

## AFTE

Afte so rane na ustni sluznici, ki jih pogosto srečamo pri otrocih, mladostnikih in odraslih. Lahko se pojavijo pri zdravi osebi, med prebolevanjem virusne okužbe ali v poteku nekaterih drugih bolezni. Afte imajo značilen videz. Kažejo se kot jasno omejene, okrogle ali ovalne spremembe, ki največkrat merijo v premeru 3-5 mm, lahko tudi več, imajo pordel rob in na sredini rumeno oblogo, ki je čvrsto pritrjena na podlago rane. Za afte je značilno, da bolijo. Običajno se zacelijo v 7-14 dneh, včasih traja celjenje tudi dalj časa. Pri nekaterih ljudeh se pojavljajo občasno, lahko tudi zelo pogosto.

### EPIDEMIOLOGIJA

Afte, ki niso povezane z virusnimi okužbami ali drugimi boleznimi, se pojavljajo po vsem svetu. Iz ne povsem pojasnenih razlogov se pogosteje pojavljajo na nekaterih kontinentih. Večinoma se prvič pojavijo v adolescenci, lahko tudi v otroštvu. Vztrajajo tudi v odrasli dobi, a se pogostost pojavljanja s starostjo zmanjšuje. Redko se prvič pojavijo po 40. letu starosti.

### ZAKAJ NASTANEJO

Na nastanek aft, ki niso povezane z virusnimi okužbami ali drugimi boleznimi, vpliva več različnih dejavnikov:

- genetika - pogosteje se pojavljajo v nekaterih družinah,
- pomanjkanje vitaminov in mineralov, posebej vitamina B12, vitamina D, železa, folatov in cinka,
- nekatera zdravila,
- stres,
- poslabšanje se pogosto zgodi po poškodbi ustne sluznice – grizenje sluznice lica ali zobozdravstveni posegi,
- določena hrana in nekatere zobne paste.

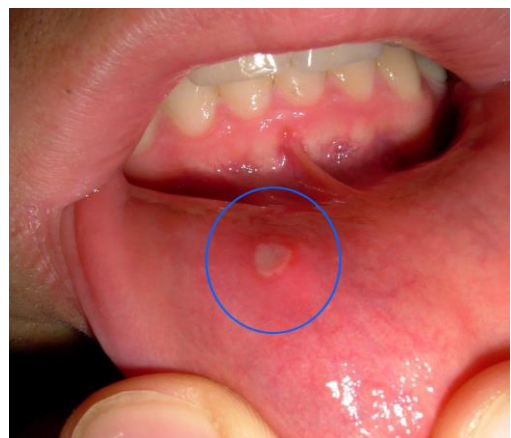


### KLINIČNA SLIKA

Najpogosteje se pojavi 1-5 aft, ki so okrogle, v premeru manjše od 1 cm, plitve, lahko so posamezne ali jih je več. Pogosto so boleče, trajajo 5-10 dni in se zacelijo brez brazgotinjenja. Večinoma se pojavijo nekajkrat v letu. Redkeje so večje od 1 cm, globlje, zelo boleče in trajajo več tednov ali mesecev.

Najpogosteje se pojavijo na lični sluznici in sluznici ustnic, lahko tudi ob straneh jezika, na spodnji strani jezika, na mehkem nebu in nebnihih lokih, redkeje na trdem nebu in dlesni.

Afta se tipično razvije v 1-2 dneh iz drobne boleče bunčice. V naslednjih 3-4 dneh doseže svojo končno velikost, nato se začne proces celjenja. Večinoma se afte pozdravijo v 10-14 dneh.



Afte lahko zelo bolijo, pri otrocih lahko otežujejo hranjenje, pitje in govor. Pri aftah, ki niso povezane z virusnimi okužbami ali drugimi boleznimi, so redko prisotni sistemski znaki (vročina, slabo počutje, bolečine v mišicah in povečane vratne bezgavke). Diagnozo izoliranih aft postavimo s kliničnim pregledom.

## PFAPA

PFAPA je najpogostejši periodični vročinski sindrom pri otrocih. Zanj so značilne epizode vročine, ki se pojavljajo približno enkrat mesečno, afte v ustih, vneto žrelo in povečane bezgavke na vratu.

## ZDRAVLJENJE

Ne glede na pogostost in intenziteto pojavljanja aft so splošni ukrepi pri zdravljenju enaki - dobra ustna higiena, izogibanje dejavnikom, ki povzročajo izbruhe aft in umirjanje bolečine. Ob tem je pomembno upoštevati starost osebe z aftami.

Pri ustni higieni je zelo pomembno, da se izogibamo poškodbam ustne sluznice. Svetuje se mehka zobna ščetka, zobna nitka z voščenim trakom, ustna voda, ki ne vsebuje alkohola in ustrezna zobna pasta. Pomemben je reden obisk pri zobozdravniku.

Potrebno je zmanjšati travmatične dogodke v ustih in se izogibati navadam, ki povzročajo poškodbe v ustih (grizenje lične sluznice ali ustnic). Kadar določena živila povzročijo afte in se svetuje izogibanje le-tem.

Bolečino pri otrocih blažimo s protibolečinskimi zdravili (paracetamol in nesteroidni antirevmatiki), v prosti prodaji so tudi lokalni pripravki. Pri otroku z aftami je pogosto zmanjšan apetit. Ponudimo mehko hrano, ki naj bo hladna ali ohlajena na sobno temperaturo.

Vir:

[https://www.uptodate.com/contents/recurrent-aphthous-stomatitis?search=oral%20ulcerations%20%20children&source=search\\_result&selectedTitle=1%7E150&usage\\_type=default&display\\_rank=1](https://www.uptodate.com/contents/recurrent-aphthous-stomatitis?search=oral%20ulcerations%20%20children&source=search_result&selectedTitle=1%7E150&usage_type=default&display_rank=1)

Fotografije:

<https://neworleanschildrensdental.com/how-to-deal-with-those-pesky-ulcers/>

[https://en.wikipedia.org/wiki/Mouth\\_ulcer](https://en.wikipedia.org/wiki/Mouth_ulcer)