

## Aparatić za zube u bilo kojoj dobi

*Stomatologinja Tajana Novak objašnjava zašto nikad nije kasno za seksi osmijeh - zubi se mogu pomaknuti bez obzira na godine, pa se uvijek možete odlučiti za aparatić. Jednostavnije je nego što vam se čini*

Parodont (potporno tkivo zuba) pregrađuje se tijekom cijelog života, dakle zubi se uvijek mogu pomaknuti, bez obzira na godine. Kod odraslih je ortodontska terapija indicirana zbog estetike, prevencije parodontnih bolesti, u njihovu liječenju, te kao pretprotetska terapija. Kod odrasle populacije govorimo uglavnom o fiksnoj ortodontskoj terapiji. Ona se sastoji od bravica na svakom zubu, žice (povezuje bravice) i drugih žičanih ili gumenih elemenata (ovisno o situaciji).

Fiksne se ortodontske naprave mogu podijeliti na ligirajuće i samoligirajuće. Kod prvih se žičanim ili gumenim ligaturama žica retinira u utoru bravice. Metalne bravice kao prednost imaju odličnu mogućnost čišćenja (odlična higijena) i preciznost pomaka. Kompozitne se bravice preporučuju kod manjih nepravilnosti i kraće terapije. Relativno se brzo troše i pigmentiraju. Također još postoje keramičke te safirne (cirkonske) bravice. One se ne troše i ne pigmentiraju i kod njih je izvrsna estetika.

Kod samoligirajućih sistema žicu unutar bravice drže klipovi („vratašca“ na bravici). Samoligirajući sistemi stvaraju blaže sile, pa je pomak zuba brži (jer je u biološkim granicama), a nelagoda na početku terapije je minimalizirana. Higijena je lakša i terapija je kraća.

### **Važni savjeti**

Nekoliko sati nakon postave fiksne naprave normalno se javlja nelagoda (osjećaj kao da zubi „trnu“). Taj osjećaj nestaje kroz 3-4 dana, a za to vrijeme pacijent si može umanjiti osjećaj nelagode ispiranjem usta hladnom vodom prije i poslije jela. Blaži analgetici, također će pomoći. Gume za žvakanje umanjiti će nelagodu i potaknuti cirkulaciju u parodontu, stoga ih je preporučljivo konzumirati.

Pacijenti s fiksnom ortodontskom terapijom mogu konzumirati svu hranu. Tvrđu hranu potrebno je narezati, a ne odgrizati kako bi se izbjeglo odljepljivanje bravica.

Tijekom ortodontske terapije potrebno je više pažnje posvetiti higijeni usne šupljine.

Uz zubnu četkicu (ručnu ili električnu) preporučljivo je koristiti interdentalne četkice (za prostore ispod žice i međuzubne prostore) i zubni konac (za međuzubne prostore). Potrebno je samo malo više vremena i strpljenja za održavanje odlične oralne higijene. Ako postoje mjesta na zubnom mesu iz kojih dolazi do krvarenja prilikom provođenja oralne higijene, ne treba ih zaobilaziti, već obratiti pozornost na njih i pažljivije (bolje) ih prati. Krvarenje zubnog mesa je znak upale, a nju će se smanjiti boljom higijenom. Uz svakodnevnu higijenu preporučljivo je povremeno isprati usnu šupljinu nekim sredstvom za dezinfekciju, kako bi se smanjio broj mikroorganizama. Pomoći će preparati na bazi chlorhexidina.

Iznimno je važna dobra suradnja pacijenta i ortodonta. Dobra oralna higijena, pažnja prema ortodontskoj napravi (ne odgrizati hranu!) i redoviti dolasci na kontrole dovest će do pavo rezultata u predviđenom vremenu.

Nakon skidanja fiksne ortodontske naprave slijedi faza retencije. To je vremenski period potreban da bi se zadržala („stabilizirala“) nova situacija u usnoj šupljini. U tom razdoblju pacijent nosi retencijske naprave. Obično su to prozirne, mekane naprave koje se lako nose.

## **Stomatološka ordinacija**

**Dr. Darja Bašić**

**Maksimirska 32**

**Zagreb**

**t: 01-2332-494**