua, si percepisce spesso un miglioramento del senso del gusto.



Fattori stimolanti

■ Secchezza della bocca, fumo e alimentazione

La bocca secca causa l'alitosi. La secchezza della bocca può verificarsi quando **l'attività delle ghiandole salivari è inibita** (soprattutto da effetti collaterali di medicinali, cfr. edizione 1).

Anche nelle persone sane la bocca a volte si presenta secca. Per esempio: dopo aver **dormito** (flusso salivare minimo durante il sonno), **respirando con la bocca** (mancata chiusura delle labbra), in caso di **nervosismo o stress**, in caso di **scarsa assunzione d'acqua**, dopo **sudorazione** o dopo aver **parlato per molto tempo**. L'alitosi viene inoltre influenzata dal **fumo**, dal **consumo frequente di caffè** e dall'**alimentazione**.

■ Malattie del cavo orale

Esistono inoltre varie malattie del cavo orale che rappresentano una concausa dell'alitosi e che possono essere influenzate favorevolmente dalla pulizia giornaliera della lingua. Si tratta in particolare delle **infiammazioni delle gengive** (gengiviti), delle **infiammazioni del parodonto** (parodontiti), delle **infiammazioni che circondano gli impianti** (perimplantiti) e delle **carie**.

In generale vale quanto segue

Sapendo che la patina sulla lingua rappresenta spesso la causa o perlomeno una concausa della formazione dell'alitosi, in linea di principio si può raccomandare la **pulizia giornaliera della lingua**. Se, nonostante questo provvedimento, dopo alcuni giorni non si rilevasse un concreto miglioramento, occorrerà effettuare una visita del cavo orale. Nel caso in cui la causa risiedesse nel cavo orale, **l'igienista dentale** effettuerà il trattamento indicato e, se necessario, consulterà l'odontoiatra. Qualora non fosse possibile trovare la causa dell'alitosi nel cavo orale, ci si dovrà sottoporre a una **visita medica**.

Un progetto di

Swiss Dental Hygienists

Con il gentile contributo di

**Pierre Fabre
ORAL CARE**