

SANDOZ



Ochrona zdrowia kości szczęki i żuchwy podczas leczenia osteoporozy

Co musisz wiedzieć o martwicy kości szczęki
i żuchwy (ONJ) i jak jej zapobiegać.



CO MUSISZ WIEDZIEĆ O ONJ

Martwica kości szczęki i żuchwy (ONJ) to rzadka choroba, w której część kości szczęki zostaje odstępiona i nie goi się prawidłowo. Może to być rzadka konsekwencja zabiegów stomatologicznych, takich jak ekstrakcja zębów, lub nieleczonych infekcji¹⁻³.

DLACZEGO ONJ MA ZNACZENIE PODCZAS LECZENIA OSTEOPOROZY?

Leki stosowane w terapii osteoporozy, tak zwane leki antyresorpcyjne, pomagają wzmocnić kości i zmniejszają ryzyko złamań⁴. Działają poprzez spowolnienie utraty masy kostnej, co jest szczególnie pomocne dla osób cierpiących na osteoporozę⁵.

W szczęce efekt ten może jednak wpływać na proces gojenia się kości po zabiegach stomatologicznych lub infekcjach⁵.

Dobra wiadomość? Większość osób nigdy nie doświadcza ONJ, a dla zdecydowanej większości korzyści płynące ze stosowania leków przeciw osteoporozie często przewyższają ryzyko^{1,3}.

Rozumiejąc ryzyko, możesz podjąć proste kroki, aby chronić zdrowie swojej jamy ustnej i bezpiecznie kontynuować leczenie^{3,5,6}.

KTO MOŻE BYĆ NARAŻONY NA RYZYKO?

Możesz być narażony na ONJ, jeśli:



Przeszedłeś lub planujesz zabieg stomatologiczny (np. ekstrakcję zęba, wszczepienie implantu)⁵.



Cierpisz na choroby dziąseł, masz źle dopasowane protezy zębowe lub Twoja higiena jamy ustnej jest niewystarczająca^{1,3,6}.



Palisz^{3,6}.



Chorujesz na cukrzycę, przyjmujesz długotrwale leki steroidowe lub jesteś poddawany chemioterapii^{1,3,6}.

OBJAWY, NA KTÓRE NALEŻY ZWRÓCIĆ UWAGĘ

W przypadku zauważenia następujących objawów należy niezwłocznie skontaktować się ze swoim stomatologiem lub lekarzem prowadzącym:



Odstępiona kość w jamie ustnej, która się nie goi⁶.



Ból szczęki, obrzęk, zaczerwienienie, ruchome zęby lub niegojący się po usunięciu zęba zębodół^{1,3,6}.



Drętwienie, uczucie „ciężkiej szczęki”, wydzielina lub uporczywy, nieświeży oddech^{2,6}.

MOŻESZ ZMNIJSZYĆ RYZYKO WYSTĄPIENIA ONJ, PODEJMUJĄC KILKA PROSTYCH ŚRODKÓW OSTROŻNOŚCI^{2,3}



PRZED ROZPOCZĘCIEM STOSOWANIA LEKU PRZECIW OSTEOPOROZIE (LEKU Z GRUPY BISFOSFONIANÓW LUB DENOSUMABU)

- **Odwiedź swojego stomatologa** w celu wykonania przeglądu i wyleczenia wszelkich problemów, takich jak próchnica lub choroby dziąseł^{3,6}.
- **Wykonaj wszystkie poważne zabiegi stomatologiczne** (np. ekstrakcje) z wyprzedzeniem i zapewnij czas na wygojenie⁵.
- **Poinformuj swojego stomatologa**, że zaczynasz przyjmować lek na osteoporozę^{1,3}.
- **Poproś swojego stomatologa i lekarza prowadzącego o skoordynowanie** opieki i ocenę indywidualnego ryzyka^{1,3}.



W TRAKCIE LECZENIA

- **Zawsze informuj swojego stomatologa**, że przyjmujesz bisfosfoniany (np. alendronian) lub denosumab^{1,3}.
- **Zadbaj o prawidłową codzienną higienę jamy ustnej**^{2,3}.
- Zaplanuj **regularne wizyty kontrolne u stomatologa** co 3–4 miesiące^{3,6}.
- **Skontaktuj się ze swoim stomatologiem**, jeśli zauważysz jakiegokolwiek problemy z protezami, zębami lub dziąstami^{3,6}.
- **Nigdy nie przerywaj ani nie odkładaj przyjęcia twojego leku** bez konsultacji z lekarzem^{1,3}.

TWÓJ CODZIENNY PLAN PIELĘGNACJI JAMY USTNEJ



Myj zęby dwa razy dziennie
pastą z fluorem⁷.



Płucz jamę ustną
antybakteryjnym płynem
do płukania⁷.



Nitkuj zęby **raz**
dziennie⁸.



JEŚLI KONIECZNY JEST ZABIEG STOMATOLOGICZNY

Poinformuj o tym swojego lekarza przepisującego lek tak szybko, jak to możliwe. Twój lekarz i stomatolog będą współpracować, aby zaplanować najbezpieczniejszy termin i sposób postępowania.

Zawsze postępuj zgodnie z zaleceniami lekarza – nigdy nie przerywaj ani nie opóźniaj przyjęcia twojego leku samodzielnie^{1,3}.



JEŚLI ZDIAGNOZOWANO ONJ

Jeśli ONJ wystąpi, pamiętaj, że nie jesteś sam i możesz liczyć na skuteczne wsparcie.

Twój lekarz prowadzący i stomatolog opracują spersonalizowany plan leczenia, który może obejmować łagodzące płyny do płukania jamy ustnej, antybiotyki lub drobne zabiegi mające na celu złagodzenie objawów i wspomaganie gojenia^{1-3,5,6}.

Dzięki regularnym wizytom kontrolnym i otwartej komunikacji między lekarzem a stomatologiem będziesz w dobrych rękach.



BĄDŹ DOBRZE POINFORMOWANY, CHROŃ SWOJE ZDROWIE

ONJ występuje rzadko i często można jej zapobiec¹⁻³. Dzięki odpowiedniej opiece stomatologicznej i otwartej komunikacji z lekarzami możesz zmniejszyć ryzyko i kontynuować leczenie bez obaw.

Skrót:

ONJ (*osteonecrosis of the jaw*), martwica kości szczęki i żuchwy.

Piśmiennictwo:

1. Royal Osteoporosis Society. (2024). Osteonecrosis of the jaw (ONJ) and drug treatments for osteoporosis. Bath, UK: ROS. (Patient fact sheet). Dostęp: wrzesień 2025. **2.** Scottish Dental Clinical Effectiveness Programme (SDCEP) 2017. Dental advice for patients prescribed anti-resorptive drugs for the treatment of osteoporosis or other non-malignant diseases of bone. NHS Education for Scotland. (Patient leaflet). Dostęp: wrzesień 2025. **3.** Ruggiero SL, et al. AAOMS position paper on medication-related osteonecrosis of the jaw – 2022 update. American Association of Oral and Maxillofacial Surgeons. (Case definition and guidance). **4.** LeBoff, et al. The clinician's guide to prevention and treatment of osteoporosis. *Osteoporos Int.* 2022;33(10):2049–2102. **5.** Di Palma G, et al. Monoclonal antibodies and osteonecrosis of the jaw: a systematic review of risk, incidence, and clinical management in dentistry. *Int J Dent.* 2025;2025:2557594. **6.** Sharma S, et al. A narrative review of osteonecrosis of the jaw: what a clinician should know. *Cureus.* 2023;15(12):e51183. **7.** NHS. How to keep your teeth clean (toothbrushing, interdental cleaning). Dostęp: wrzesień 2025. **8.** European Federation of Periodontology (EFP). Gum disease: prevention. Brussels: EFP Dostęp: wrzesień 2025.

Niniejsza broszura ma charakter ogólnoedukacyjny i nie zastępuje porad udzielanych przez pracowników ochrony zdrowia. W nagłych przypadkach należy natychmiast skontaktować się z zespołem prowadzącym leczenie lub najbliższym szpitalnym oddziałem ratunkowym.