



Lek. dent.
**IWONA GNACH-
 -OLEJNICZAK**
 ortodonta,
 implantolog
 z wrocławskiej
 Kliniki Unident
 Union Dental Spa

Zalecono mi aparat ortodontyczny i martwię się, że muszę go nosić przynajmniej rok. Czy mogę się z nim rozstać wcześniej?

➤ Czas leczenia zależy od stopnia skomplikowania wady zgryzu, umiejętności lekarza i dobrego stosowania aparatu. Trwa ono zwykle około 12-18 miesięcy. Nowoczesne aparaty (np. samoligaturowe) rozbudowują luki zębowe delikatną siłą nacisku. Choć technologia sprzyja szybkiemu leczeniu wady zgryzu, to terapii może przeszkodzić lub pomóc... sam pacjent. Oto kilka zasad.

1. Przed założeniem aparatu wzmocnij zęby, zwłaszcza te leczone kanałowo. Włókno szklane lub wkłady koronowo-korzeniowe ochronią martwe zęby przed ewentualnym pęknięciem podczas zmiany położenia w trakcie leczenia.

2. Przemyśl wybór stomatologa – głównie jego kompetencje decydują o tempie terapii. Poproś o zdjęcia pacjentów z podobną wadą zgryzu, by sprawdzić, jak szybko postępowały zmiany. Ortodonta powinien omówić plan leczenia i wyjaśnić, jakiego efektu estetycznego się spodziewa. Lepiej ustalić szczegóły terapii, niż zmieniać dentystę w trakcie leczenia.

3. Noś zalecone wyciągi elastyczne, które prowokują prawidłowe ustawienie zębów dolnych i górnych względem siebie, korygując zgryz. Każdy dzień bez nich to o jeden dzień dłuższa terapia.

4. Pilnuj wizyt kontrolnych, na których lekarz wymienia luki i dostosowuje aparat do ułożenia zębów. Gdy ominiesz wizytę, zęby mogą przesunąć się zbyt mocno lub w niewłaściwym kierunku. Kolejne korygowanie wydłuży leczenie.

5. Gdy cokolwiek cię zaniepokoi, umawiaj się na wizytę. Dobry ortodonta uprzedza, co będzie się działo między wizytami i prosi, by pacjent obserwował położenie zębów. Jest gotowy na szybką interwencję w przypadku uszkodzenia aparatu. Bagatelizowanie takich spraw wydłuża czas noszenia aparatu.

6. Po zdjęciu aparatu kontynuuj leczenie retencyjne przez całe życie. Nawrót wady może nastąpić nawet wiele lat po zdjęciu aparatu. Noś tzw. retainer stały (utrzymujący ułożenie zębów przednich) i aparat retencyjny na noc (dla utrzymania efektu rozbudowy luków zębowych). Zgłaszaj się na wizytę kontrolną raz na pół roku.