



Dolnośląskie Centrum
Implantologii Stomatologicznej



Jak dbać o zęby przez całe życie?

W okresie życia płodowego

W tym okresie wszystko zależy od mamy: prawidłowego odżywiania, zasad układania dziecka w łóżeczku tuż po urodzeniu, karmienia.

6 miesiąc życia dziecka

W tym okresie dziecko powinno odbyć pierwszą konsultację stomatologiczną. Podczas wizyty lekarz udzieli wskazówek dla rodziców dotyczących postępowania w trakcie wyrzynania się zębów, poleci leki łagodzące ból, wyjaśni zasady higieny jamy ustnej najmłodszych, ewentualnie może rozpocząć profilaktykę fluorową.

12 - 18 miesiąc życia dziecka

Okres w którym nadal powinniśmy kontrolować wyrzynanie się zębów pod okiem fachowca. Stomatolog pomoże w zniesieniu nadwrażliwości dziąseł i nadpobudliwości dziecka, związanych z procesem wyrzynania się zębów, wyjaśni rodzicom zasady prawidłowego karmienia, może zaproponować impregnację zębów zaatakowanych próchnicą.

24 miesiąc i powyżej

W tym czasie następuje przeważnie zakończenie wyrzynania się zębów mlecznych. Powinniśmy skontrolować ich liczbę, barwę i kształt podczas wizyty u stomatologa.

Należy przestrzegać diety - dzieci powinny unikać słodyczy. Lekarz może zbadać dziecko pod kątem ewentualnej wady zgryzu, porówna ze zgryzem rodziców (niektóre wady są dziedziczne).

3 - 7 rok życia

Jest to okres największego zagrożenia próchnicą, konieczne są częste wizyty kontrolne i wprowadzenie lakierowania oraz lakowania zębów mlecznych (trzonowce mleczne pozostają w jamie ustnej do 10 r.ż) i nowo wyrzynających się zębów stałych. Zalecana jest dalsza profilaktyka fluorowa endogenna i egzogenna.

Wiek szkolny

To czas, w którym dzieci powinny systematycznie, raz na pół roku, odbywać wizyty kontrolne, podczas których lekarz będzie oceniał wyrzynanie się zębów w trakcie wymiany uzębienia, zaleci profilaktykę fluorową i ortodontyczną, a także leczenie zębów zaatakowanych próchnicą.

Koniec wieku rozwojowego i początek wieku dojrzałego

To najlepszy moment na ostateczną eliminację wad zgryzu, korektę uzębienia pod względem estetycznym.

Wiek dojrzały

Należy pamiętać o systematycznych wizytach kontrolnych u stomatologa, co gwarantuje szybką reakcję i natychmiastową niwelację zmian chorobowych. W razie potrzeby należy odbyć konsultacje u specjalistów:

protetyk - wyjaśnienie zasadności leczenia protetycznego, ewentualny plan rekonstrukcji protetycznej,

ortodonta - udzielenie odpowiedzi na pytanie: czy istnieje możliwość leczenia ortodontycznego? należy pamiętać, że właściwie nie ma bariery wieku, jeśli chodzi o korektę zgryzu,

periodontolog - kontrola zaniku kości, zabiegi zapobiegające ewentualnemu postępowi periodontopatii czyli rozchwianiu i wypadaniu zębów, stanom zapalnym dziąseł,

chirurg - ewentualne ekstrakcje zębów nie nadających się do leczenia zachowawczego, zabiegi korekcyjne w obrębie jednego zęba (np. usunięcie wierzchołka korzenia czy usunięcie tylko jednego korzenia zęba wielokorzeniowego), zabiegi korygujące zanikłą kość.

Na co należy zwrócić uwagę?

Kobiety planujące zajście w ciążę powinny wykonać zdjęcie rtg panoramiczne w celu skontrolowania stanu uzębienia. Należy upewnić się czy nie występują jakieś zmiany wokół wierzchołków korzeni zębów, które mogłyby stanowić źródło zakażenia.

W czasie ciąży nie wykonuje się prześwietleń, dlatego warto mieć aktualne zdjęcie rtg na wypadek np. potrzeby leczenia kanałowego.

Rodzice powinni dbać o zęby swoich dzieci. Należy pamiętać, że ze względu na budowę zębów mlecznych i świeżo wyrzniętych zębów stałych próchnica rozwija się dużo szybciej niż w zębach osób dorosłych.

Jeśli masz problemy z żołądkiem, z trawieniem, skonsultuj się ze swoim stomatologiem, być może próchnica i braki zębowe są powodem Twoich problemów.

Jeśli masz bóle głowy, trzaski w okolicach uszu zgłoś się na konsultację do stomatologa protetyka, być może masz nieprawidłowe kontakty pomiędzy zębami i one są przyczyną Twoich kłopotów.

Jeśli masz z nieznanых przyczyn nawracające stany zapalne np. stawów, masz podwyższone OB., zgłoś się do stomatologa lub periodontologa.

Jeśli jesteś niezadowolony ze swojego uśmiechu i masz złe samopoczucie, zgłoś się do stomatologa zajmującego się stomatologią estetyczną i protetyka.

Zaburzenia czynnościowe narządu żucia

Zdecydowanie powiększa się grupa osób uskarżających się na dolegliwości ze strony stawów skroniowo – żuchwowych (trzaski i ból w okolicy ucha) oraz mięśni (poranne uczucie zmęczenia, jakby przez całą noc żuli gumę) i zębów (rano uczucie rozchwiania, starcie zębów). Efektem tego typu zaburzeń mogą być np. starte zęby czy stwierdzone badaniem fizykalnym przesłakiwania w stawach skroniowo-żuchwowych.

Takie zaburzenia leczy się za pomocą odpowiednich aparatów relaksacyjnych (tzw. szyny), ćwiczeń oraz korekt powierzchni zębów poprzez szlifowanie lub zastosowanie odpowiednio wymodelowanych wypełnień kompozytowych, wkładów koronowych lub rekonstrukcji protetycznych.