

# Higijenske navike očuvanja oralnog zdravlja definiranog uzorka gradske populacije

## Hygienic Habits of Oral Health Care in a Defined Sample of Urban Population

Mario Štambuk  
Jadranka Štefanac-Papić\*  
Zdravko Rajić\*\*  
Dario Štambuk

Samostalna stomatološka ordinacija u Zagrebu

\* Zavod za ortodonciju Stomatološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

\*\* Zavod za dječju i preventivnu stomatologiju Stomatološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu

### Sažetak

*Cilj je ovoga rada da se ustanovi kakve su postojeće higijenske navike očuvanja oralnog zdravlja određenog uzorka gradske populacije.*

*Uzorak se sastoji od 534 ispitanika, od toga 396 ženskog i 138 muškog spola, dobi 9 do 51 godine.*

*Podaci su sakupljeni metodom anketnog upitnika uz pomoć za to kvalificiranih anketara. Za primarnu obradu podataka izabrano je 6 pitanja o higijeni usne šupljine.*

*Rezultati su prikazani u obliku odgovora izraženih u postocima, te kroz 5 grafikona. Izvršena je statistička obrada.*

*Važniji zaključci:*

*1. većina ispitanika vjeruje da je 2 puta dnevno sasvim zadovoljavajući broj pranja zubi (77,5% odgovora);*

*2. izjava o osobnom pranju zubi nakon svakog jela nedovoljno je zastupljena (36,4%) iako je većina ispitanika svjesna da bi to tako trebalo biti (70,2% odgovora);*

*3. budući da je faktor neznanja isključen, proizlazi da ispitanici ne četkaju zube bar 3 puta dnevno, tj. poslije svakog jela, zato što se u našoj sredini uglavnom još nije uvriježilo mišljenje da se karijes i neoprani zubi smatraju posljedicom nehigijene.*

*Ovaj nalaz upućuje na potrebu intenzivnijeg rada na podizanju općenitih shvaćanja ljudi u vezi s važnošću higijene usne šupljine.*

*Ključne riječi: oralna higijena, oralno zdravlje, anketa*

Acta Stomatologica Croatica  
1992; 26: 21-28

IZVORNI  
ZNANSTVENI RAD

Primljeno: 8. listopada 1991.

### Uvod

Zakon o zdravstvenoj zaštiti i zdravstvenom osiguranju (1) u članku 5 kaže da je svatko dužan voditi brigu o svome zdravlju, tj. da se »radnici i drugi radni ljudi i građani samozaštiti-

nim aktivnostima brinu za čuvanje svojeg zdravlja, zdravlja djece i omladine, za ostvarivanje zdravstvenih uvjeta okoline u kojoj žive i rade i za izvršavanje propisanih mjera zdravstvene zaštite«.

Ovako formulirana odredba stavlja pred svakog zdravstvenog osiguranika i zadatak čuvanja oralnog zdravlja. Poznato je da je karijes bolest od koje boluje velik dio populacije. Prevencija karijesa različita je u pojedinim područjima (2, 3, 4, 5, 6, 7), jer specifični ekološki faktori sudjeluju u patogenezi oboljenja. Utjecaj oralne higijene na prevalenciju karijesa i parodontopatija s epidemiološkog se stajališta još uvijek nije jednoznačno odredio, tako da postoje različita mišljenja o važnosti održavanja higijene usne šupljine (8, 9, 10, 11, 12, 13, 14). Većina je autora uspjela ustanoviti postojanje korelacije između nedovoljne higijene usne šupljine i pojavljivanja karijesa te parodontoloških bolesti (15, 16, 17). Smatra se da zdravstveno higijenske navike i motiviranost u prevenciji navedenih bolesti imaju presudnu ulogu (18, 19, 20).

Budući da u literaturi postoje stanovite potvrde o vezi između održavanja higijene usne šupljine i oralnih bolesti, cilj je ovoga rada da ustanovi kakve su postojeće higijenske navike očuvanja oralnog zdravlja određenog uzorka gradske populacije.

### Materijal i metode rada

Uzorak je bio reprezentativan i sastojao se od 534 ispitanika, od toga 396 ženskog (74,2%) i 138 muškog spola (25,8%), u dobi od 9 do 51 godine.

Podaci su sakupljeni metodom anketnog upitnika uz pomoć 10 anketara koji su prije početka rada prošli pripremu s psihologom, stručnjakom za provođenje anketnih ispitivanja. Ispitanicima anketa nije bila najavljena kako bi se izbjeglo eventualno pripremanje za odgovore. Trajanje anketiranja ograničeno je na vrijeme od 45 minuta, tako da se u terminu jednog školskog sata proveo cjelokupan postupak: upute ispitanicima, dijeljenje anketnih upitnika, ispisivanje odgovora, davanje eventualnih dodatnih objašnjenja i pojašnjenja vezanih uz pojedina pitanja, sakupljanje anketnih upitnika i završetak ankete uz uobičajenu zahvalu ispitanicima.

Anketni upitnik sastojao se od 35 pitanja, a za obradu u ovom radu izabrano je 6 pitanja koja čine cjelinu, jer su tu zastupljena općenita pitanja o higijeni usne šupljine i o tome kako je ispitanik osobno održava.

### Rezultati

Rezultati su prikazani u obliku odgovora na 6 pitanja (tablica 1); izraženi su u postocima te kroz 5 grafikona (sl. 1–5). Obradeni su statistički, upotrebom BASIC programa. Izvršena je primarna obrada podataka koja se sastojala od jednostavnog prikaza dobivenih rezultata bez pokušaja dobivanja uvida o odnosima među pojedinim varijablama.

Tablica 1. Rezultati ankete

Table 1. Results of the pool

Pitanje broj 1. JE LI ČIŠĆENJE ZUBI VAŽNO ZA ZDRAVLJE ZUBI I USNE ŠUPLJINE?

a) DA	98,1% odgovora
b) NE	1,7% odgovora
c) ne znam	0,2% odgovora

Pitanje broj 2. KOLIKO PUTA DNEVNO TREBA PRATI ZUBE DA BI SE SAČUVALI ZDRAVI?

a) 1 x dnevno	2,5% odgovora
b) 2 x dnevno	32,5% odgovora
c) 3 x dnevno	54,2% odgovora
d) više od 3 x dnevno	7,8% odgovora
e) ne znam	3,0% odgovora

Pitanje broj 3. KOLIKO PUTA DNEVNO PERETE ZUBE?

a) 1 x dnevno	16,5% odgovora
b) 2 x dnevno	55,3% odgovora
c) 3 x dnevno	21,4% odgovora
d) više od 3 x dnevno	4,5% odgovora
e) ne znam	2,3% odgovora

Pitanje broj 4. ŠTO MISLITE JE LI TO:

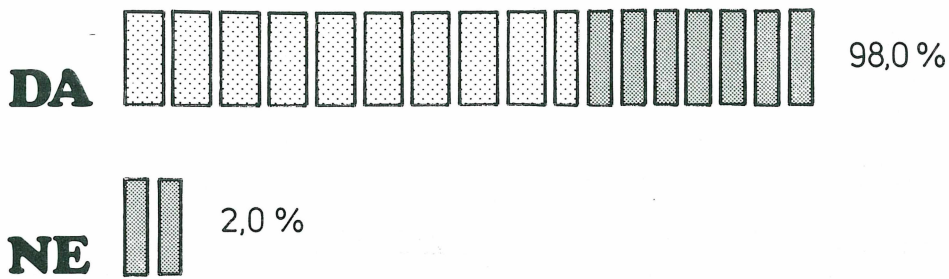
a) malo	22,5% odgovora
b) dosta	77,5% odgovora
c) mnogo	0,0% odgovora

Pitanje broj 5. KADA JE, PO VAŠEM MIŠLJENJU, POTREBNO PRATI ZUBE KAKO BI SE SPRIJEČILO NJIHOVO KVARENJE?

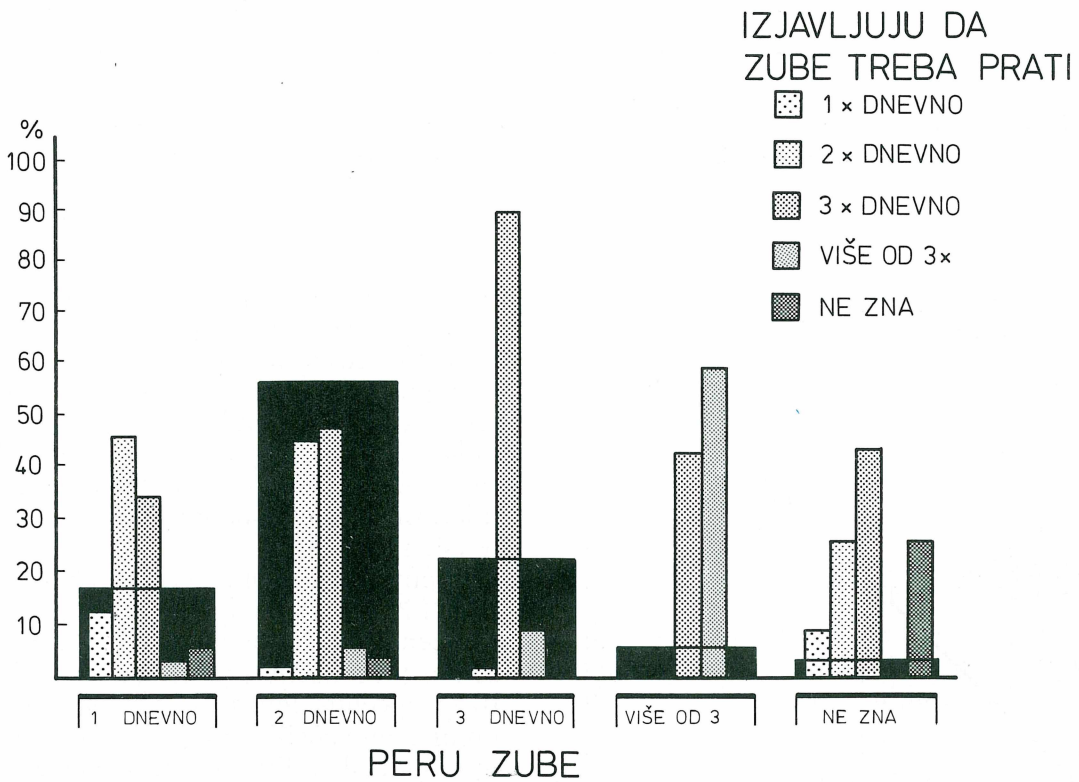
a) ujutro	6,2% odgovora
b) prije večere	0,6% odgovora
c) poslije večere	19,5% odgovora
d) poslije jela	70,2% odgovora
e) nije uopće važno	2,6% odgovora
f) ne znam	0,9% odgovora

Pitanje broj 6. KADA OSOBNO PERETE ZUBE?

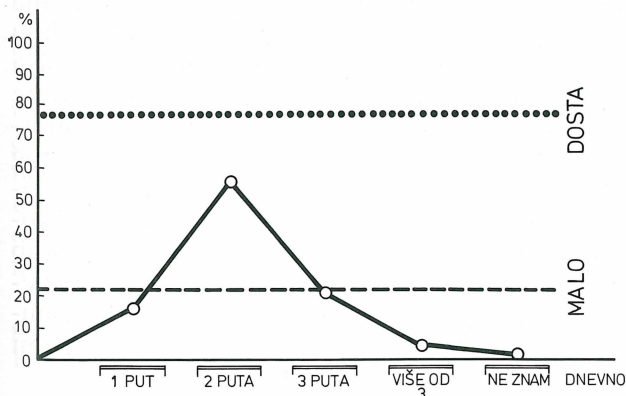
	DA	NE
a) ujutro	54,3	45,7%
b) prije večere	1,3%	98,7%
c) poslije večere	50,7%	49,3%
d) poslije jela	36,4%	63,6%
e) prije izlaska	15,3%	84,7%
f) uopće ne perem	1,5%	98,5%



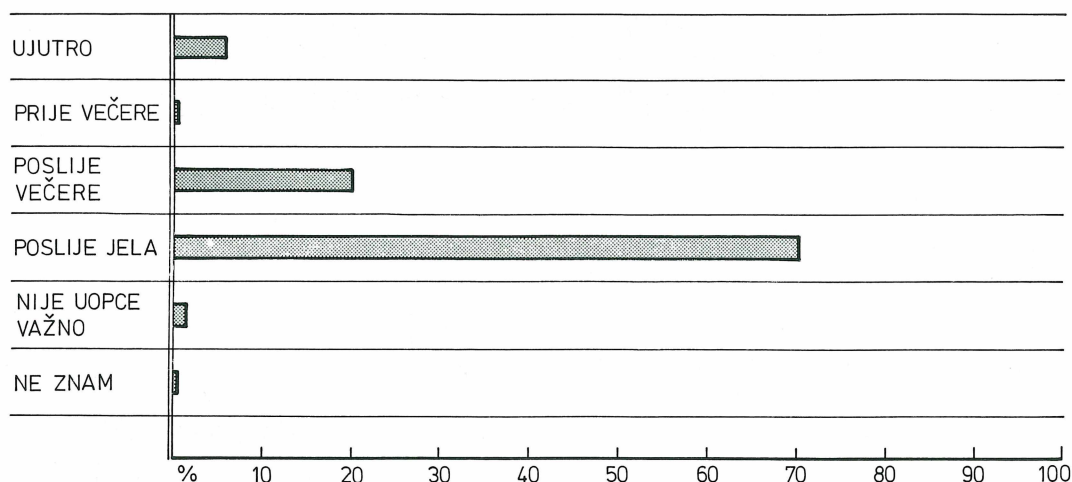
Slika 1. Da li je čišćenje zubi važno za zdravlje zubi i usne šupljine?  
Figure 1. Is tooth brushing important for dental and oral health?



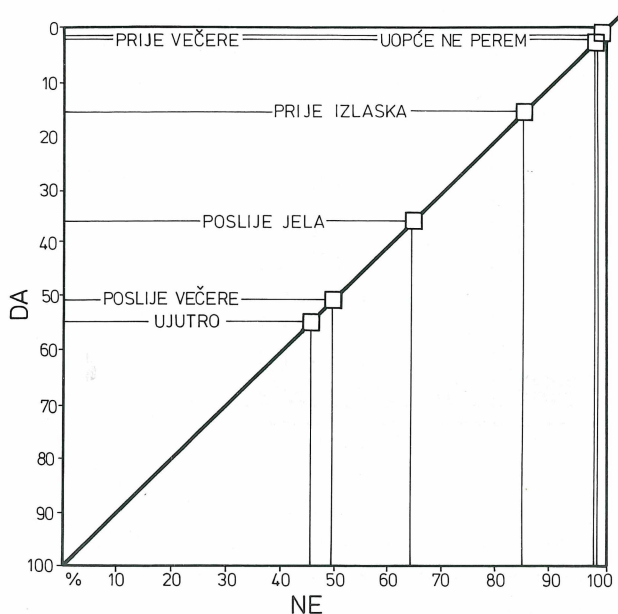
Slika 2. Koliko puta dnevno perete zube, a koliko puta ih treba prati?  
Figure 2. How many times a day you brush your teeth, and how many times you should do?



Slika 3. Koliko puta dnevno perete zube i što mislite da li je to malo, dosta ili mnogo?  
Figure 3. How many times a day you brush your teeth and what do you think; is it a little, enough or a lot?



Slika 4. Kada je po vašem mišljenju potrebno prati zube da bi se spriječilo njihovo kvarenje?  
Figure 4. When is, according to your opinion, necessary to brush teeth to prevent caries?



Slika 5. Kada osobno perete zube?  
Figure 5. When do you brush your teeth?

### Rasprava

Prvo pitanje u anketnom upitniku primijenjenom za ovo istraživanje (DA LI JE ČIŠĆENJE ZUBI VAŽNO ZA ZDRAVLJE ZUBI I USNE ŠUPLJINE?) jest stereotipno pitanje na koje svaki ispitanik može dati odgovor bez bojazni da pokaže svoje neznanje ili eventualno nepridržavanje higijenskih normi. Takva se pitanja često po-

stavljaju u anketama o »osjetljivim« pitanjima (problemima) da se u ispitanika razbije početna nervoza i strah od ankete. Nadalje, takvim se pitanjima ispitanicima pokazuje da anketa nije teška, da su pitanja laka, te se time smanjuje njihov oprez, ali se ujedno i potiču na daljnje sudjelovanje. Napokon, takvim se pitanjem usmjerava tok misli ispitanika na stvarni cilj ankete (sl. 1).

Pitanje br. 2 (KOLIKO PUTA TREBA DNEVNO PRATI ZUBE DA BI SE SAČUVALI ZDRAVI?) postavljeno je tako da predstavlja neutralnu i općenitu formulaciju problema. Od ispitanika se traže općenite informacije o općenitom stavu prema frekvenciji koja je, po njegovu mišljenju, optimalna. Pri tome se od njega ne traži da se izjašnjava o svojim navikama. Taj je element vrlo bitan. Naime, ispitanici najčešće nastoje uljepšati odgovore koji se odnose na njih same. Međutim, kad su upitani o općenitim stavovima ili o ocjeni ponašanja neke druge osobe, daju odgovore koji su bliži pravom stanju stvari. Na taj način primijenjen je mehanizam psihološke projekcije. Projekcija je ponašanje u kojem ispitanik svoje stavove, mišljenja, opis vlastitog ponašanja projicira (prenosi) u neku drugu situaciju, na neke druge ljude, te tako svoje osobine pripisuje drugim osobama. Za ovaj pristup odlučili smo se zbog odraslih ispitanika. U djece nije potrebno postavljati takve i slične »zamke«, jer u njih nisu još jako izraženi mehanizmi davanja socijalno prihvatljivih odgovora.

Anketa je pokazala kako 1/2 ispitanika (54,2%) smatra da je čistoća od tri puta dnevno optimalna. Zanimljivo je da 1/3 ispitanika (32,5%) tvrdi kako je frekvencija od 2 puta dnevno sasvim zadovoljavajuća. (Iz kasnijih je analiza vidljivo da stariji ispitanici smatraju da zube ne treba prati češće od 2 puta dnevno.)

Odgovori na konkretno pitanje o vlastitim navikama pitanje broj 3: (KOLIKO PUTA DNEVNO PERETE ZUBE?), pokazuje određene razlike između stvarnog i potrebnog. U odgovorima je došlo do svojevrsne inverzije kategorija: najbrojnija kategorija više nije c) – »3 puta dnevno«, nego b) – »2 puta dnevno«. Dakle, većina ispitanika je svjesna kako zube treba prati najmanje 3 puta dnevno iako zapravo to ne čini (sl. 2). Kasnija analiza će pokazati da osnovni razlozi za takvo ponašanje leže u skupini faktora koje najlakše možemo objediniti pod terminom »obitelj«, odnosno »utjecaj najuže društvene okoline«.

Zbroje li se postoci odgovora »2 puta dnevno«, »3 puta dnevno« i »više od 3 puta dnevno«, dobiva se podatak da 81,2% ispitanika izjavljuje da zube četkaju 2 ili više puta dnevno, što je gotovo identičan rezultat (83%) kao u Petersonovom istraživanju zdravstvenog odgoja odraslih Danaca (21). Iz odgovora na pitanje broj 4 (ŠTO MISLITE, DA LI JE TO MALO, DOSTA, MNOGO) vidi se da većina ispitanika (77,5%), koji inače peru zube do dva puta dnevno, smatra da je to dovoljno. Samo 22,5% ispitanika nije zadovoljno čistoćom kojom pere zube.

Zadovoljstvo većine ispitanika sasvim je razumljivo, jer se oni uklapaju u shemu ponašanja svojih roditelja, te ne vide razloga za promjenom takve sheme (sl. 3).

Iz odgovora na pitanje broj 5 (KADA JE PO VAŠEM MIŠLJENJU POTREBNO PRATI ZUBE KAKO BI SE SPRIJEČILO NJIHOVO KVARENJE?) proizlazi da je za većinu ispitanika moguće kazati da znaju kada je potrebno prati zube kako bi se spriječilo njihovo kvarenje (POSLIJE JELA = 70,2% i POSLIJE VEČERE = 19,5% odgovora). Dominantno ponašanje ispitanika je takvo da nije usklađeno s navedenim »idealnim« načinom održavanja higijene. Raniju tvrdnju o utjecaju faktora ponašanja odraslih članova obitelji treba sada, kada je faktor neznanja eliminiran iz diskusije, proširiti (sl. 4).

U većini obitelji očigledno se kvar zubi ne smatra posljedicom nehigijene i »prljavštine«. Karijes nije bolest koje bi se trebalo stidjeti.

Drugim riječima, neoprani zubi nisu isto što i neoprane noge ili drugi dijelovi tijela. U ovom elementu nalazi se i važan dio rješenja za poboljšanje navika vezanih uz održavanje higijene usne šupljine. Svakako treba usmjeriti dio nпора i na uvjeravanje da je čistoća usne šupljine isto tako važna kao i čistoća tijela (npr.: »sramota je pustiti da dođe do karijesa«).

Obrada odgovora na pitanje broj 6 (KADA OSOBNO PERETE ZUBE?) postavljena je tako da omogućuje davanje više odgovora. Zbog toga se svaki odgovor tretira kao zasebno pitanje, te je u svakom odgovoru zbroj 100% (DA – NE). Odgovori pokazuju da dominantni oblik ponašanja ispitanika daje slijedeću shemu: PRANJE ZUBI UJUTRO I POSLIJE VEČERE (54,3% i 50,7%), odnosno PRIJE SPAVANJA (sl. 5). Slične rezultate nalazimo i u drugih istraživača (20, 22).

Linn (22) je ustanovio da većina od ispitanih adolescenata u Minneapolisu preferira četkanje zubi ujutro (65%) i navečer (65%), ali i prije izlaska (40%). Budući da je samo 15,3% naših ispitanika odgovorilo da pere zube prije izlaska, to potvrđuje već prije spomenutu činjenicu da se kod naših ljudi još nije uvriježilo mišljenje da je nehigijena usne šupljine nešto čega bi se trebalo stidjeti.

## Zaključci

1. Anketa je pokazala kako ne postoji odstupanje od stereotipa: »Čišćenje zubi je važno za zdravlje zubi i usne šupljine« (98,1% odgovora).

2. Većina ispitanika drži da je zube potrebno prati 2 – 3 puta dnevno (32,5% + 54,2% = 86,7% odgovora). Spontani odgovor o potrebi pranja zubi »nakon svakog jela« nije zabilježen anketom.

3. Na pitanje o tome koliko puta dnevno pojedini ispitanik pere zube dobiveni su odgovori koji upućuju na pomak prema nižim vrijednostima: većina odgovora nalazi se u kategoriji 2 puta dnevno (55,3%). Dominira navika četkanja zubi ujutro (54,3%) i navečer (50,7% odgovora).

4. Većina ispitanika vjeruje da je 2 puta dnevno sasvim zadovoljavajući broj pranja zubi (77,5% odgovora).

5. Na pitanje o tome kada je potrebno četkati zube, većina ispitanika daje odgovor kako to treba činiti nakon jela (70,2%). Budući da sasvim opravdano možemo izraziti sumnju u konstataciju da većina ljudi jede dva puta dnevno, proizlazi da se u odgovorima na ovo pitanje javio stereotip, odnosno društveno prihvatljiv odgovor.

6. Očigledna diskrepancija između odgovora na pitanje »koliko puta dnevno treba prati zube da bi se sačuvali zdravi« i na pitanje »kada je potrebno prati zube kako bi se spriječilo njihovo kvarenje« govori o tome da ispitanici rangi-

raju društvenu važnost pojma higijene usne šupljine. Budući da se ispitanici nisu potrudili zamaskirati svoje odgovore (i dati one koji su društveno prihvatljiviji), može se zaključiti da se činjenica o nedovoljnom pranju zubi ne smatra toliko važnom da bi ljude natjerala »da se srame«.

Nedovoljno četkanje i nečetkanje zubi očito ne zauzimaju visoko mjesto na ljestvici društveno prihvatljivih oblika ponašanja pojedinaca. Ovaj nalaz upućuje na potrebu intenzivnijeg rada na podizanju općenitih shvaćanja ljudi u vezi s važnošću higijene usne šupljine.

#### HYGIENIC HABITS OF ORAL HEALTH CARE IN A DEFINED SAMPLE OF URBAN POPULATION

Adresa za korespondenciju:  
Address for correspondence:

##### Summary

*The aim of this study was to assess the existing hygienic habits of oral health care in a defined sample of urban population. The sample consisted of 534 subjects, 396 females and 138 males, aged 9–51 years. Data were collected using the questionnaire method performed by qualified poll-takers. Six questions on oral cavity hygiene were chosen for primary data processing. Results are presented as answers expressed in percentages and in 5 graphs. Statistical processing was performed. The following conclusions were made: (1) most subjects believe that brushing the teeth twice daily is quite enough (77.5% of answers); (2) reporting on brushing the teeth after each meal was inadequately represented (36.4%), although most subjects were aware they should have done it (70.2%); and (3) as the factor of ignorance was ruled out, it appeared that the study subjects did not brush their teeth at least 3 times daily, i.e. after each meal, because in our society caries and unbrushed teeth have not yet been considered a consequence of the lack of hygiene.*

*This finding pointed to the need of intensified activities to improve the people's general understanding of the importance of oral hygiene.*

Key words: oral hygiene, oral health, pool

Dr. sc. Mario Štambuk  
Zvonimirova 6  
41000 Zagreb

## Literatura

1. RAJIĆ Z, PAPEŽ D. Zakon o zdravstvenoj zaštiti i zdravstvenom osiguranju (pročišćen tekst). Zagreb: Narodne novine, 1989.
2. MALVITZ D M, BRODERICK E B. Assesment of a dental disease prevention program after three years. *J of PHD* 1989; 49:54–58.
3. PRIMO R E. A report on the efficacy of fluoridated varnishes in dental caries prevention. *Clin Prev Dent* 1985; 7:12–22.
4. BLINKHORN A S, KAY E J. A clinical study in children: comparing the anticaries effect of three fluoride dentifrices. *Clin Prev Dent* 1988; 10:14–22.
5. PERDOK J F, BUSSCHER H J, WEERKAMP A H, ARENDS J. The effects of an aminofluoride – stannous flouride – containing mouthrinse on enamel surface free energy and the development of plaque and gingivitis. *Clin Prev Dent* 1988; 10:3–9.
6. MIHALJ B, VRANKIĆ Ž. Preventivni programi svjetske zdravstvene organizacije za karijes i parodontalne bolesti i njihovo provođenje kod odraslih osoba. Zbornik povzetkov predavanj 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 187.
7. ALEKSANDROV S. Šestogodišnji zdravstveno-vapitni rad i primena fluorida u vrtiću »Ciciban«. Zbornik povzetkov predavanj 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 243.
8. FRANZ E F, BAIME L J. Statistical correlation between oral hygiene and dental caries. *Hel Odont Acta Schweiz Zschr Zahnheilk* 1983; 93:12.
9. KOCH G, ARNEBERG P, THYLSTRUP A. Oral hygiene and dental caries. U: Thylstrup A, Felerkov O, ured. Textbook of Cariology. Copenhagen: Munksgaard, 1986.
10. BATKOVSKI S, KOVAL D, VUKMIROVIĆ P, REĐEPAGIĆ S. Uticaj oblika vještačke nadoknade na akumulaciju dentalnog plaka i gingivalno zdravlje. Zbornik kratkih sadržaja 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 62.
11. CIGLAR I, ŠUTALO J, BOŽIKOV J, ŠKALJAC G. Oralna higijena u bolesnika od šećerne bolesti. Zbornik kratkih sadržaja 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 87.
12. HADŽIOMERAGIĆ M. Odgoj i primjena higijene zubi kod djece do 4 godine. Zbornik kratkih sadržaja 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 242.
13. KOSTIĆ LJ. Analiza oralne higijene u pacijenata zbrinutih fasetiranim krunicama. Zbornik kratkih sadržaja 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 105.
14. VRBOVŠEK J, LESKOŠEK-DENIŠLIČ T. Evaluacija večletne akcije za čiste zobe osnovnošolcev v SR Sloveniji. Zbornik kratkih sadržaja 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 247.
15. BELLINI H T, ARNEBERG P, VON DER FEHR F R. Oral hygiene and caries. *Acta Odontol Scand* 1981; 39:257–264.
16. TOMIĆ M. Uloga oralne higijene u nastanku gingivalnih oboljenja u mentalno retardirane djece. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu. 1986.
17. AURER-KOŽELJ J, SRĐAK-JORGIĆ K, IVIĆ M, PLANČAK D. Prevencija parodontalnih bolesti populacije SR Hrvatske. Zbornik kratkih sadržaja 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 53.
18. PANIĆ N, ĐUKIĆ V. Mi to tako radimo ... (Sprovođenje Preventivnog programa sa decom predškolskog uzrasta na teritoriji jedne novosadske opštine). Zbornik povzetkov predavanj 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 241.
19. SABOLIĆ V, SOTOŠEK M. Video program u funkciji edukacije i motivacije najmlađih pacijenata. Zbornik povzetkov 9. kongresa USJ. Ljubljana: 1988; Abs No 245.
20. VAROŠČIĆ M, HRASTE J. Dentalno zdravlje i zdravstvena kultura učenika. *Acta stom croat* 1986; 20:39–41.
21. PETERSON P E. Dental health behavior among 25–44 years old Danes. *Scand J Prim Health Care* 1986; 4:51–57.
22. LINN E L. Teenagers' attitudes, knowledge and behaviors related to oral health. *J Am Dent Assoc* 1976; 92:946–951.