

PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

Ipertensione

I consigli dell'Igienista Dentale

L'ipertensione arteriosa è caratterizzata dall'innalzamento della pressione del sangue nelle arterie.

- In un soggetto iperteso aumenta il rischio di infarto o insufficienza cardiaca
- Esiste una doppia **correlazione** tra **patologie del cavo orale e ipertensione**
- I batteri parodontali possono favorire lo sviluppo dell'ipertensione o il suo aggravamento
- **I farmaci antiipertensivi** possono indurre una **ipertrofia gengivale** (gengive gonfie)
- Una bocca sana ritarda l'esordio dell'ipertensione
- Un **buon controllo della placca batterica** attraverso l'uso quotidiano dello spazzolino, filo o scovolino, migliora la gestione dell'ipertensione
- Sottoporsi regolarmente a sedute d'igiene orale professionale dall'igienista dentale: i controlli periodici possono intercettare precocemente eventuali problemi
- Adottare uno **stile di vita sano, dieta iposodica** (frutta e verdura, cibi ricchi di omega 3), attività fisica regolare (20 minuti di camminata giornaliera)

