

ZDROWIE | *trendy*

BONDING, TIPSY,
CZIPSY... WARTO
WIEDZIEĆ, CO
NOWEGO DZIEJE
SIĘ W ŚWIATKU
STOMATOLOGII
ESTETYCZNEJ.

TEKST ZUZANNA MARCZAK



LICÓWKI

na trzy sposoby

Stale aparaty ortodontyczne noszą dziś bez skrępowania nawet czterdziestoparolatki, bo to czytelny sygnał, że dbają o wygląd i zdrowie. Polki coraz chętniej rozjaśniają też zęby. Bywa jednak, że nawet aparat ortodontyczny i wybielanie nie przynoszą oczekiwanego efektu. – Rozjaśnić można bowiem tylko naturalne zęby – mówi Agata Żelazowska, warszawski lekarz stomatolog, prowadzący prywatną praktykę.

– Plomby pozostają w niezmienionym kolorze i jeśli były dobrane odcieniem do żółtawego szkliwa, po wybielaniu będą bardziej widoczne. Także zębom ukruszonym, z popękanym szkliwem nie pomoże wybielanie i najlepszy nawet ortodonta. W takich wypadkach stomatolodzy coraz częściej proponują licowanie zębów. Do wyboru jest kilka opcji – upewnij się, która byłaby dla ciebie najlepsza.

PIĘKNIEJ NIŻ W NATURZE

Licówki, czyli porcelanowe płatki mocowane na przedniej stronie zęba, kiedyś zakładano tylko w szczególnych przypadkach, takich jak ukruszona jedynka lub duża nierówność powierzchni zęba. Obecnie wielu stomatologów traktuje je jako podstawowe rozwiązanie przy rozlicznych estetycznych mankamentach. Zakłada się je np. na wszystkie widoczne zęby, by uzyskać tzw. hollywoodzki uśmiech: idealny łuk śnieżnobiałych zębów.

Porcelana, z jakiej robi się licówki, doskonale imituje prawdziwe szkliwo, bo tak samo odbija i pochłania światło. Protetycy potrafią jednak naturę udoskonalić, np. stworzyć na krawędzi siecznej drobne nierówności, wykończyć brzeg tzw. masą efektową, niebieską u osób młodych i pomarańczową u starszych. – Te niuanse są prawie niewidoczne. Ale to „prawie” robi wielką różnicę – wyjaśnia Iwona Gnach-Olejniczak, stomatolog z wrocławskiej kliniki Unident Union Dental Spa. – Takie detale sprawiają, że licowane zęby są intuicyjnie odbierane jako w pełni naturalne.

Lekarze robią też z porcelany częściowe licówki, nazywane pół- albo ćwierćlicówkami. – By zlikwidować diastemę, czyli szparę między jedynkami, wystarczy przykryć ich wewnętrzną strefę. Częściowe licówki są niewidoczne, bo perfekcyjnie przechodzą w naturalny ząb – dodaje Gnach-Olejniczak.

DECYZJA NA CAŁE ŻYCIE

Licówki, choć mają pół milimetra grubości, są trwałe: producenci dają na nie nawet 5 lat gwarancji, pod warunkiem regularnych kontroli stomatologicznych i przestrzegania zaleceń higienicznych. Większość może przetrwać nawet 10-12 lat. Ale uwaga: by przymocować licówkę do zęba cementem, trzeba zeszlifować z niego ok. 0,5 mm szkliwa. – Moim zdaniem, nie powinno się tego robić bez naprawdę ważnego powodu – mówi stomatolog Agata Żelazowska – bo licówki trzeba już nosić do końca życia. Wielu pacjentom, którzy się ich domagają, wystarczyłoby zdjęcie kamienia nazębnego, uzupełnienie ubytków, wybielanie albo założenie na rok aparatu ortodontycznego.

Trzeba wziąć pod uwagę skutki finansowe: w czasie posiłku porcelanowy płatek może się złamać i wymaga szybkiej wymiany, co kilka lat trzeba też być gotowym na wymianę całego kompletu licówek.

CZIPSY: BEZ SZLIFOWANIA

Nowością wśród licówek są tzw. **czipsy**. Mają tylko 0,2 mm i żeby je założyć, nie trzeba szlifować szkliwa, ząb pozostaje więc nienaruszony. Proces ich nakładania jest też szybszy niż w wypadku tradycyjnych licówek; zwykle wystarczają dwie wizyty w gabinecie dentysty, zamiast trzech czy czterech. **Czipsy robi się z porcelany, wyglądają więc równie naturalnie, jak te tradycyjne, grubsze**. Doskonale nadają się dla osób, które chciałyby zmienić odcień zębów z żółtego czy sinawego na idealnie biały. Gorzej sprawdzają się przy ciemnych przebarwieniach: są zbyt cienkie i ciemne plamy po prostu przez nie prześwitują. Nie zaleca się ich też przy zębach ukruszonych czy silnych nierównościach szkliwa.

– Nie spodziewam się, by czipsy całkowicie wyparły klasyczne licówki – mówi Agata Żelazowska – odpowiadają bowiem na nieco inne potrzeby i w niektórych wypadkach nie mogą ich zastąpić. Na razie, barierą z pewnością jest cena. Za jednego czipsa trzeba zapłacić 1300-2000 zł, licówki tradycyjne są nawet o połowę tańsze. Nie wiadomo też do końca, jak trwałe są czipsy. Jak dotąd, nikt nie nosi ich przez kilkanaście lat, trudno więc stwierdzić, czy dorównują wytrzymałością licówkom tradycyjnym.

TIPSY: TAŃSZE, ALE MNIEJ TRWAŁE

Stomatolog może zaproponować także **licówki kompozytowe** – z tworzywa sztucznego – zwane czasem tipsami. Są one znacznie tańsze (ok. 200 zł sztuka), a nakładanie ich nie wymaga szlifowania zębów. Efekt nie jest jednak tak doskonały, jak przy porcelanie: kompozyt nie odbija światła, przez co wygląda nieco nienaturalnie, jest też mniej trwały i zaczyna żółknąć, często już po roku. Ten typ licówek trzeba więc wymieniać znacznie częściej. Zakłada się je zwykle w oczekiwaniu na robione na miarę licówki porcelanowe lub gdy leczy się zęby przed ich założeniem albo gdy planowane zmiany estetyczne będą bardzo duże, np. mają polegać na zakryciu szerokich szpar między zębami, wyraźnym powiększeniu jedynki czy drastycznej zmianie koloru.

– Założenie od razu licówek docelowych sprawiłoby, że wszyscy znajomi natychmiast zauważyliby, że pacjent ma „nowe zęby” – mówi Agata Żelazowska. – Tego większość ludzi chce uniknąć, dlatego co kilka tygodni zakłada się nowe licówki kompozytowe, zbliżając się stopniowo do wymarzonego efektu. Odmianą licowania kompozytowego jest **bonding: nakładanie kompozytu bezpośrednio na powierzchnię zęba**, warstwa po warstwie, i utrwalanie go specjalną lampą (polimeryzacyjną). – Na bonding decydują się zwłaszcza osoby młode, przymierzające się do założenia licówek z porcelany. Kompozyt to dla nich taka metamorfoza na próbę – mówi Iwona Gnach-Olejniczak. Efekt ostateczny zależy w dużym stopniu od doświadczenia dentysty, który własnoręcznie formuje kompozyt, nadając mu ostateczny kształt. Przy licówkach porcelanowych coraz częściej robi to komputer.

Bonding można wykonać razem z tzw. konturującym, czyli zmianą kształtu zęba poprzez jego szlifowanie i polerowanie. ●

NIE DLA KAŻDEGO

☞ – Generalnie, licówki zakłada się u osób mających problem jedynie natury estetycznej – mówi stomatolog Agata Żelazowska.
– Ich zakładanie nie ma sensu w wypadku paradontozy oraz zębów słabych z przyczyn genetycznych lub zdrowotnych, np. z rozległą próchnicą, dużymi ubytkami lub wypełnieniami, leczonych kanałowo. W takich wypadkach jedynym sensownym rozwiązaniem jest korona.

☞ Jeśli przed założeniem licówek dentysta namawia cię na konsultację z ortodontą, skorzystaj z niej. Licówki mogą bowiem nie przetrwać próby czasu u osób z wadami zgryzu, cierpiących na bruxizm (zgrzytanie zębami), nałogowo obgryzających paznokcie lub gryzących ołówki oraz tych chrapiących codziennie orzechy czy inne twarde przekąski (np. z powodu odzwyczajania się od palenia).