



Dentálna hygiena

Dentálna hygiena sa u nás ako samostatný obor viac presadzuje až v posledných rokoch. Vo vyspelejších krajinách je ale spolupráca s dentálnou hygienistkou už dlhšiu dobu bežnou praxou.

Dentálna hygienička je dôležitou súčasťou dentálneho tímu. Má za úlohu motivovať pacienta k udržiavaniu dokonalej ústnej hygieny, pomôcť mu zvládnuť optimálnu techniku čistenia zubov a medzizubných priestorov s ohľadom na jeho konkrétne potreby. Monitoruje stav parodontálnych tkanív, prípadne včas zachytí ich ochorenie a s využitím niektorých liečebno-preventívnych postupov pomôže udržať pacientovo orálne zdravie.

V rámci dentálnej hygieny vykonávame:

- Inštruktáže a reinštruktáže optimálnej techniky čistenia zubov s ohľadom na konkrétne potreby a schopnosti pacienta- zostavíme individuálny hygienický plán.
- Pravidelné odstraňovanie zubného kameňa a pigmentácii z povrchu zubov.
- Kontrolu stavu parodontu pomocou špeciálnych indexov (PBI CPITN a ďalších). Ich hodnotením sa priebežne stanovuje rozsah zápalu, miera poškodenia tkanív a potreba ďalšej liečby.

Inštruktáž zubnej hygieny

V rámci inštruktáže hygieny odporučíme pacientovi najvhodnejšie pomôcky na čistenie zubov, s ktorými následne prevedieme nácvik techniky čistenia v ústach pacienta. Zameriavame sa na konkrétne problematicky prístupné miesta, tak aby na záver pacient presne vedel, aký prístup má zvoliť ku ktorej plôške zubu.

Pravidelné správne čistenie je dôležité aj z týchto dôvodov:

- Predchádza vzniku zubného kazu
- Predchádza vzniku zápalu ďasien a paro. ochoreniam
- Spomaľuje usadzovanie zubného kameňa
- Predchádza mechanickému poškodeniu mäkkých i tvrdých tkanív(hlavne pripojenej gingívy a zubného cementu v oblasti krčku zubu) ku ktorým často dochádza pri použití nevhodných pomôcok alebo nesprávnej techniky čistenia zubov.



Odstraňovanie zubného kameňa

Čo je zubný kameň a ako vzniká?

Zubný kameň je de facto mineralizovaný zubný povlak. Vzniká ukladaním solí rozpustených v sline do povlaku prítomného na povrchu zubu. Plak mineralizáciou stvrdne a nie je ho možné odstrániť bežným čistením zubnou kefkou. V závislosti na zložení sliny i na zastúpení rôznych bakteriálnych kmeňov v ústnej dutine je sklon k tvorbe zubného kameňa veľmi individuálny. K premene zubného plaku v zubný kameň

však nedochádza náhle, ale v priebehu desiatok hodín. Pravidelne a dôsledne vykonávanou ústnou hygienou je preto možné tvorbe zubného kameňa zabrániť, alebo aspoň významne obmedziť.

Zubný kameň pôsobí v ústach ako zdroj obrovského množstva baktérii poškodzujúcich parodont a zároveň ako mechanické dráždenie ďasna. Poškodzuje úpon ďasna v krčkovej oblasti zubu a spolupôsobí tak pri vzniku parodontitídy. Zároveň znemožňuje jej opätovné prichytenie k cementu zubu, tým pádom bráni vyhojeniu parodontálnych chobotov.

Na odstraňovanie zubného kameňa používame multifunkčný ultrazvukový generátor Varios 970 s možnosťou použitia špeciálnych výplachových roztokov, ako aj špeciálne ručné nástroje- Graceyho kyrety. Celý výkon prebieha bezbolestne v povrchovom znecitlivení sliznice anestetizujúcim sprejom alebo v lokálnej anestézii - podľa prania pacienta. Na záver je povrch zubu vyčistený a vyleštený pomocou depuračnej pasty a rotačného kalíšku upnutého do špeciálnej profylaktickej koncovky zariadenia Endopilot, ktorý jemne kontroluje použité otáčky a točivý moment čistiaceho kalíšku tak, aby pri čistení nedošlo k poškodeniu povrchu skloviny. Výsledkom je dokonalo hladký povrch zubov, ktorý podporí hojivé procesy závesného aparátu zubu a spomalí opätovné usadzovanie zubného kameňa.

Kontrola pomocou indexov

K meraniu parodontálnych indexov sa používa špeciálna parodontologická sonda. Je to sonda, tupo zakončená malou guľôčkou, aby pri vyšetrení pacienta nezraňovala a zároveň aby umožnila odhaliť nánosy zubného kameňa. Je opatrená špeciálnou kalibračnou mierkou podľa štandardizácie WHO. Pomocou sondy a štandardizovaných indexov hodnotíme stav parodontálnych tkanív (prítomnosť či neprítomnosť krvácania, zubného kameňa, patologických recesov úponu ďasien, atď..) Niektoré indexy hodnotia nie len stupeň pokročilosti deštruktívnych procesov, ale ako napríklad index CPITN aj potrebu a spôsob terapie konkrétneho stavu.