

# Strategjia e promovimit shëndetësor oral në Republikën e Kosovës

Agim Begzati

## Autor

### Agim Begzati

Katedra e Pedodoncisë dhe Stomatologjisë Preventive, Fakulteti i Mjekësisë, Universiteti i Prishtinës, Prishtinë, Kosovë

### Për korrespondencë

### Agim Begzati

agim.begzati@uni-pr.edu

## ABSTRACT

Dental caries is one of the diseases with the highest prevalence in children worldwide. According to the data collected by the Clinic of Pedodontics and Preventive Dentistry on the prevalence of caries in preschool and school age children of Kosovo, it is evidenced for a high level of the presence of caries. Every disease, which has a wide distribution, and which is influenced by social conditions, besides being a health problem for the patient, is also a public problem at the same time. Since treatment services are not able to act efficiently in dental diseases, then other options, mainly of a preventive nature, should be considered. Recently, more and more priority is given to oral health promotion initiatives. Health promotion offers opportunities to influence the main determinants of oral health and thus improve oral health in all segments of society. This involves a range of strategies, one of which may be health education. The success of health promotion depends greatly on the development of the cooperation of a large number of subjects, from the involved population, dental professionals and local and state institutions. In the strategy for the promotion of oral health in Kosovo, based on our conditions, changing behaviors in improving oral hygiene and reducing intake of sweet food should be considered as a priority during oral health promotion activities.

## ABSTRAKTI

Kariesi dental është një nga sëmundje me prevalencë më të lartë te fëmijët në mbarë botën. Sipas të dhënave të grumbulluara nga Klinika e Pedodoncisë dhe stomatologjisë preventive për prevalencën e kariesit te fëmijët e moshës parashkollore dhe shkollore të Kosovës, dëshmohet një shkallë e lartë prezencës së kariesit. Çdo sëmundje, që ka një përhapje të gjerë, dhe që ndikohet nga kushtet sociale, përveç që është problem shëndetësor për pacientin, njëkohësisht është edhe problem publik. Meqenëse shërbimet për trajtim nuk janë në gjendje që të veprojnë me efikasitet në sëmundjet dentare, atëherë duhet marr parasysh mundësi të tjera, kryesisht të natyrës parandaluese. Kohët e fundit gjithnjë e më shumë i jepet përparësi iniciativave për promovimit të shëndetit oral. Promovimi shëndetësorë ofron mundësi për ndikuar në determinantat kryesore të shëndetit oral dhe kështu të përmirësojë shëndetin oral të gjitha segmentet e shoqërisë. Kjo përfshin një varg strategjish të ndryshme, një nga të cilat mund të përfshijë edukimin shëndetësor. Suksesi i promovimit shëndetësor varet shumë nga zhvillimi i bashkëpunimit të një numër të madhe subjektësh, që nga popullata e përfshirë, profesionist shëndetësor stomatologjik dhe institucionet e larta lokale dhe shtetërore. Në strategjinë për promovim të shëndetit oral në Kosovë, duke u bazuar në kushte tona, ndryshimi i sjelljeve në përmirësim të higjienës orale dhe reduktimi të marrjes së ushqimit të ëmbël, duhet të konsiderohen me prioritet gjatë aktivitetëve promovuese të shëndetit oral.

**Fjalët kyçe:** shëndeti oral, kariesi dental, OBSH.

## Hyrje

Kariesi dental është një nga sëmundje me prevalencë më të lartë të fëmijët në mbarë botën. Qendra për kontroll dhe parandalim (Center for control and desase prevention), duke u bazuar në etiologjinë, raporton se kariesi dental është sëmundja më e shpeshtë bartëse të fëmijët. Sipas Departamentit Amerikan për Shëndetësi dhe Shërbime Humane, kariesi dental të fëmijët është 5 herë më i shpeshtë se astma [1].

Në studimet tona, të kryera në Kosovë, është regjistruar një prevalencë shumë e lartë e kariesit të fëmijët tanë, në krahasim me fëmijët e shteteve të tjera. Të dhënat e grumbulluara për prevalencën e kariesit tek fëmijët tanë, gjatë vlerësimit të shëndetit oral, tregojnë për një prevalencë më të lartë të kariesit në të dy denticionet, si në të qumështit ashtu edhe në të përhershëm. Sipas të dhënave të grumbulluara nga Klinika e Pedodontisë dhe stomatologjisë preventive për prevalencën e kariesit të fëmijët e moshës parashkollorë dhe shkollorë të Kosovës, dëshkohet për një shkallë e lartë prezencës së kariesit [2]. Shprehur me anë të indeksit dmft/DMFT, prevalenca e kariesit të fëmijët e Kosovës është 89.2% të fëmijët parashkollorë dhe 94.4% të fëmijët shkollorë. Ndërkaq, mesatarja e indeksit dmft/DMFT për fëmijët parashkollorë (grup mosha 2-6 vjeç) është 5.86 dhe për fëmijët shkollorë (grup mosha 7-14 vjeç), është 4.86 [3].

Çdo sëmundje, që ka një përhapje të gjerë, që prek grup të caktuar të moshave, dhe që ndikohet nga kushtet sociale, përveç që është problem shëndetësor për pacientin, njëkohësisht është edhe problem publik dhe social [4]. Ndryshe nga shumica e sëmundjeve kronike, shkaktarët e sëmundjeve dentare janë mirë të njohur dhe janë identifikuar një numër masash efektive parandaluese. Megjithatë, shërbimet për shërimin e tyre dominojnë në të gjitha sistemet e shëndetit oral. Edhe në vendet e zhvilluara, vetëm një përqindje shumë e vogël nga buxheti shtetëror shpenzohet në parandalim, përkundër faktit të njohur se shërbimet për trajtim asnjëherë s'do të "shërojnë" edhe shkaktarët e sëmundjeve dento-orale [5]. Në vendet e pazhvilluar dhe në vendet në zhvillim harxhimet për parandalim janë edhe më të ulëta, përfshirë edhe vendin tonë. Nëse shërbimet për trajtim nuk janë në gjendje që të veprojnë me efikasitet në sëmundjet dentare, atëherë duhet marr parasysh mundësi të tjera. Kohët e fundit gjithnjë e më shumë i jepet përparësi iniciativave për promovimit të shëndetit oral. Duke marr për bazë edhe koston e lartë të shërbimeve, interesi fillon të fokusohet në mjetet alternative në përkujdesjen shëndetësore stomatologjike, të bazuar në masat parandaluese. Në Kosovë tashmë ka kohë, që aktivitet promovuese zhvillohen nga Grupi për promovim të shëndetit oral, Sho-

qata e Stomatologjisë pediatrike dhe preventive, njërive stomatologjike Qendrave të Mjekësisë Familjare, iniciativave të organizuar të organizatave joqeveritare, dhe formave të tjera të organizimit të përkrahura edhe nga Oda e Stomatologëve të Kosovës.

## Shëndeti publike dhe promovimi i shëndetit oral

Shëndeti publik dental mund të definohet si shkencë dhe praktikë për prevencën e sëmundjeve orale, përmirësimin e kualitetit të jetës përmes orvatjeve të organizuara të shoqërisë. Shëndetit publik dental, fillimisht identifikon problemet shëndetësore orale të popullatës, zbulimin e shkaktarëve, ndikimin në këto probleme si dhe planifikimin e aktiviteteve efektive. Praktika e shëndetit publik dental, ka të bëjë me krijimin dhe shfrytëzimin e mundësive për imlementimin e këtyre aktiviteteve në përmirësimin e shëndetit oral [6].

Parimet e shëndetit publik, me një qasje më serizoe dhe shkëncëorë, fillimisht diskutohen në konferencën e ObSh, në vitin 1978 në Alm-Ata [7]. Janë propozuar definicione të ndryshme të promovimit shëndetësor të cilat dallohen në bazë konceptit, qasjes dhe shprehje. Në konferencë e parë për promovim të shëndetit oral në Otava organizuar nga OBSH (1986), definicioni për promovim të shëndetit oral përfshin esencën dhe kuptimin mjaft mirë: "Promovimi shëndetësor përfaqëson një koncept të unifikuar shëndetësor që orienton idetë dhe veprimet në nxitjen e ndryshimeve në mënyrën dhe kushtet e jetesës për të përmirësuar shëndetin e popullatës" [8]. Sipas konkluzioneve të kësaj konference, strategjia për promovim të shëndetit duhet përqendruar në këto tre komponentë të rëndësishme:

- Përqendrimi në identifikimin e faktorëve ndikues të shëndetit-determinantave të shëndetit
- Formimi i një qasje të re strategjike që nga planifikimi dhe deri tek realizimi i promovimit shëndetësor me pjesëmarrja të gjerë të popullatës.
- Puna ekipore me bashkëpjesëmarrje të një varg institucionesh dhe organizatash me qëllim të realizimit efikas të këtyre strategjive.

*Identifikimi i faktorëve dëmtues.* Shumica e faktorëve dëmtues të shëndetit janë si rezultat i shprehive të këqija. Qasja sipërfaqësore andaj këtyre shprehive, nuk është se ka dhënë ndonjë rezultat. Andaj një orientim promovues dhe gjithëpërfshirës me shumë aktivitete, por me një strategji lehtësisht të realizueshme mund të krijoj kushte për përmirësim të gjendjes shëndetësore orale. Edhe sikur në çdo shtëpi të ketë nga një ordinancë stomatologjike, kariesin dental dhe problemet tjera shëndetësore nuk do të mund ti çrrënjosim. Duhet përqendrohemi në

identifikimin e shkaktarëve dhe përmirësimin e shprehive [9]. Një shprehje jo e mirë në gjendjen shëndetësore orale është konsumimi i lartë i produkteve ushqimore që përmbajnë sheqer.

*Qasja strategjike.* Për të zhvilluar politika efikase të promovimit shëndetësor është e nevojshme një qasje e strategjike, që duhet të jetë e bazuar në vlerësim adekuat të nevojave dhe resurseve lokale, për promovim shëndetësor oral. Fatkeqësisht në Kosovë ende nuk kemi një strategji gjithëkombëtare për planifikim dhe organizim gjithëpërfshirës të promovimit shëndetësor oral.

*Puna ekipore.* Partnerë në promovim të shëndetit oral të shëndetit janë: profesionistët shëndetësor, (mjekët/stomatologët, motrat medicinale, punëtorët ndihmës shëndetësor), subjektet edukative (mësueset, udhëheqësit e shkollave, prindërit), autoritetet udhëheqëse qendrorë dhe lokale, organizatat vullnetare, etj.

## Praktikat e promovimit shëndetësor

Sipas, OBSH, praktika e promovimi i shëndetit oral, duhe përqendrohet në këto pesë pika [10]:

- qasja preventive,
- ndryshimi i sjelljes,
- qasja edukative,
- përkushtimi dhe
- ndryshimi social.

*Qasja preventive.* Në vendet e zhvilluar roli i stomatologjisë në parandalimin e sëmundjeve është edhe më i madh, andaj edhe prevalenca e kariesit dentar dhe sëmundjeve të aparatit mbështetës të dhëmbit është më e ulët.

Në aspektin parandalues dhe promovues të shëndetit oral, është shumë me rëndësi të kemi njohuri lidhur me disa faktor themelor që ndikojnë në shëndet, si, njohja e mirë e rolit të ushqimit (sheqernave), higjienës së trupit, higjienës orale, konsumimi të duhanit, etj. Shumë me rëndësi për shëndet oral janë edhe njohurit lidhur me kariesin (etiopatogjeneza), dhe rëndësinë e përdorimit të flourideve në prevencën e kariesit dentar. Gjithashtu, nevojiten, njohurit për shkaktarët dhe masat parandaluese të sëmundjeve periodontale dhe sëmundjeve kancerogjene të gojës. Një nga detyrat themelor të shëndetit publik oral, është që fillimisht të përcaktoj se cilat parime do të përdoren për parandalim, dhe promovimi të shëndetit oral, si dhe të identifikojë rastet për intervenime efektive preventive [11]. Në mjekësi të përgjithshme mënyra parandaluese të veprimit që, aplikohet janë: imunizim, scrining testet e nryshme, etj. Ndërsa në stomatologji, shembuj të tillë janë masat preventive siç janë: fluorizimi, mbushësit

fisurave, krijimi i programeve të skreningut për detektimin dhe preventimin e kancerit oral, etj.

*Ndryshimi i sjelljeve.* Këshillat për ndryshim të sjelljeve janë tejet të dobishme. Këshillat mund të fokusohen në ndryshimin lidhur me shprehitë e të ushqyerit, mirëmbajtjen e higjienës orale. Këshillat mund të jepen në mënyrë individuale ose grupore. Këshillat i japin profesionistët dentar, përmes kontaktit direkt ose me anë të mjeteve të shtypura ose audio-vizuale, rrejtet sociale, etj. Është shumë qartë se furnizimi kontinual dhe aktiv me informata të dobishme, do të çojë në një ndryshim të qëndrueshëm të sjelljes. Ndryshimi i sjelljeve në konsum të sheqernave dhe përmirësim të higjienës orale, dukshëm ndikon në ulje të prevalencës së kariesit dentar.

*Qasja edukative.* Për veç ndryshimit të sjelljeve, njerëzve ju nevojiten edhe njohuri plotësuese, në mënyrë që njohuritë e fituar ti zbatoj në përditshmëri. Edukimi shëndetësor oral-shtylla kryesor e promovimit shëndetësor oral. Edukimi shëndetësor nënkupton procesin e nxitjes dhe motivimit të individëve të moshave dhe gjinive të ndryshme që të pajisen me njohuri themelore dhe të rëndësishme nga shëndeti në mënyrë që të dinë se si duhet mbrojtur dhe ngritur nivelin shëndetësor të organizmit të tyre. Kjo do të vlenë edhe për ngritje të vetëdijes shëndetësore për ruajtje dhe mbrojtjen e shëndetit oral [12].

Ekzistojnë tre qëllime dhe objektiva edukative:

1. Të fituarit e njohurive dhe diturive për shëndetin.
2. Njohja me shprehitë dhe ndryshimin e tyre.
3. Zhvillimin e aftësive dhe motivimi për ndryshimin e sjelljeve.

Edukimi shëndetësor synon të pajis individët dhe /apo komunitetin me diturinë e nevojshme, shprehitë dhe motivimin për mirëmbajtje dhe përmirësim të shëndetit. Prandaj, edukimi shëndetësor mund të konsiderohet si një nga strategjitë kryesore në kuadër të promovimit të shëndetit oral. Gjithsesi, edukimi shëndetësor oral përpiket që të rrisë njohurinë e pacientëve rreth rolit të shëqerërave dhe pllakut dental në etiologjinë e sëmundjeve dentare. Një nga mënyrat aktive edukuese, që mbështetet nga OBSH është programi mbi promovimin shëndetësor në shkolla [13].

Duhet theksuar se do të ishte e pamundur një përfshirje më e madhe e fëmijëve në edukim shëndetësor vetëm gjatë vizitave të mjekut. Andaj edukimi shëndetësor oral duhet të startohet që në ente parashkollore dhe në shkollat fillore. Me edukim shëndetësor duhet që të fillohet që në moshat e hershme në mënyrë që të ndikohet në ngritjen e vetëdijes së fëmijës për ruajtjen dhe mbrojtjen e shëndetit oral. Fëmijët mund të edukohen individualisht por edhe

në grup. Më e preferueshme është që edukimi i fëmijëve për shëndetin oral si dhe demonstrimin praktik të pas-trimit të dhëmbëve të bëhet në grup. Në ato raste interesi dhe motivimi i tyre do të jetë më i lartë. Në mënyrë që të përfshihen të gjithë fëmijët preferohet që edukatorët, mësuesit, arsimtarët por edhe punëtorët shëndetësor të pajisen me njohuri themelore nga shëndetit në tërësi dhe shëndeti oral në veçanti. Organizimi i seminareve trajnuet për ta është metoda më e mirë. Që promovimi i shëndetit oral në shkolla të ketë sukses duhet përfshirë lëndën mësimorë për shëndet oral në programin e tyre arsimor.

**Përkushtimi.** Suksesi i profesionistëve shëndetësor do të varet nga përkushtimi i tij por edhe i pacientit. Në asnjë mënyrë suksesi nuk arrihet pa fuqizuar ndikim e profesionistëve shëndetësor por edhe të atyre që ndihmojnë në forma tjera. Një qasje serioze, kontinuele, e motivuar, sigurisht se do të rezultojë me sukses. Individët duhet inkurajuar pa u përdor metoda e "dirigjimit". Shkathësia e bisedës, identifikimit të problemit, qasja miqësore, krijimi rrethit bashkëpunues dhe fuqizimi i këtyre grupeve, mundëson një promovim të suksesshëm për përmirësim të jetës dhe mirëqenies së tyre.

**Ndryshimi social.** Shëndeti i njeriut është i ndikuar në masë të madhe nga faktorë socio-ekonomik dhe ambiental. Përshtatja e faktorëve socio-ekonomik ka ndikim direkt në suksesin e promovimit të shëndetit oral [14]. Profesionistët shëndetësorë që punojnë në promovim të shëndetit duhet të kenë përkrahje nga gjitha instanca, si ato lokale, qendrore, edhe ato ndërkombëtare ( OBSH). Për shembull, në shëndetin oral, fluorizimi i ujit është një çështje shumë institucionale/politike e cila kërkon një veprim politik për implementim e tij. Ndryshimet sociale kanë të bëjnë direkt me popullatën e prekur nga kushtet sociale të dobëta, përderisa ndryshimi i sjelljes, kryesisht kanë të bëjnë më shprehitë. Përderisa ndryshimi i shprehive bëhet ma anë të metodave edukues, ndryshimet sociale janë ma komplekse dhe i bëjnë institucionet [15].

## Perspektiva e promovimit shëndetësor oral në Republikën e Kosovës

Në mënyrë që promovimi shëndetësor oral të jetë efikas, duhet zbatuar rregullat që përcakton OBSH [8], si dhe krijimi i kushteve për zbatimin e tyre: Këto rregulla përqendrohet në katër fusha kyçe të veprimt:

1. **Krijimin kushteve për promovim të shëndetit**, njihjen me mjedisin dhe identifikimin e mundësive për të bërë ndryshime që ndihmojnë përmirësimin e shëndetit.
2. **Ndërtimin e politikave të shëndetit publik**, me kontribut të gjithë sektorët institucional dhe jo vetëm të atij shëndetësor.

3. **Fuqizimin e veprimeve të komunitetit**, autorizimin e individëve dhe komuniteteve në proceset e vendosjes së prioriteteve, vendimmarrjes, planifikimin dhe implementimin e strategjive, për të arritur shëndet më të mirë.
4. **Zhvillimin e aftësive personale**, me përkrahje dhe zhvillim të shkathësive personale, sociale dhe atyre politike të cilat u mundësojnë individëve të ndërmarrin veprime për promovimin e shëndetit.
5. **Riorientimi i shërbimeve shëndetësore me prioritet në aktivitete preventive dhe promovuese.** Rishikimi dhe riorientimi i politikave shëndetësore, duhet filluar me trajnimi dhe edukim të profesionistëve shëndetësor për promovim shëndetësor oral. Duhet gjetur mekanizmat të qëndrueshëm financiar për të shpërblyer dhe inkurajuar stomatologët dhe profesionistë tjerë shëndetësor oral që të merën me preventim, hulumtim në teren dhe promovimit shëndetësor.

## Përfundimi

Promovimi shëndetësorë ofron mundësi për ndikuar në determinantat kryesore të shëndetit oral dhe kështu të përmirësojë shëndetin oral të gjitha sektorët e shoqërisë. Kjo përfshin një varg strategjish të ndryshme, një nga të cilat mund të përfshijë edukimin shëndetësor. Suksesi i promovimit shëndetësor varet shumë nga zhvillimi i bashkëpunimit të një numër të madh subjektësh, që nga popullata e përfshirë, profesionist shëndetësor stomatologjik dhe institucionet e larta shtetërore. Ash-tu siç është në vendet e zhvilluar edhe në Republikën e Kosovës, qasja në promovim të shëndetit oral dhe strategjia afatgjate e veprimt në mënyrë që të jetë efikase, duhet përqendrohet në këto konkluzione, të cilat janë pjesë e programeve promovuese tashmë të njohura:

- Fluorizimi mbetet një mënyrat efikase në parandalim-in e kariesit.
- Reduktimin e konsumimit të sheqerit, është i rëndësishëm në uljen e incidencës së kariesit dental.
- Vetëm informatat nuk mundësojnë ndryshime të sjelljes afatgjate, duhet edhe veprime konkrete. Vetëdi-ja e përgjithshme mund të ngritët përmes formave të ndryshme të promovimit, sidomos atij masë-medial.
- Njohuritë individuale mbi shëndetin oral nuk janë me ndikim afatgjatë, duhet provim i gjerë i shëndetit oral me përfshirje të gjerë të popullatës.
- Promovimi i njohurive dhe ndryshimi i sjelljeve ma në të masave edukative, sidomos për kushte tona në Kosovë, mund të jetë tejet e suksesshme, sidomos nëse një program i tillë realizohet në çerdhet e fëmijëve dhe shkollat fillore në tërë territorin.

## Literatura

---

- [1] US Department of Health and Human Services: A Report of the Surgeon General. Rockville, MD: US Department of Health and Human Services, National Institute of Dental and Craniofacial Research, National Institutes of Health. 2000.
- [2] Begzati A. Përkujdesja shëndetësore stomatologjike, Prishtinë, 2002.
- [3] Begzati A, Meqa K, Siegenthaler D, Berisha M & Mautsch w. Dental health evaluation of children in Kosovo. *European Journal of Dentistry*, 2011; 5: 32-39.
- [4] Sheiham A. Oral health police and prevention. In *Prevention of oral disease*. Oxford, Oxford University Press, 1996.
- [5] Burt, B. dhe Eklund, S.(1999), Financimi i kujdesit dental. Në *Stomatologjia, praktia dentale dhe komuniteti*, botimi i 5-të, faqe 89-114, Philadelphia, Saunders
- [6] Chappel, D. Maudsley, G. Bhopal, R. dhe Ebrahim, S. (1996). *Edukimi shëndetësor publik për studentët e mjekësisë: Udhëzues për shkollat mjekësore*
- [7] OBSH (Organizata Botërore e Shëndetësisë): *Kujdesi i shëndetit primar*. Alma Ata 1978. 'Shëndeti për të gjithë' Seria Nr. 1, Gjenevë, OBSH, 1978.
- [8] WHO conference- Charter for Health Promotion, Ottawa 1986.
- [9] Sheiham, A. and Watt, R.G. (2000) The Common Risk Factor Approach: A National Basis for Promoting Oral Health. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 28, 399-406.
- [10] Blanaid Daly, Richard Watt, Paul Bathelor and Elizabeth Treasure. *Essential Dental Public Health*, Oxford, 2003.
- [11] Sheiham, A. (1996) *Politikat dhe prevenca e shëndetit oral. Në Prevenca e sëmundjeve orale (botimi J.Murray)*, faqe 234-49, Oxford, Oxford University Press, 1996.
- [12] Duckworth, R. *Dental education*. In G.L.Slack & B.A Burt: *Dental public health*, p 293., 1974. Bristol.
- [13] World Health Organization: *Oral Health surveys. Basic Methods (4th ed.)*. Geneva: World Health Organization; 1997.
- [14] Evans JR. *The Management and Control of Quality- book*, South-Western College Pub., 1999.
- [15] Beattie's Model Of Health Promotion Analysis (1991). /[www.ipl.org/essay/Beatties-Model-Of-Health-Promotio](http://www.ipl.org/essay/Beatties-Model-Of-Health-Promotio)