



# Urejeno zobovje - privilegij ali nuja?

Dragi bralci, tokrat sem se namenil napisati nekaj s svojega strokovnega področja. Večkrat pri svojem zobotehničnem delu naletim na različna vprašanja, pacientom vedno lepo odgovorim, kasneje pa temo skupaj z zobozdravnikom pogosto analiziram in zdi se mi, da bi bilo potrebno o zobozdravstvu in protetiki večkrat spregovoriti ali kaj napisati, saj je to področje ljudem večkrat senzacionalistično in nestrokovno predstavljeno v medijih, prav tako pa pogost vir prijateljskih pogovorov, ki nimajo strokovne osnove in so hudo zavajajoči.

Skrb za zdravje naših zob je pomembna prav tako kot skrb za ostale dele našega telesa in duha. Morda še bolj, saj so zobje in ustna votlina začetni del prebavnega trakta, s hrano pa pridobivamo energijo za življenje. Če hrane ne moremo dobro prežvečati, imajo več dela druga prebavila, izkoristek je manjši, obremenitev želodca, črevesja in žlez pa večja. Bolni, poškodovani ali zanemarjeni zobje vplivajo na celoten organizem, saj so lahko žarišče bakterij, ki se kasneje naselijo v sklepkih, srčnih zaklopkah ali na ledvicah in tam povzročajo nevarna vnetja. Prav tako je pomemben videz vsakega človeka, torej socialna komponenta, saj v današnjem času res ni več sprejemljivo biti škrbast, brez zob (tudi zadaj!), ali zaradi zobne gnilobe imeti slab zadah.

## Kako si zagotoviti optimalno urejeno zobovje?

Najlažji in najboljši način je seveda ustrezna ustna higiena, kakršno imajo večinoma naši najmlajši, otroci do konca osnovne šole. Sam opažam, da sicer ne vsi enako dobro, pa vendar je stanje zob pri petnajstletnikih skoraj idealno. Ti mladi imajo odlične izgleda za naprej. V kasnejših letih se stanje hitro poslabšuje, starejše generacije in generacije srednjih let pa tudi niso imele možnosti, da bi v mladih letih izvedele več o koristih skrbi za zobe in so tako po nepotrebnem izgubljale zob za zobom. Seveda so srečne izjeme, nekateri so odporni po naravi, nekateri zaradi načina prehranjevanja, tudi čistoče, dobre slin itd. Mislim, da mnogi, ki to berete, veste, kako to gre in da pred dvajsetimi, tridesetimi in več

leti ni bilo kaj dosti izbire. Za mlade torej navet, umivanje zob je koristno, nujno je pravilno umivanje in nitkanje zjutraj, po obrokih in zvečer. Preventivni obiski pri zobozdravniku vam ne bodo v nadlego, prihranili si boste bolečine in stroške!

## Starejši, kaj naj vam povem?

Če ste v mladosti zamudili, izgubili nekaj zob ali imate bolečine, še ne pomeni, da ne morete stanja sanirati na način, ki je strokovno utemeljen in vam bo tudi finančno ustrezal. Ponudba je široka, v javnem in zasebnem zobozdravstvu. S sodobnimi metodami se da marsikateri vnet zob pozdraviti, zaliti se da marsikatero luknjico, estetsko, tako da se ne vidi, odbite, polomljene krone lahko saniramo s sodobnimi trdnimi in estetskimi materiali, manjkajoče zobe nadomestimo z mostički ali snemnimi protezami, vsadki so vedno pogostejši. Predvsem pa je spet pomembna higiena tako umetnih kot tudi preostalih lastnih zob. Zobne obloge se pojavljajo zaradi slabe higiene in so najprej mehke in jih lahko odstranimo s krtačko in zobno pasto, kasneje pa mineralizirajo in nastane "zobni kamen", ki ga je treba odstranjevati mehansko in z ultrazvokom. Te obloge povzročajo neprijeten zadah, dražijo obzobno tkivo in vodijo v parodontalno bolezen, posledica pa je omajanje in izpadanje zob. Čisto po nepotrebnem, kajne?

Strahovi izvirajo iz neznanja. Seveda se celotna zobozdravstvena znanost in tehnologija ne da razložiti v nekaj minutah, lahko pa zobozdravnik sam ali s pomočjo zobotehnika na razumljiv način predstavi pacientu analizo njegovega stanja in vse možne rešitve, seveda v mejah stroke in etike. Pogosto pacienti želijo boleč zob kar izdreti. Res skrajna rešitev, prej se plača zob pozdraviti, torej tudi obdržati celega ali vsaj trdno korenino, na kateri se s prevleko restavrira zobna krona, torej vidni del zoba. Tak zob lahko tudi služi kot nosilec za most ali snemno delno protezo. Pogosto uporabniki zobne protetike ne ločijo med fiksnimi in snemnimi zobnimi nadomestki. Fiksni so prevleke, mostovi, delne prevleke, luske in inlayi. Torej tisti nadomest-

ki, ki so v ustih trdno pritrjeni. Snemne pa so delne in totalne proteze. Uveljavljeni so tudi kombinirani nadomestki, ki so posebej ugodni za nošenje in tudi zagotavljajo visoko estetiko. Vsak uporabnik mora biti seznanjen tudi z načinom vzdrževanja svojega zobnega nadomestka, da mu bo dolgo časa služil.

Veliko vprašanj se zadnje čase pojavlja na temo implantatov, vsadkov. Pravijo pacienti, "tisto za našrafat"... Implantat ali zobni vsadek je res podoben vijaku, s širokim navojnim delom ga zobozdravnik kirurško vstavi v kost, ta se potem zopet oblikuje okoli implantata in tvori nekakšno umetno korenino. V to vstavimo notranji vijak, ki služi kot osnova za protetični nadomestek. Vendar pozor: vsak pacient nima ustrezne kostne gostote za tak poseg, niti pri vsakem pacientu tkivo tega tujka ne sprejme in ga zavrne. Po uspešnem posegu je potrebno izdelati še fiksen ali snemni nadomestek, nato pa sledi še posebej intenzivna higiena. So pa implantati odlična rešitev pri ljudeh, ki imajo velike defekte in slabo izražene zobne nastavke na čeljusti. Tudi na Gorenjskem je nekaj zobozdravnikov, ki uspešno izvajajo te posege.

Upam, da sem vam uspel na kratko predstaviti nekaj osnovnih vprašanj, na katera skoraj dnevno odgovarjam. Rad odgovarjam. Tudi vam, morda v kakšni prihodnji številki.

Lepo pozdravljeni,

Samo Mekina, zobotehnik

## Stripy dent

Stripydent, d. o. o., Žirovnica, Moste 77a

Delovni čas zobne ordinacije:  
torek, sreda, petek 16. - 18. ure

Delovni čas zobotehničnega laboratorija:  
od ponedeljka do petka 8. - 16. ure

Informacije in naročanje:  
po tel. 580 12 59, Samo Mekina  
[www.stripydent.si](http://www.stripydent.si)