

Viisaudenhampaiden hoitosuositus YTHS:ltä

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön laatiman suosituksen tavoitteena on turvata opiskelijalle ongelmaton opiskeluaika viisaudenhampaiden suhteen. Arvio poistotarpeesta pitäisi tehdä 19-21-vuotiaana. YTHS:n viisaudenhampaiden kirurginen hoitosuositus tähdentää tapauskohtaista tarkastelua: kaikkia puhkeamattomia ja oireettomia viisaudenhampaista ei ole välttämätöntä poistaa, mutta niiden tilannetta on hyvä seurata. Joissakin tapauksissa viisaudenhampaat kannattaa poistaa ennakkoivasti.

Suosituksen ovat laatineet suukirurgian erikoishammaslääkäri, dosentti **Irja Ventä** ja johtajahammaslääkäri, dosentti **Lauri Turtola**. Irja Ventä toimii myös kansallista, koko Suomea varten tarkoitettua Käypä hoito -suositusta valmistelevalle työryhmän puheenjohtajana.

Suositus on tarkoitettu yleis- ja erikoishammaslääkäreille, jotka joutuvat arvioimaan nuorten aikuisten viisaudenhampaiden poistotarvetta tai vastaamaan niiden hoidosta. Suositus sopii myös oppikirjaksi hammaslääketieteen, lääketieteen ja suun terveydenhuollon opiskelijoille.

YTHS:n potilailla viisaudenhampaita koskevat ongelmat ovat keskeisiä. YTHS on halunnut laatia oman hoitosuosituksen, koska koko maata koskevaa Käypä hoito -suositusta ei vielä ole.

Suositus perustuu YTHS:n omiin tutkimuksiin sekä ulkomaisiin vastaa-

viin suosituksiin ja kirjallisuushakuun. Aiheen tutkimusta on Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiössä pidetty tärkeänä, sillä viisaudenhampaisiin liittyvät ongelmat ajoittuvat opiskeluaikaa. YTHS:llä on pitkät perinteet viisaudenhampaiden tutkimuksessa: ensimmäinen, vuonna 1949 aloitaneiden opiskelijoiden viisaudenhampaita koskeva tutkimus aloitettiin jo yli 50 vuotta sitten.

Viisaudenhampaiden puhkeamattomuus on yleistynyt opiskelijoiden keskuudessa viime vuosikymmeninä. Suomessa viisaudenhampaiden puhkeamattomuus on yleisempää kuin missään muualla maailmassa. Ainakin yksi puhkeamaton tai osin puhjennut viisaudenhampa on 84 %:lla 20-vuotiaista 1. vuoden opiskelijoista. Viisaudenhampaiden normaali puhkeamisikä on 19-20 vuotta. Vain muutama prosentti viisaudenhampaista puhkeaa 26 ikävuoden jälkeen.

Suositus on saatavissa maksutta YTHS:n verkkopalvelusta Pdf-muodossa osoitteesta www.yths.fi > Tutkimukset ja julkaisut > Verkkajulkaisut. Painettua suositusta voi tilata suoraan YTHS:ltä osoitteesta julkaisutilaukset@yths.fi. Julkaisun hinta postituskuluineen on 15 euroa.

Yksilöllistä tukea tupakoinnin lopettamiseen

Yliopiston Apteekki tarjoaa yksilöllistä tupakoinnin lopettamispalvelua.

Lahjakortin palveluun voi hankkia vaikkapa ystävälle tai puolisololle. Tupakoinnin lopettaminen on haastavaa. Usein lopettaminen edellyttää 3-4 yritystä, nikotiinikorvaushoitoa ja tukea. Ryhmän tai tukihenkilön tuki on erityisen tärkeä repsahdusten hetkellä.

Yliopiston Apteekki tarjoaa yksilöllistä tukipalvelua tupakasta irtautujalle. Palvelun tavoitteena on tukea lopettajaa säännöllisesti niin kauan kuin repsahdusriski on suurimmillaan. Säännöllisissä tapaamisissa keskustellaan lopettamisen haasteista ja haetaan yhdessä ratkaisuja vaikeuksien voittamiseen.

Palvelun aloitustapaamisessa Yliopiston Apteekin farmaseuttisen koulutuksen saanut tukihenkilö kartoittaa asiakkaan tupakointitapoja ja arvioi nikotiiniriippuvuuden astetta. Tapaamisessa keskustellaan virotusoireista ja niistä selviämisestä. Asiakkaalle laaditaan yksilöllinen ohjelma, joka koostuu sopivan korvaushoitomuodon valinnasta ja seuraavista tapaamisista. Tukipalvelu jatkuu noin puoli vuotta säännöllisin tapaamisoin, viimeisillä kerroilla aloitetaan korvaushoidon asteittainen vähentäminen.

Lahjaksi ystävälle

Yliopiston Apteekissa on tarjolla lahjakortteja, joilla palvelun voi antaa lahjaksi esimerkiksi ystävälle tai puolisololle. Palvelu on tarjolla myös yritysten työntekijöille, joita työnantaja haluaa kannustaa lopettamiseen. Palvelun hinta on kanta-asiakkailla 30 euroa ja muille asiakkaille 50 euroa. Palvelu on tarjolla joulukuun alusta lähtien.

Hyvä Hammaslääkäriliiton jäsen
— oletan muistanut toimittaa muuttuneet osoitetietosi sekä sähköpostiosoitteesi Liiton toimistoon.

Ilmoitukset
Seija Kokoralle, os. seija.kokora@fimnet.fi.