

Skrusz kamień!

Tego, który osadza się pod dziąsłami nie widać gołym okiem. Ale dopiero kiedy się go pozbędziesz, będziesz mogła powiedzieć, że masz zdrowe i czyste zęby.

TEKST DOROTA MIRSKA-KRÓLIKOWSKA
KONSULTACJA IWONA GNACH-OLEJNICZAK, STOMATOLOG
Z WROCŁAWSKIEJ KLINIKI UNIDENT UNION DENTAL SPA

Pozornie wydaje się, że wszystko jest w porządku. Dbasz o higienę zębów, czyścisz je regularnie u dentysty, masz wypełnione ubytki. Przypomnij sobie jednak, kiedy ostatnio sprawdzano ci głębokość kieszeni dziąsłowych? Kiedy lekarz czyścił kamień zalegający pod dziąsłami? Jeśli sobie nie przypominasz, powinna zapalić ci się lampka ostrzegawcza. Z zębami bowiem jest jak z górą lodową: prawdziwe zagrożenie może kryć się tam, gdzie go nie widać. Jak dowodzą badania, aż 70 proc. Europejczyków cierpi na choroby przyzębia. Zlekceważone, mogą doprowadzić do rozchwiania i utraty zębów nawet u młodych osób!

Kamień na kamieniu

Kiedy słyszysz: płytka nazębna, wyobrażasz sobie ciemny nalot w tych miejscach do których nie dociera szczoteczka.

Na pewno usuwałaś go nie raz w gabinecie stomatologicznym. Ale kamień może osadzać się też pod linią dziąseł i narastać na korzeniach zębów. Początkowo nie widać niepokojących objawów. Rozwijającą się chorobę na wczesnym etapie może rozpoznać tylko denty-
sta, który zajrzy pod dziąsła za pomocą specjalnego zgłębnika. Jeśli tego nie zrobi i nie rozpocznie leczenia na czas, kamień będzie narastał. – To siedlisko beztlenowych bakterii, które namnażając się wywołują stan zapalny – mówi nasz ekspert, Iwona Gnach Olejniczak. – Na tym etapie już pojawiają się niepokojące objawy: ból lub kłucie zębów podczas jedzenia kwaśnych, zimnych czy gorących posiłków, obrzęk, zaczerwienienie czy krwawienie dziąseł podczas szczotkowania. Widać też obnażające się szyjki zębowe. – Narastając, kamień odpycha dziąsła od korzeni zębów i zrywa przyczepy dziąsłowe, więc zęby tracą stabilność – tłumaczy stomatolog. – Kie-

szczenie dziąsłowe robią się coraz głębsze, a wypełniająca je ziarnina niszczy kość. To prosta droga do utraty zębów. Ale nie tylko! Gromadzące się w płytce nazębnej bakterie atakują serce, stawy, wywołują trądzik, mogą też doprowadzić do przedwczesnego porodu. Na tego typu problemy najbardziej narażone są osoby, które mają dietę bogatą w węglowodany proste (przyspieszają rozwój kamienia nazębnego), z nieleczoną wadą zgryzu, brakami w uzębieniu, nieprawidłowo wypełnionymi ubytkami, narażone na długotrwały stres, palące papierosy,

Płytke nazębną należy usuwać nie tylko z widocznej części zęba, ale także spod dziąseł.



ZDJĘCIA: GETTY IMAGES, MATERIAŁY PRASOWE



nia? I jak je skutecznie leczyć gdy już się pojawiło?

Vectorem i laserem

Wiele zabiegów higienizacji ogranicza się do usunięcia kamienia tylko z widocznej części uzębienia, co sprzyja chorobom dziąseł – ostrzega Iwona Gnach-Olejniczak.

– Dlatego warto przed oczyszczeniem zębów w gabinecie, dopytać o zakres zabiegu. Podstawą leczenia chorób przyzębia to dokładny podziąsłowy skaling, który usuwa kamień (wraz z zasiedlającymi go bakteriami). Kiedyś w przypadku zaawansowanej choroby rozcinano dziąsła i oczyszczano korzenie mechanicznie. Dzisiaj możemy zrobić to bezinwazyjnie za pomocą urządzenia Vector. Kruży ono kamień i jednocześnie natryskuje korzenie minerałem – hydroksyapatytem. Znosi on nadwrażliwość, uszczelnia kanaliki zębinowe i przyspiesza regenerację przyczepów dziąsłowych. (cena za jeden łuk – 1200 zł) Po takim „sprzątaniu” dziąsła przykleja się do korzenia, a ząb odzyskuje stabilność.

– Oprócz oczyszczenia mechanicznego można także zastosować leczenie za pomocą chemioterapeutyku, chlorheksydyny, która zapobiega odkładaniu płytki nazębnej. Może być stosowana w postaci

płynów do płukania ust, sprayu, żeli, lakierów, past do zębów, gum do żucia, tabletek. Najlepszy efekt osiąga się, wprowadzając pod dziąsła chipy stopniowo uwalniające lek (cena: 150 zł). Terapia spłyca kieszeń nawet o 6 mm.

– Szczególnie oporne bakterie, wywołujące stany zapalne, można pokonać za pomocą celowanej antybiotykoterapii w oparciu o diagnostykę mikrobiologiczną PET (cena: od 300 zł). Dentysta pobiera próbki płytki bakteryjnej z kieszonek dziąsłowych pacjenta. Następnie poddaje się je analizie w laboratorium i na podstawie wyników (antybiogramu) opracowuje indywidualny plan leczenia.

– W określonych przypadkach w terapii przyzębia stosuje się światło lasera diodowego (cena: od 100 zł). Niszczy ono bakterie i inne drobnoustroje, obkurcza i spłyca kieszonki, co powoduje szybszą regenerację przyczepu dziąsłowego. Po wyleczeniu stanu zapalnego należy sprawdzić, jaka przyczyna doprowadziła do rozwoju choroby. Jeśli jest to np. wadliwy zgryz, chory musi zacząć leczenie ortodontyczne. Czasami należy wymienić wypełnienia czy uzupełnienia protetyczne, tak, by nie drażniły przyzębia. Dzięki temu zapobiegnie się nawrotowi choroby. ●



KIEDY DO LEKARZA?

Raz na pół roku należy skontrolować stan dziąseł oraz poddać się zabiegowi skalingu (także poddziąsłowego!) u stomatologa.

zgrzytające zębami (bruk-sizm), diabetycy (zapalenie dziąseł uznaje się nawet za jeden z objawów cukrzycy). Jak rozpoznać zagrożenie i nie dopuścić do rozwoju schorze-

NA PÓŁCE

ONE DBAJĄ O DZIAŚŁA!

Pomóż dentyście chronić przezębie przed chorobą! Stosuj na co dzień preparaty i szczoteczki, zwalczające płytkę.



PASTA DO ZĘBÓW BEVERLY HILLS
Formula Perfect White Gold 100 ml, 25 zł. Zawarte w niej drobinki złota działają przeciwpalnie i wpływają na zwiększenie przepływu krwi, co pomaga zwalczać choroby dziąseł.



PŁYN DO PŁUKANIA UST CURASEPT ADS Perio, 300 ml, 48 zł. Zawiera chlorheksydynę, która walczy z płytką nazębną, a kwas hialuronowy wspomaga regenerację i chroni błonę śluzową jamy ustnej.

SZCZOTECZKA JORDAN Target Teeth&Gums, 7,49 zł. Specjalnie wyprofilowana główka pomaga dotrzeć w każdy zakamarek jamy ustnej. Włosie zostało przycięte w wypukły sposób, dzięki czemu lepiej dba o dziąsła.

