
HIV e la tua salute orale

Questa scheda informativa spiega i cambiamenti che possono verificarsi nella bocca delle persone che vivono con l'HIV e le misure che possono adottare per mantenere la salute orale.

Perché è importante una bocca sana?

I cambiamenti orali sono molto comuni nelle persone che vivono con l'HIV. Possono verificarsi a causa di un sistema immunitario indebolito e come effetti collaterali dei farmaci. Questi cambiamenti possono causare disagio e portare a difficoltà nel mangiare e nel dormire. Anche il gusto può essere influenzato. Ciò può portare a cambiamenti nelle scelte alimentari e nei modelli alimentari o a una diminuzione dell'appetito. Ciò a sua volta può influire sulla salute e sul benessere generale, sulla capacità del corpo di far fronte al virus e, naturalmente, sulla salute orale. La carie e le malattie gengivali possono modificare l'aspetto di una persona e potenzialmente influenzare l'autostima.

Cambiamenti comuni alla bocca

Bocca asciutta: La xerostomia (secchezza delle fauci) è dovuta a una disfunzione delle ghiandole salivari che comporta una diminuzione della quantità di saliva prodotta e/o un cambiamento nella sua qualità. La secchezza delle fauci può essere lieve o grave e può svilupparsi gradualmente.

In una persona che vive con l'HIV, la secchezza delle fauci può essere causata da ghiandole salivari gonfie, effetti collaterali dei farmaci, presenza di altre infezioni o uso di droghe ricreative.

I sintomi di una bocca secca includono mal di gola, difficoltà a deglutire, sete eccessiva, alitosi e sensazioni di bruciore o formicolio alla lingua o alla bocca.

La saliva è la difesa naturale del corpo contro la carie. Agisce come un serbatoio per minerali come fluoro, calcio e fosfato, che aiutano a rafforzare lo smalto dei denti e a proteggere dalla carie.

La saliva inoltre lava via i residui di cibo attorno ai denti, neutralizza gli acidi nocivi prodotti dalla placca, dai cibi e dalle bevande, protegge i tessuti molli della bocca e previene le infezioni fungine.

Se soffri di secchezza delle fauci, un medico o un dentista potrebbe essere in grado di aiutarti riconoscendo e trattando la causa. Potrebbe essere semplicemente una questione di ridurre l'assunzione di bevande contenenti caffeina e aumentare l'assunzione di acqua.

Per alleviare il disagio della secchezza delle fauci:

- bere frequenti sorsi d'acqua
- masticare una gomma senza zucchero per aumentare il flusso di saliva
- utilizzare "sostituti della saliva" (disponibili presso la maggior parte delle farmacie)
- utilizzare un piccolo flacone spray (atomizzatore) per spruzzare acqua nella bocca a intervalli frequenti.

Le superfici dei denti secche presentano anche un rischio maggiore di danni da acidi (da cibi, bevande e farmaci). Per aiutare a proteggersi dalla carie e/o dall'erosione, un dentista può anche raccomandare l'uso di collutori, gel o dentifrici al fluoro con un livello più elevato di fluoro.

Serramento e digrignamento: Il serramento e il digrignamento abituale dei denti possono verificarsi durante il sonno o come azione inconscia durante le ore di veglia. Alcuni farmaci per l'HIV possono influenzare il sonno, l'umore o i livelli di ansia e quindi aumentare la probabilità di serrare e digrignare.

Il serramento e il digrignamento possono causare grave usura dei denti e dolori alla mascella e alle articolazioni. Per coloro che vivono con l'HIV, il problema dell'usura dei denti può essere aggravato dalla secchezza della bocca. Una bocca secca renderà i denti ancora più vulnerabili all'usura.

Consultare un dentista per consigli e cure.

Cambiamenti di gusto: Cambiamenti del gusto possono verificarsi come effetto collaterale dei farmaci per l'HIV e/o del mugugno orale (candidosi).

Sciacquare la bocca con acqua o un collutorio neutralizzante prima di mangiare può aiutare con il gusto. Consultare un medico o un dentista per un consiglio su un collutorio neutro o altri prodotti che potrebbero essere adatti.

Infezioni comuni

Il mugugno orale (candidosi) è un'infezione fungina della bocca e/o della gola. Un sistema immunitario compromesso o indebolito, come in una persona che vive con l'HIV, offre l'opportunità di una crescita eccessiva di funghi che portano all'infezione.

Il mugugno orale si manifesta comunemente, ma non solo, sulle aree della lingua, sul tetto della bocca e all'interno delle guance. Appare come macchie bianche piccole o grandi. Queste toppe possono essere rimosse con un panno, esponendo il tessuto rosso "grezzo" sottostante. La bocca sarà spesso pelosa, dolorante e pruriginosa.

Quando il mugugno non viene gestito, può causare un cambiamento significativo nel gusto, perdita di appetito e conseguente perdita di peso e un generale peggioramento della salute.

Sono disponibili farmaci antifungini da usare in bocca. Può essere utile un collutorio antisettico o un gel contenente clorexidina. Oltre al consiglio di un medico o di un dentista, potresti voler chiedere il parere di un nutrizionista o di un dietologo per quanto riguarda gli approcci nutrizionali per aiutare a gestire il mugugno orale.

La chelita angolare può essere causata da infezioni fungine e/o batteriche, cattiva alimentazione o carenze immunitarie. Si presenta come una crosta rossa e screpolata agli angoli della bocca che spesso sanguina quando la bocca viene aperta.

Per prevenire l'infezione, mantieni le labbra umide con un balsamo per le labbra, pratica una buona igiene orale e bevi molta acqua. Consultare un medico o un dentista per consigli e trattamenti.

Si ritiene che *la leucoplachia pelosa orale* sia causata dal virus Epstein Barr e spesso si manifesta nelle fasi iniziali dell'infezione da HIV. Non è pericolosa, ma può essere indice di un aumento della carica virale dell'HIV. Appare come chiazze bianche piegate tipicamente sulla lingua o in altre aree della bocca.

Consultare un medico o un dentista per una diagnosi, un consiglio e un trattamento accurati.

Le malattie gengivali (gengivite e parodontite) sono causate principalmente dalla placca batterica. Questa pellicola incolore e appiccicosa contiene milioni di batteri e si forma costantemente sui denti.

La gengivite è un'infezione delle gengive, che diventano rosse e gonfie e sanguinano facilmente, in particolare quando si usa lo spazzolino o il filo interdentale. La gengivite è raramente dolorosa ed è reversibile con una migliore igiene orale. Tuttavia, se la gengivite non viene gestita, può portare alla condizione più grave della parodontite.

La parodontite è una forma grave e irreversibile di malattia gengivale. La parodontite provoca una profonda infiammazione delle gengive che colpisce l'osso che tiene in posizione i denti. La parodontite di solito progredisce lentamente ed è spesso indolore. Se non trattata, la parodontite può distruggere l'attaccamento che mantiene il dente nell'osso, lasciando uno spazio o "tasca" in cui possono accumularsi più batteri e portare alla perdita ossea permanente. I denti si allentano e alla fine possono essere persi.

Rimuovere la placca lavando i denti e lungo il bordo gengivale due volte al giorno con uno spazzolino morbido e usando regolarmente il filo interdentale. Visita regolarmente un dentista. Il tuo dentista ti aiuterà a sviluppare un metodo efficace per la pulizia dei denti e a rimuovere eventuali calcoli (scaglie o tartaro) attorno ai denti e dalle superfici delle radici.

Il fumo complica gravemente la parodontite e influisce sulla salute orale in generale. Tra gli altri effetti collaterali, il fumo riduce il flusso sanguigno alle gengive e quindi può mascherare un grave problema di fondo.

Altre condizioni

Le ulcere alla bocca possono essere molto dolorose e influenzare la capacità di una persona di mangiare. Si presentano come lesioni rosse caratterizzate da un alone di infiammazione, spesso con una copertura giallo-grigia. Le ulcere possono comparire sul pavimento della bocca, sul tessuto gengivale adiacente ai denti, sulla lingua e all'interno delle guance.

Le ulcere della bocca possono essere associate a un sistema immunitario compromesso, effetti collaterali dei farmaci o traumi localizzati nell'area. Le ulcere alla bocca possono essere sintomi di altri virus e pertanto dovrebbero essere segnalate al medico o al dentista non appena compaiono.

Un collutorio con acqua salata (mezzo cucchiaino di sale in una tazza di acqua tiepida) può favorire la guarigione e fornire sollievo dalle ulcere della bocca. Anche i prodotti da banco della farmacia possono fornire un sollievo temporaneo. Nei casi più persistenti e gravi può essere necessaria la prescrizione di farmaci.

Il sarcoma di Kaposi (KS) è una crescita anormale (tumore) che si verifica nelle fasi successive dell'infezione da HIV. Il KS appare più comunemente come macchie viola piatte o in rilievo sulla pelle e può verificarsi anche in bocca.

È importante chiedere consiglio al proprio medico o dentista non appena si notano gonfiori, escrescenze o scolorimenti insoliti dei tessuti molli all'interno della bocca.

I trattamenti utilizzati per rafforzare il sistema immunitario nelle persone che vivono con l'HIV, generalmente aiutano a risolvere le lesioni da KS.



Come mantengo una bocca sana?

- Lavare i denti e lungo il bordo gengivale due volte al giorno con uno spazzolino morbido e un dentifricio al fluoro.
- Usa il filo interdentale regolarmente per rimuovere la placca tra i denti.
- Bevi molta acqua del rubinetto.
- Masticare una gomma senza zucchero per aumentare la saliva.
- Mangia pasti sani e ben bilanciati. Seguire le linee guida dietetiche australiane e limitare cibi e bevande zuccherati. Scegli snack salutari come frutta, formaggio e verdura.
- Non fumare.
- Visita regolarmente il tuo dentista per controlli, cure preventive e consigli sui prodotti per la cura della casa.

Come posso ottenere il massimo dal rapporto con il mio dentista?

È ottimale che il tuo corso di igiene orale sia sviluppato dal tuo dentista in collaborazione con te e il tuo medico.

Devo rivelare il mio stato di sieropositività?

Non esiste alcun obbligo legale per le persone che vivono con l'HIV di rivelare il proprio stato di salute a un operatore sanitario. Tuttavia, l'infezione da HIV spesso si presenta con alcuni problemi specifici di salute orale e pertanto rivelare il proprio stato di salute e fornire dettagli sui farmaci che si assumono può portare a risultati di salute migliori.

Ricorda, indipendentemente dal fatto che il tuo stato di salute venga divulgato o meno, ogni persona ha diritto a un trattamento giusto e adeguato fornito in modo attento e non discriminatorio. Inoltre, non hai alcun obbligo legale di rivelare il tuo stato di salute a un operatore sanitario per la loro protezione. I dentisti sono formati nelle procedure di controllo delle infezioni che riducono il rischio di esposizione a virus trasmessi per via ematica.

Ricorda

- Trova un dentista che lavorerà in collaborazione con te e il tuo medico per una cura ottimale. Visita regolarmente il tuo dentista per controlli, cure preventive e consigli sui prodotti per la cura della casa.
- Assicurati di praticare ogni giorno una buona igiene orale per ridurre al minimo l'esposizione alle infezioni opportunistiche.
- Prenditi del tempo per guardare dentro la tua bocca per individuare segni di infezioni e cambiamenti evidenti.
- Sebbene l'infezione da HIV e gli effetti collaterali che possono verificarsi con il suo trattamento possano rendere impegnative le cure dentistiche, questi stessi problemi rendono la cura dei denti e della bocca ancora più importante.



Per maggiori informazioni

- Contatta il tuo dentista
- Visita www.health.qld.gov.au/oralhealth
- Chiama 13 HEALTH (13 43 25 84) per consigli sanitari riservati 24 ore su 24, sette giorni su sette
- Email oral_health@health.qld.gov.au

© The State of Queensland, Queensland Health, 2024.