

**MEDIA
PLANET**

ČÍSLO

3

Sep '10

STAROSTLIVOSŤ O ZUBY



Skráťte si čas u zubára. S prelomovou, počítačom riadenou technológiou vám náhradu zubu „vyrobí“ počas jedného sedenia u zubára.

FOTO: ISTOCK

Všetko o bielení zubov. Čo musíte vedieť, kým si dáte vybieliť chrup.

Zbavte deti zubného kazu. Prvá návšteva dieťaťa u zubného lekára.

Rakovina ústnej dutiny. Rakovinu ústnej dutiny môže spôsobiť aj zlá dentálna hygiena.

Nový chrup na počkanie. Už nemusíte čakať celé týždne na nové zuby, kým vám vyhotovia trvalú protézu.



ZDRAVÉ ZUBY - KRÁSNY ÚSMEV

Marianna Ďurianová. Starám sa o zuby tak, ako ma rodičia učili od detstva.

FOTO: ARCHÍV MARIANNY ĎURIANOVÁ

Inzercia

Krásne a zdravé
biele zuby



Zuby ako biele perly

Prírodná krása prichádza
s Vaším úsmevom.
Vaše zuby je vidieť viac,
ako si myslíte.

biela perla

Keď sa rozhodnete zmeniť farbu vašich zubov metódou domáceho bielenia, ktoré je pre Váš chrup a aj pre Vašu peňaženku najvýhodnejšie, tak celú túto tortúru aj s výrobou odtlačkov oboch čelustí za Vás vyriešil výrobca a dodávateľ výrobku **Bielej Perly Professional - white expert**. Ním vyrobené aplikátory majú pamäť prispôbiť sa tvaru zubov a nemusíte u stomatológa vyrábať odtlačky. **Biela perla - white expert** Vám zabezpečí za pomoci správnej receptúry aj regeneráciu zubnej skloviny.

ŽIADAJTE VO VAŠEJ LEKÁRNI !!!

Prvé viditeľné výsledky bielenia zubov spozorujete už za 7 - 14 dní.



Výrobca: DIMENZIA, spol. s r. o., Kežmarok • www.dimenzia.sk, info@dimenzia.sk

VÝZVY

Svet a vývoj nových technológií a materiálov pri ošetrovaní v ústnej dutine, ktoré sú odolné, **dľhotrvajúce a estetické**, kráča míľovými krokmi dopredu.

Prevenencia zubného kazu

udia na Slovensku sa len v malej miere chcú stať súčasťou tohto sveta. Zdá sa Vám to prehnane? Inak by sme nemohli byť vo výskyte zubného kazu a stave ústneho zdravia na predposlednom mieste v Európe. Zubní lekári na Slovensku poznajú na tento problém odpoveď: všeobecný nezaujem o ošetrovanie, mnohí vyhľadávajú ošetrovanie až v prípade bolesti, čo, samozrejme, aj vedie k nepríjemnému ošetrovaniu. Všeobecne neplatí: ... ja chcem byť zdravý a budem sa o to snažiť, ale u nás je situácia: ja som chorý, tak ma liečte! Pacienti sú ochotní konzumovať kvantum liekov, než by si upravili príjem potravín, redukovali fajčenie alebo cvičili.

Jeme veľa cukrov

1 Rovnako je to aj v problematike ústneho zdravia: dokonalé čistenie chrupu s cieľom odstrániť baktérie zubného povlaku sa redukuje na pár pohybov zubnou kefkou a neúmerne zvyšovanie konzumácie cukrov. Štatistika SZO uvádza spotrebu cukru na jedného obyvateľa SR nasledovne: od r. 1994 z 28 kg stúpla v r.

„Prevenencia žiadneho ochorenia ľudského organizmu nie je taká jednoduchá, dostupná pre každého a finančne nenáročná, ako je prevenencia zubného kazu.“



prof. MUDr. Neda Markovská, CSc.
hlavná odborníčka
MZ SR pre zubné lekárstvo

2002 na 43,8 kg. Najviac chýb sa dopúšťame u detí. Najprv začíname podávaním sladených nápojov vo fľašiach s cumlíkom, s ktorými deti aj zaspávajú. Neskôr má dieťa voľný prísun sladkostí po celý deň, ktoré zapíja sladeným nápojom. Akákoľvek odmena alebo sviatok dieťaťa obsahuje balíček sladkostí. A ešte navyše významná podpora sladkostí v reklamách v našich médiách...

Nepokazte úsmev vášmu dieťaťu

2 Vážení rodičia, príbuzní a priatelia našich detí, zamyslite sa, prosím, nad touto skutočnosťou. Nie je nič také smutné ako úsmev trojročného dieťaťa s čiernymi deštruovanými zubkami. Uvedomte si, že dieťa je odkázané na svojich rodičov vo všetkom, teda aj v tom, či rodič bude svojmu dieťaťu čistiť zúbky fluoridovou zubnou pastou a aké zloženie bude mať potrava, ktorú má konzumovať. Je to ochrana práve dieťaťa na zdravý vývoj a život a jedine rodič je za to zodpovedný.

Pamätajte: Prevenencia žiadneho ochorenia ľudského organizmu nie je taká jednoduchá, dostupná pre každého a finančne nenáročná, ako je prevenencia zubného kazu.



ODPORUČAME



MUDr. Tomáš Siebert, PhD.
Dentálne centrum
s. r. o., Trnava

STRANA 8

MEDIA PLANET

We make our readers succeed!

STAROSTLIVOSŤ O ZUBY
20. SEPTEMBRA 2010

Projektový manažér: Mgr. Daša Erhardtová
Tel.: 02/592 04 014
E-mail: dasa.erhardtova@mediaplanet.com

Grafické spracovanie: Radoslav Kolek

Redaktor: Elena Dravecká

Odborná spolupráca:

prof. MUDr. Neda Markovská, CSc

MUDr. Vladimíra Balogová Kasajová

MUDr. Aurel Ducko

MUDr. Tomáš Siebert PhD.

MUDr. Daniela Novotňáková PhD.

Mgr. David Ševčík

Ing. Martin Jaroš

MUDr. Marcel Podhorec

Editor: Darina Dubovská

Foto: Istockphoto

Zodpovedný za tlač: Versus, a. s.

Distribúcia: Nový Čas, 20. september 2010

MEDIAPLANET Slovakia

Tel.: 02/5930 8230

E-mail: info.sk@mediaplanet.com

Web: www.mediaplanet.com/sk

Cieľom spoločnosti Mediaplanet je vytváranie nových skupín zákazníkov pre našich inzerentov tým, že ponúkame čitateľom vysokokvalitný redakčný obsah, ktorý ich motivuje konať.

Inzercia



Aj k všedným
činnostiam
existujú
nevšedné
pomôcky.



Profesionálna
a kreatívna
starostlivosť
o zuby!

PROFIMED®
www.profimed.eu



LACALUT® *aktiv*

KRVÁCANIE ĎASIEN?



Akciové balenie
4v1

Ochrana pred

- ✓ zápalmi ďasien
- ✓ baktériami plaku
- ✓ zubným kazom

Lacalut aktiv

- zubná pasta, zubná kefka a ústna voda*
- komplexný systém prevencie a liečby zápalu ďasien, ich krvácania a paradontitídy.

Slovenská komora zubných lekárov odporúča Lacalut aktiv zubnú pastu a Lacalut aktiv ústnu vodu.

* Klinická štúdia preukázala v niektorých prípadoch redukciu baktérií plaku (*Streptococcus mutans*) až o 98% vďaka použitiu ústnej vody Lacalut aktiv.

Balenie za výhodnú cenu!



ŽIADAJTE V LEKÁRŇACH!

www.lacalut.sk



Naturprodukt spol. s r. o.,
Nádražná 20, 900 28 Ivanka pri Dunaji

NOVINKY



OTÁZKY A ODPOVEDE



MUDr. Marcel Podhorec
ambulancia Vitadent, Trenčín

Skráťte si čas u zubára!

Náhrada zuba už o dve hodiny? „S novou technológiou CEREC je to možné,“ tvrdí v rozhovore stomatológ MUDr. Marcel Podhorec.

Aký je hlavný prínos systému CEREC pre pacienta?

! CEREC je počítačom riadená 3D technológia, ktorá umožní lekárovi opraviť váš zničený zub, zhotoviť korunku alebo vymeniť defektné amalgámové výplne počas jedného, asi dve hodiny trvajúceho sedenia. Okrem úspory času prináša pacientovi prirodzený vzhľad a pocit akoby mal vlastný zub, keďže v ústach sa nenachádza žiadny kov.

Čo systém CEREC odlišuje od klasického zákroku?

! Digitalizácia a práca počítača je omnoho presnejšia ako klasická práca laboranta. Bežne trvá zhotovenie celokeramickej korunky cca 5 - 10 dní. So systémom Cerec je to len otázka hodín.

Prináša tento systém pacientovi aj nejaké riziká?

! Čistá keramika je úplne biokompatibilná. Je špeciálne vhodná pre pacientov, ktorí sú alergickí na kov v ústach. Samotný systém CEREC nemá pre pacienta žiadne zásadné zdravotné riziká.

O aký druh zákroku je momentálne najväčší záujem?

! Momentálne najžiadanejšími sú fazety, t. j. procedúra, keď sa predné plôšky frontálnych zubov minimálne zbrúsia, a CEREC z keramiky vyrobí nové plôšky s ideálnym tvarom, farbou a postavením, tzv. hollywoodsky úsmev.

Ako by ste hodnotili záujem pacientov na Slovensku o tento druh zákroku?

! Na Slovensku je to nová technológia a málokto vie, čo so systémom CEREC môže získať. Je takmer pravidlo, že po ošetrení sa pacient vracia a nechá si rovnakým spôsobom ošetriť aj svoje ďalšie zuby. Ľudia sú prekvapení, ako rýchlo možno získať do úst plnohodnotnú celokeramicnú náhradu v takejto kvalite a pritom ušetriť množstvo času.



OTÁZKY A ODPOVEDE

Technológia budúcnosti už aj na Slovensku

„CEREC predstavuje svetovú špičku,“ hovorí o prelomovej technológii distribútor systému CEREC na Slovensku Martin Jaroš z firmy Eudent.

Čo je CAD/CAM systém?

! Podstata technológie CAD/CAM spočíva v naskenovaní preparovaného zuba v ústach, zhotovení „virtuálnej“ zubnej náhrady (korunka, inlay/onlay alebo mostík) v špeciálnom softvéri, vyfrézovanie náhrady z celokeramickeho materiálu a následne nasadenie v ústach pacienta.

Ako dlho sa systém CEREC využíva vo svete?

! S výrobou systému začala firma Siemens (dnes Sirona) v roku 1985. Počas tohto obdobia sa systém neustále vylepšoval a v súčasnosti predstavuje špičku vo svojom segmente. Jeho používanie nie je už len výsadou vedeckých pracovísk, používajú ho tisíce stomatológov na celom svete. Tento trend sa v posledných rokoch presunul aj na Slovensko, kde sa v súčasnosti využíva na viac ako 14 pracoviskách (Bratislava, Trenčín, Zvolen, Piešťany, Levice atď.). Skúsenosti zo zahraničia hovoria, že počet užívateľov bude narastať.

V čom sú najväčšie výhody?

! Systém je klinicky odskúšaný počas 25 rokov existencie, náhrada zhotovená počítačom má vysokú presnosť, nezhotovujú sa žiadne odtlačky a šetrí sa čas pacienta aj stomatológa. Okrem toho sa pri tejto technológii využíva široký rozsah predovšetkým celokeramickeho materiálu, ktoré sú momentálne najlepšími v estetike aj biokompatibilite.

Inzercia

Vitadent
MUDr. Marcel Podhorec
Soblahovská 7262
911 01 Trenčín
Tel: +421 32 652 39 52
+421 911 24 25 25

<http://www.zubnylekar.sk>
<http://www.miniimplantaty.sk>
<http://www.cerec.sk>
info [@] zubnylekar.sk



Ako druhá ambulancia na Slovensku sme sa stali užívateľom technológie Cerec 3 , pre zhotovenie celokeramickeho náhrad v jednej návšteve.



EuDent, s. r. o.
oficiálny distribútor
firmy Sirona pre SR

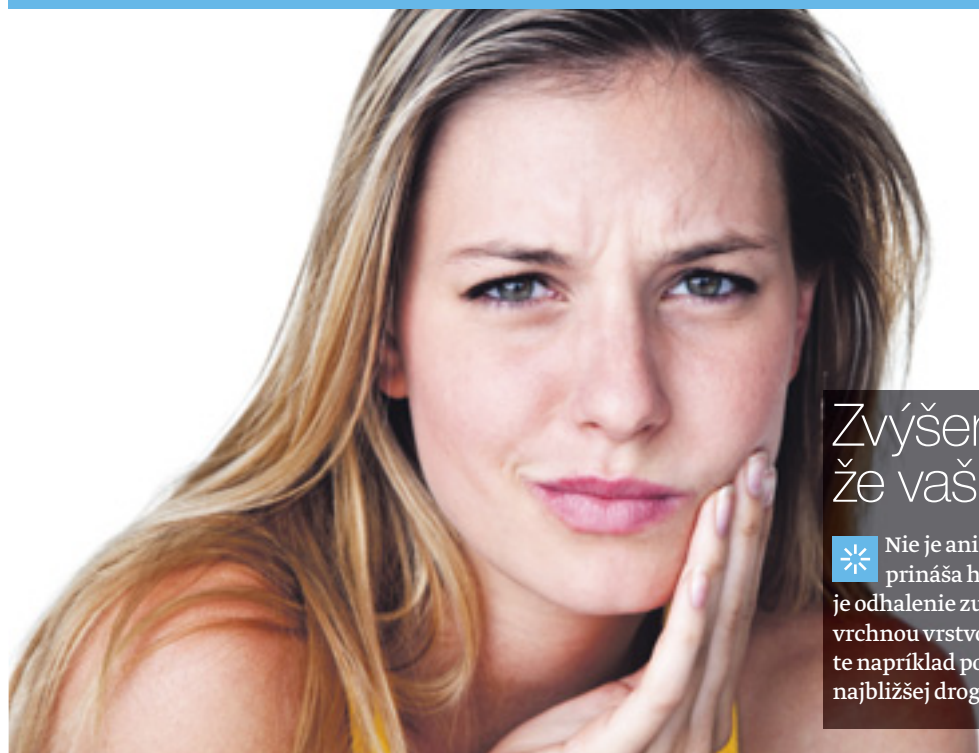
Priekopská 53A
036 08 Martin - Priekopa
tel.: 043/4286219
office@eudent.sk
www.eudent.sk




sirona.

INŠPIRÁCIA

TIP



Zvýšená citlivosť neznamena, že vaše zuby sú oslabené

 Nie je ani dôsledkom starnutia alebo dedičnosti a rozhodne neprináša hrozbu vypadnutia zuba. Nadmernú citlivosť spôsobuje odhalenie zuboviny, čo je porézna vrstva, ktorá sa nachádza pod vrchnou vrstvou zubnej skloviny. Znížiť citlivosť vašich zubov môžete napríklad používaním špeciálnych zubných past. Stačí zájsť do najbližšej drogérie alebo lekárne.

Inzercia

Bolesť zubov, ktorá Vás už trápiť nemusí Kto trpí problémom citlivých zubov, vie, ako dokáže bolesť svojho majiteľa vyradiť z pracovného i spoločenského života.

Neznesiteľná citlivosť

Nie nadarmo sa hovorí, že bolesti zubov sa nič nevyrovná a vôbec najhoršia je snáď bolesť citlivých zubov. Každé nadýchnutie, dúšok teplého či studeného nápoja, každé sústo niečoho sladkého vyvoláva nečakane prudkú, rezavú bolesť. Najčastejšou príčinou problému je zostup ďasien odhaľujúci časti zubov, ktoré potom nie sú chránené zubnou sklovinou. Donedávna bežné možnosti domácej liečby prinášali trpiacim úľavu až po 4 až 8 týždňoch.

NOVINKA



Stačí jedna minúta

Dlhé čakanie na prvé účinky úľavy je závislé na technológii, ktorá sa na znecitlivenie používa. Jednou možnosťou je otupenie nechránených nervových zakončení draslíkovými soľami, avšak účinok tejto liečby sa mnoho krát prejaví až po dvoch mesiacoch. Inú perspektívu ponúka prelomová technológia Colgate, vtelená do zubnej pasty Colgate® Sensitive Pro-Relief™ s chránenou technológiou Pro-Argin™. Táto pasta dokáže poskytnúť okamžitú úľavu od bolesti a zároveň pri pravidelnom užívaní i dlhodobú ochranu. Pre okamžitý účinok, ktorý sa dostaví behom minúty, stačí špičkou prsta masírovať trochu pasty priamo na citlivom zube.

Veda proti bolesti

Zubná pasta Colgate® Sensitive Pro – Relief™ uzatvára otvorené dentínové tubuly vedúce k nervom. Vedecké štúdie preukázali, že pri čistení zubov dvakrát denne po dobu ôsmich týždňov je citlivosť preukázateľne nižšia oproti užívaniu bežnej zubnej pasty. Na skúsenosti s pastou sme sa opýtali ekonómky Agáty, ktorá nemohla piť ľadovú vodu kvôli bolesti citlivých zubov: „Účinkuje to rýchlo. Teraz môžem piť studené nápoje a jesť korenené i sladké jedlá. Myslím, že Colgate Sensitive Pro-Relief™ je skutočne skvelá vec.“

INŠPIRÁCIA

TIP

1

BIELE ZUBY

Žiadny čitateľ, ktorý sa „zakusol“ so záujmom do tohto krátkého článku o aktuálnych možnostiach domáceho bielenia zubov, nepotrebuje dlhé úvodné rozprávanie o tom, aké sú biele zuby pekné, ani o tom, že možností, ako ich docieľiť, nie je mnoho. Toto všetko predsa vie.

PRAKTICKÝ SPRIEVODCA NA CESTE K BIELYM ZUBOM

Chce sa zorientovať v ponuke, ktorá je niekedy možno taká bohatá, až je neprehľadná. Chce mať zuby čo najkrajšie, a to bez rizika ohrozenia zdravia alebo zbytočných výdavkov. A preto je tu náš moderný orientačný návod „ako na to“.

■ Vždy si pripomínajte, že zuby majú byť predovšetkým zdravé. Venovať úsilie bieleniu zubov od prostých metód po náročné a nákladné postupy je hlúposť, pokiaľ zuby alebo ďasná trpia závažnejším problémom, ako je naša spokojnosť s ich farbou.

■ Pamätajte si, že neošetrený zubný kaz, porušená sklovina a podobné

ochorenia s bielením naozaj nejú dohromady. Zápal ďasien (najrozšírejší problém súčasnej dospeléj populácie) sa, naopak, s bielením nevylučujú, každopádne sa treba riadiť pravidlom, že zdravie je prednejšie. Ak navštevujete pravidelne svojho zubného lekára a vaše ústne zdravie je teda pod kontrolou, smelo sa vyďajte na cestu zlepšovania vzhľadu. Vaše očakávania by nemali byť prehnané. Predstavme si zjednodušene, že každý má svoj originálny odtieň zubov (farbu, akú mal jeho zub, keď bol nový) a ten je u každého iný. Svetlejší, ako je tento odtieň, nedocielime. Niektorí tak môže mať vďaka svo-

jej výbave zuby žiarivo biele, niektorí sa bude musieť uspokojiť s menej jasným odtieňom.

Stačia prirodzene biele

V každom prípade je dobré, aby farba zubov nebola v prílišnom kontraste s farbou očného bielka. Nápadne svetlejšie zuby budú krikľavé a vzbudia dojem, že nie sú pravé. Najlepší výsledok dosiahnete bielením v ordinácii. Ak je urobené s adekvátnou starostlivosťou a s garantovanou kvalitou, výsledok sa dostaví, a to bez ďalších rizík. Ide však o metódu obvykle veľmi nákladnú. Preto sa ďalej venujeme už len prípadom, keď ces-

ta k bielu úsmevu vedie cez vašu kúpeľňu.

Zásadne sa vyhnite pokusom o vybielenie zubov, ktoré stavajú na „zaručených“ radách našich babičiek. Žiadne experimenty s citrónovou šťavou a soľou alebo niečo podobné! Účelom bielenia je odstrániť nános pigmentov, ktoré sa na povrchu zubov usadili konzumáciou potravín alebo fajčením. Povedané trochu zveličene – tak, ako sa vám jedlom zamaže obrus a utierkou ho neočistíte, zafarbí sa vám aj zuby. A my ich potrebujeme len „vyprat“, nie zdrať škvrnu aj s povrchom čistenej plochy. Preto sa okrem do-

Inzercia

Zubný povlak sa nemá
kam skryť!

Zubná kefka Oral-B® Pro-Expert™

odstraňuje až **99%** zubného
povlaku*



* z ťažko dostupných miest so zubnou kefkou Pro-Expert Complete 7



máciach experimentov vyhýbajte tiež prípravkom, ktoré zuby čistia a „bielia“ s pomocou zvýšenej abrazivity. Zubné púdre a hrubé zubné pasty síce môžu mať krátkodobý efekt, ale z dlhodobého hľadiska je to len ohrozovanie povrchu zubov, ktoré môže mať za následok napríklad ich zvýšenú citlivosť.

Treba vedieť ako na to

Najlepší výsledok dosiahnete vtedy, ak sa najprv naučíte zuby správne čistiť s pomocou naozaj kvalitnej zubnej kefky a ďalších pomôcok. Veľmi dobrou radou je tzv. „predčistenie“ zubov bez použitia zubnej pasty a až po tomto prvom prípravnom kroku príde rad na použitie pasty. Na zube zbavenom povlaku fungujú účinné zložky zubnej pasty (a tu nemusíme hovoriť len o bielení) oveľa lepšie. Podobne, ako si pletovú kozmetiku nanášame na očistenú tvár. Moderná bieliaca zubná pasta vám poskytuje kompletný servis a nemusíte ju teda s inou pastou obvyk-

le striedať, aby sa dosiahlo potrebné komplexné ošetrovanie. Sledujte, či spĺňa tieto požiadavky: nízka alebo maximálne stredná hodnota abrazivity, obsah účinných bieliacich látok v podobe špeciálnej bieliacej formuly obsahujúcej najčastejšie bieliace enzýmy alebo nizučkú dávku peroxidu. A v neposlednom rade zložky, ktoré očakávate v každej poriadnej zubnej paste pre každodennú starostlivosť o zdravý chrup. Technológia výroby takejto pasty nie je lacná a zubná pasta, ktorá nesľubuje viac, ako naozaj dokáže a súčasne neznamená riziko, nebude nikdy úplne lacná. I kritérium ceny už vám teda pri výbere veľa napovie.

Zubné pasty s enzýmami a peroxidmi sa navyše po čistení obvykle nevyplachujú. Pre získanie naozajstnej istoty vo výbere vhodnej pasty a najmä správneho použitia je tak dobré zvážiť nákup v lekárňach, ordináciách alebo špecializovaných predajniach. Inú zubnú pastu budú používať fajčiari alebo milovníci ká-

vy, inú ľudia, ktorých trápi zvýšená citlivosť zubov.

Ďalšie prípravky na bielenie

Bielenie v podobe ústnych vôd alebo bieliacich nití sa na trhu vyskytuje len vzácnne. Kvalitné kúsky existujú, ale je to skôr výnimka potvrdzujúca pravidlo. Oproti tomu sa dnes ponúka veľa možností domácej bieliacej kúry. Tie najčastejšie obsahujú peroxid, ale v koncentráciách oveľa nižších, ako možno použiť v ordinácii. Predchádza sa tak možným rizikám, keď by napríklad zákazník produkt nepoužíval v súlade s odporúčaným návodom, najmä v oblasti dávkovania. Bieliace kúry treba zadovážiť od renomovaných značiek a vhodná je opäť asistencia odborného personálu. K zosvetleniu zubov dochádza o niekoľko odtieňov, a to počas niekoľkých dní až týždňov, keď sa kúra aplikuje. Či už ide o špeciálne perie, ergonomické pásky či gély s formami na aplikáciu, vždy sa prípravok aplikuje na sklovinu a, naopak, sa vyhne

dasnám. Sú to „materiály“ natoľko rozdielne, že čo sklovine nemôže ublížiť, to dasná dráždi. Prechodná citlivosť zubov počas aplikácie nie je rizikom, ale treba ju brať do úvahy. Významne senzitívnych jedincov môže kúra natoľko obťažovať svojim nekomfortným priebehom, že ju nedokončia. U ostatných zuby zažiaria bez toho, aby pocítili nepohodlie, aj keď nie u všetkých rovnako. Aby sa biely odtieň zachoval, treba znížiť či vynechať počas kúry konzumáciu zafarbujujúcich potravín, podľa odporúčania jednotlivých výrobcov či lekára (káva, červené víno, ovocie ako čučoriedky, čierny čaj, sójové omáčky, fajčenie...). Tomuto obmedzeniu sa niekedy hovorí biela diéta a vyplatí sa s ňou pracovať i ďalej. S kvalitnou a premyslenou následnou starostlivosťou si biely chrup udržíte. Bielej zdar!

Mgr. DAVID ŠEVČÍK

Inzercia



excelentná starostlivosť o zuby!

Do fitness sa nechodíte rozmaznávať, ale zdokonaľovať. S návštevou PROFIMEDU je to rovnaké. Navštívte niektorú z našich predajní a zistíte, čo môžete urobiť pre krásu, zdravie a kondíciu vašich zubov... a že to nie je zďaleka všetko, čo ponúkame. Naše poradkyne vám zostavia ponuku vhodných produktov presne podľa potrieb, ktoré stanovíte vy alebo váš zubný lekár.



Profimed – zloženie	
100 %	profesionálna starostlivosť
30	garantovaný minimálny obsah profesionálnych zubných značiek na jednu predajňu
ano	kvalitné produkty pre domáce bielenie zubov
ano	zubné a medzizubné kefky doporučované európskymi zubnými lekármi
ano	sonické zubné kefky
ano	starostlivosť o dasná (antibakteriálne produkty, probiotiká, ústne sprchy)
ne	produkty, ktoré by zubný lekár neodporučil
ano	úzko špecializované produkty
ano	BIO zubná kozmetika pre deti a dospelých
ano	ponuka selektívnych kozmetických značiek, ktoré sa zubom nevenujú (viac na www.profimed.eu)
ano	e-shop

PROFIMED

Bratislava, Aupark Shopping Center; Bratislava, Avion Shopping Park; Bratislava, Krížna 1; Banská Bystrica, Dolná 7; Košice, Alžbetina 55; e-mail: info@profimed.eu - e-shop na: www.profimed.eu

POHĽAD ODBORNÍKA

2

ZUBNÉ
IMPLANTÁTY

Nutnosť podstúpiť jeden z najzdĺhavejších a najbolestivejších stomatologických zákrokov - nasadenie zubných implantátov je nočnou morou každého z nás. Našťastie, **medicínska veda s pomocou moderných technológií** ide neustále dopredu, a tak dnes možno získať „nové zuby“ už za jeden deň.

Nové zuby za jeden deň

Zubný implantát sa dá predstaviť ako zubný koreň umiestnený v kosti. Ľudovo sa zubným implantátom hovorí „tretie zuby“ alebo „nastrelovačie zuby“. Základným materiálom na výrobu „nastrelovačích zubov“ je titán. Implantát môžeme prirovnáť ku skrutke so závitom, ktorá sa určitým spôsobom osadí do kosti v mieste, kde si to situácia vyžaduje. Po zavedení do kosti je celé telo implantátu skryté v kosti. Vnútri implantátu sa nachádza závit, do ktorého sa po vhojení implantátu v čelustiach vsadí protetická nadstavba. Nadstavba už potom vyčnieva do úst. Následne sa môže na takúto protetickú nadstavbu zhotoviť korunka, mostík alebo iný typ zubnej náhrady.

Ako to funguje

Dôležitou podmienkou úspechu je vytvorenie spojenia medzi implantátom a kostou. Odborne sa toto spojenie nazýva osseointegrácia. Jej úspešnosť sa v súčasnosti pohybuje okolo 96 - 99 %. Pre vylepšenie vlastností implantátov

„Výhoda tohto postupu spočíva v tom, že pacient neostáva bez zubov.“



MUDr. Tomáš Siebert, PhD.
Dentálne centrum
s. r. o., Trnava

a pre zaistenie kvalitnejšej osseointegrácie sa jednotlivé implantáty medzi sebou líšia tvarom, dĺžkou, typom závitov a vlastným povrchom. Teraz sú implantáty pokryté tzv. „bio povrchom“. Takýto povrch obsahuje mikroskopické dutiny, do ktorých prerastajú bunky novotvoriacej sa kosti pre vytvorenie najkvalitnejšieho spojenia medzi implantátom a kostou.

Stačí jeden deň

V minulosti, ale aj v dnešnej dobe si nasadenie implantátov vyžadovalo niekoľko zdĺhavých sedení u stomatológa, dnes stačí jeden deň. „Väčšinou ráno pacienta objednáme, jeho zvyškový chrup postihnutý ťažkou parodontitídou v sánke alebo v čelusti sa počas jedného chirurgického výkonu vytrhne a zároveň sa naimplantuje dostatočný a potrebný počet implantátov. Tento postup nazývame ‚immediate implant placement‘ alebo ‚sofort insertion‘,“ hovorí MUDr. Tomáš Siebert, PhD., ktorý patrí medzi špičkových odborníkov v oblasti parodontológie a zubných implantátov na Slovensku.

Ako vznikajú implantáty

Počet implantátov sa určí počas dôkladného klinického a röntgenového vyšetrenia. „Vzhľadom na rôznorodosť a klinickú anatómiu čelusti a sánky pracujeme s tzv. 3D projekciou - dentálnym CT vyšetrením pacienta, ktoré je z priestorových pomerov v dutine ústnej najpresnejšie,“ hovorí Tomáš Siebert. Tesne po výkone sa vezmú odtlačky týchto čerstvo zavedených implantátov a zhotoví sa provizórna náhrada, ktorá sa nasadí poobede toho istého dňa. Po 6 týždňoch v sánke alebo 3 mesiacoch v hornej čelusti, keď sú implantáty stabilné, teda definitívne vhojené v kosti, sa zhotoví trvalá protetická náhrada.

Výhody „okamžitých“ implantátov

Výhoda tohto postupu spočíva v tom, že aj počas zhotovovania definitívnej zubnej náhrady pacient je stále spoločensky sanovaný, t. j. že nie je bez zubov. Definitívna protetická náhrada sa môže zhotoviť z celokeramiky, kovokeramiky alebo tzv. kovoživice. Z hľadiska estetiky sú najkrajšie keramické zubné náhrady.

Inzercia

DENTÁLNE CENTRUM, s.r.o.
Jeruzalemská 19
TRNAVA

- ESTETICKÁ STOMATOLÓGIA
- IMPLANTOLÓGIA
- PARODONTOLÓGIA
- ORÁLNA CHIRURGIA

Vedúci lekár: MUDr. Tomáš Siebert, PhD.

Manažér praxe: Renáta Slivová

www.dentalcentrum.sk

e-mail: otazky@dentalcentrum.sk

TEL.č.: 0910 789 450



dentálne centrum Siebert
KOMPLEXNÁ STOMATOLOGICKÁ PRAX

NOVINKY



Zubné implantáty bez bolesti a do konca života

■ Extrémnym stomatologickým zákrokom, pri ktorých treba pre nedostatok kosti na vloženie implantátov túto odobrať z inej časti tela, môže byť navždy koniec. Na Slovensku sa môžete nechať ošetriť špeciálnymi implantátmi aj v prípade, že na zavedenie klasických implantátov máte málo kosti.



MUDr. Aurel Ducko
Zubná ambulancia MUDr. Miroslavy Duckovej, Bratislava



■ Veľa ľudí stráca ako prvé zadné stoličky, a keď ich chýba po oboch stranách viac, zistia, že už nie je čím rozžúť stravu a prichádzajú za svojim zubným lekárom so žiadosťou o pomoc.

Kým ešte nie je neskoro a je dobrá ponuka kosti, klasické vloženie valcové implantáty situáciu zachráni – dokážu nahradiť jeden zub alebo aj celé zuboradie, či stabilizovať protézu. Pri návšteve implantológa však veľa ľudí počuje: „Máte málo kosti, musíme najskôr augmentovať – kosť rozšíriť či predĺžiť pridaním umelej alebo v extrémnych prípadoch vlastnej kosti odobratej operačným zákrokom z uhla sánky, brady či dokonca aj z panvy.“ Takýto zákrok okrem bolestivosti prináša aj zvýšené riziko neprihojenia sa novej kosti a náročné hojenie odberného miesta, o časovej a finančnej stránke nehovoriac.

Navyše, na obdobie po vytrhnutí zubov, po rozsiahlych augmentáciách či čakaním na vhojenie sa bežných dvojfázových valcových implantátov, sú pacienti vybavení vyberacou protézou, čo pre mnohých znamená profesionálne či estetické „znemožnenie sa“. Mixér sa stáva ich najlepším domácim priateľom, strava je prispôbená možnostiam žuvania a často prehltajú nerozžuté kúsky, čo v konečnom dôsledku prináša aj zažívacie problémy.

BOI® implantáty sú často jedinou záchranou pred čiastočnými či celkovými protézami. Ich výhodou je vyvarovanie sa rizikových zákrokov, finančná a časová úspora.

Najdôležitejšie pre mnohých pacientov ale je, že ich vôbec možno ošetriť s pomocou týchto implantátov.

Tento druh možno použiť pre prípady s minimálnou ponukou kosti – na ich zavedenie stačí kosť, ktorá je až o 60 % menšia ako kosť potrebná na zavedenie valcových implantátov. Okamžitá implantácia je možná aj v parodontálnom chrupe – počas jedného sedenia sa kývavé zuby odstránia, kosť sa upraví a vložia sa implantáty.

Nespornou výhodou oproti iným druhom implantátov je to, že po ich vložení netreba čakať na ich vhojenie, ale zatažujú sa okamžite, čo znamená, že pacient získava fixne na-

sadenú zubnú náhradu do 10 dní po vložení implantátov.

Zavádzajú sa v lokálnej anestézii do čeluste z bočnej strany. Implantáty sa vďaka svojmu tvaru spoľahlivo vhoja i v kosti vysokej 2 - 3 mm, v ktorej je bez predchádzajúcej prípravy augmentáciou absolútne nemožné vloženie akéhokoľvek iného implantátu. Bolestivosť po odoznení anestézie nie je o nič väčšia ako po bezproblémovej extrakcii zuba. BOI metódu vyvinuli vo Švajčiarsku a má za sebou už 30 rokov skúseností.

Pri správnej domácej starostlivosti a pravidelných kontrolách u zubára vydržia implantáty aj do konca života.

■ Inzercia



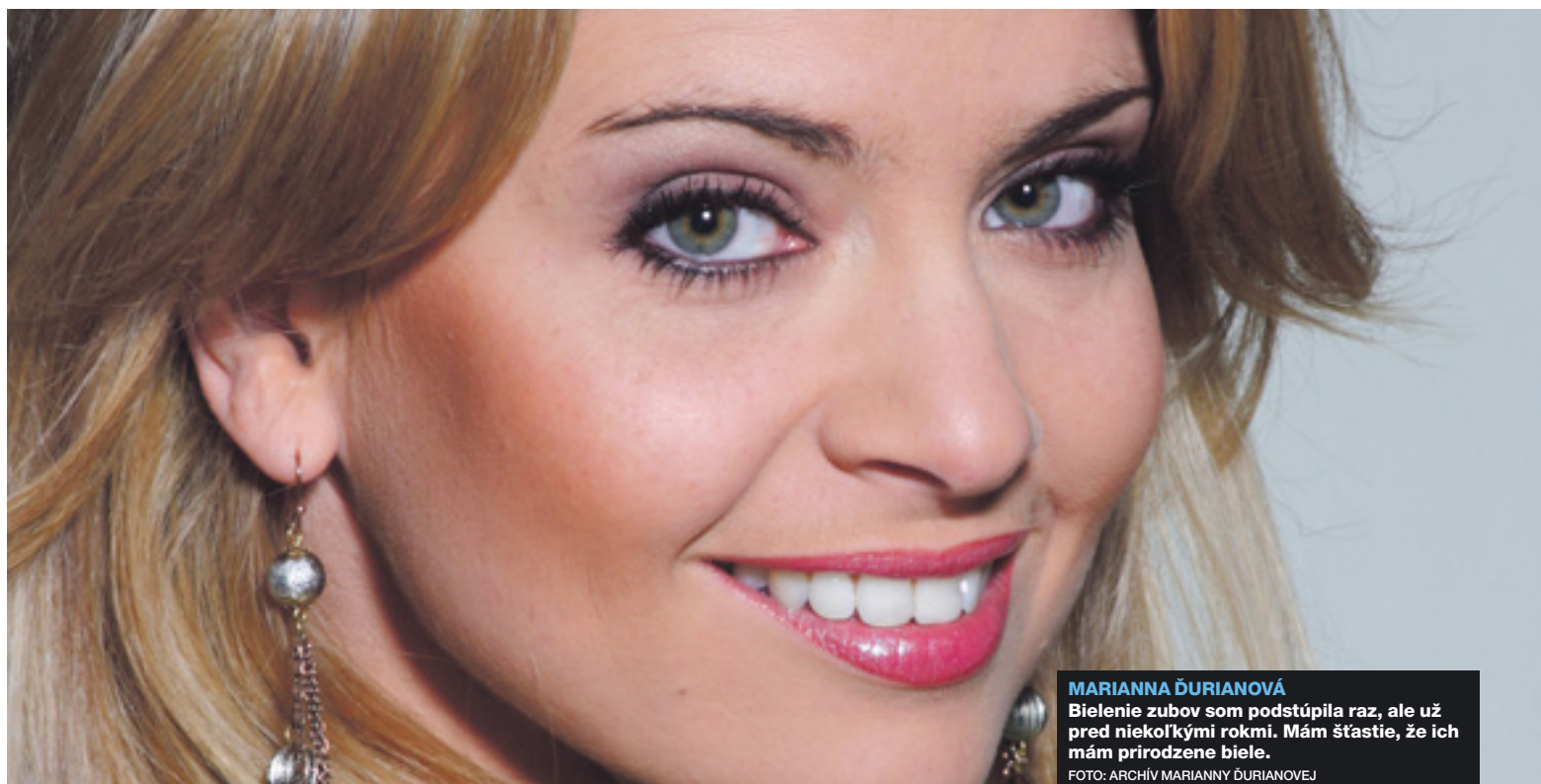
Kde sú iní **bezradní**,
my prinášame **riešenie**

BOI® implantáty
na jedinom pracovisku na Slovensku

www.bielezuby.sk

Zubná ambulancia MUDr. Miroslavy Duckovej, Tehelná 16, 831 03 Bratislava, tel.: 02/44 45 83 46

ROZHOVOR



MARIANNA ĎURIANOVÁ
Bielenie zubov som podstúpila raz, ale už pred niekoľkými rokmi. Mám šťastie, že ich mám prirodzene biele.
FOTO: ARCHÍV MARIANNY ĎURIANOVEJ

Športku som vyhrala vdďaka zubárovi

■ Pre televíznu moderátorku sú zdravé zuby a pekný úsmev mimoriadne dôležitým „pracovným nástrojom“.

Venujete svojim zubom nejakú špeciálnu starostlivosť?

Starám sa o ne tak, ako ma rodičia učili od detstva. Umývam si ich niekoľkokrát za deň, najlepšie po každom jedle, ale nie vždy je to možné. Požívam kvalitné pasty, zubné nite, medzizubné kefky a ústne vody. Niekoľkokrát do roka absolvujem dentálnu hygienu u odborníka.

Sú vaše zuby prirodzene biele alebo podstupujete špeciálne zákroky na bielenie zubov?

Bielenie zubov som podstúpila raz, ale už pred niekoľkými rokmi. Mám šťastie, že ich mám prirodzene biele,

takže v tomto smere sa im až tak venovať nemusím.

Máte strach zo zubára alebo nepríjemný zážitok spojený s návštevou zubára?

Nemôžem povedať, že by som k zubárovi chodila z pasie, ale vyslovene strach nemám. Pri dnešných možnostiach sa už dá každý zákrok urobiť bezbolestne a ja to s radosťou využívam.

Ako často navštevujete stomatológa?

Vždy, keď mám nejaký problém. Našťastie to nie je často.

Aký najlepší tip ste dostali od svojho zubára?

Pri preventívnej prehliadke diktoval sestričke čísla zubov, ktoré sú zaplombované, ja som si ich zapamätala a podľa nich som vypísala športku. A vyhrala som piatu cenu.

Máte nejaké špeciálne rituály spojené so starostlivosťou o svoje zuby?

Pri večernom umývaní sa vždy pozieram do zrkadla.

Po kom ste zdedili pekný úsmev?

Po rodičoch.

Vyhýbate sa nápojom ako káva, čierny čaj alebo červené víno, aby ste predišli zafarbeniu zubov?

Žiaľ, všetky tieto „zafarbovače“ mám veľmi rada. Takže radšej si dám zuby vyčistiť u dentálneho hygienika, ako by som sa mala vzdať týchto pôžitkov.

Nosili ste v detstve strojček?

Áno. A ráno som sa budila so strojčekom pod vankúšom. Ale bola to psina, keď sme sa so sestrou rozprávali s ústami plnými strojčeka.

Čo si myslíte o úrovni poskytovaných stomatologických služieb na Slovensku?

Myslím, že dnes je už úroveň stomatologických služieb skutočne vysoká, máme na výber z množstva stomatologických centier a kvalitných dentistov.

Myslíte si, že ceny služieb sú adekvátne úrovni výkonov?

Stretla som sa už aj s prípadom, keď kvalita služby nezodpovedala cene. Zdá sa mi, že za niektoré výkony si niektorí zubári účtujú prehnané ceny. Ale zas na druhej strane mám aj opačnú skúsenosť.

Myslíte si, že Slováci sa dostatočne starajú o svoje zuby?

Myslím, že v menších mestách či dedinách by sa starostlivosť mohla zlepšiť. Ešte stále je čo zlepšovať.

ELENA DRAVECKÁ

redakcia@mediaplanet.com

INŠPIRÁCIA

Redukcia zubného kazu u detí

■ Od novembra minulého roka je v platnosti odborné usmerenie MZ SR o včasnej diagnostike zubného kazu u detí. Jeho podstatou je prvá návšteva jednoročného dieťaťa u zubného lekára. Obsahom nie je klasické vyšetrenie chrupu a ostatných tkanív ústnej dutiny, ako ho poznáme u dospelého.

■ Základným princípom je oboznámenie rodiča o spôsoboch vykonávania hygieny ústnej dutiny u jednoročného dieťaťa, akú zubnú pastu má dieťa používať, ako mu majú rodičia čistiť zúbky, o výžive - nepodávať sladené nápoje, redukovať sladkosti a pod.

Pri tejto príležitosti zubný lekár založí zdravotný záznam, kde zaeviduje obsah poučenia, údaje o cel-

kovom zdravotnom stave dieťaťa, zároveň rodič podpíše informovaný súhlas o oboznámení sa s domácou starostlivosťou o ústne zdravie, ktorú bude vykonávať pre svoje dieťa. Zubný lekár počas komunikácie orientačne pohľadom zhodnotí stav chrupu: 1-ročné dieťa má 4 horné a 4 dolné rezáky. V prípade nedostatočnej ústnej hygieny na predných plôškach zubov sa nachádza viditeľný bakteriálny povlak, zmena sfarbenia skloviny, resp. zubný kaz.

Bez strachu zo zubára

Dieťa, ktoré bude s rodičom navštevovať ambulanciu zubného

lekára, bude vidieť, že rodič sa rozpráva so zubným lekárom, že mu stačí otvoriť ústa, že sa aj povoží na zubárskom kresle. Tak postupne získava dôveru, nebojí sa chodiť do zubnej ambulancie. Tak sa podarí, že 3-ročné otvorí ústa a dá sa ošetriť. Tu je však veľmi dôležitá spolupráca s rodičmi - musia si uvedomiť, že za zdravie svojho dieťaťa je zodpovedný rodič a každá návšteva je aj kontrolou dodržiavania zásad ústnej hygieny, správnej výživy a aplikácie fluoridov. Dodržiavanie týchto postupov vedie k zníženiu výskytu zubného kazu a zabezpečuje bezstresovú a bezbolestnú situáciu

pre dieťa. Takéto dieťa nie je problémové pri ošetrovaní.

Nezanedbávajme mliečne zúbky

Mnohí rodičia si nesprávne domnievajú, že zubný kaz mliečnych zubov netreba ošetrovať, pretože tieto postupne nahrádzajú trvalé zuby. Baktérie neošetreného zubného kazu mliečnych zubov sú základom pre zubný kaz trvalých zubov, ako aj zdrojom infekcie, ktorá sa krvnou cestou šíri a komplikuje ochorenia vzdialenejších orgánov, napr. srdce, obličky a pod.

Základný cieľ týchto opatrení: prvá návšteva dieťaťa u zubného lekára nesmie byť spojená s ošetrovaním bolestivého, zubným kazom postihnutého zuba.

Prof. MUDr. NEDA MARKOVSKÁ, CSc.



Inzercia

elmex[®] Junior s aminfluoridom

So zdravými zubami po celý život

Produkt **elmex[®]** výskumu

Detská zubná pasta s aminfluoridom

0-3 roky 3-6 rokov 0-6 rokov 6-12 rokov 6-12 rokov od 6 rokov

**Premôžme spolu zubný kaz!
Elmex s aminfluoridom!**

Na výrobky elmex[®] sa informujte u vášho zubného lekára alebo dentálnej hygieničky. Žiadajte v lekárňach! Bližšie informácie nájdete na www.gaba.com, Dovož: INTERPHARM Slovakia, a.s., Infolinka: 02/40 200 400, www.elmex.sk

RADY

Fluoridácia – základ zdravých zubov

Niektorým ochoreniam u detí nemôžeme zabrániť, zubnému kazu však áno! Nepodceňujme preto starostlivosť o zuby svojich detí a vnúčať!

■ Viete, že každodenná systematická starostlivosť o zúbky dieťaťa sa začína už s prvým mliečnym zubom? Len zdravé mliečne zuby sú totiž dobrým základom trvalých zubov! Vo vývoji chrupu majú nezastupiteľnú úlohu - držia miesto pre trvalé zuby a ovplyvňujú rast čeluste a sánky. Ak dieťa predčasne príde o svoj mliečny chrup, následkami trpia aj trvalé zuby! Detská zubná hygiena vyžaduje preto špecifický prístup.

Podľa pediatrov je pre zdravie zubov už od detského veku potrebný dostatočný prísun fluoridových iónov! Klinické štúdie potvrdili, že fluoridy, zvlášť ich organická forma - aminfluoridy - obsiahnuté v detskej zubnej paste i zubnej paste Junior, ústnej vode i géli, ktorý umožňuje intenzívnu fluoridáciu a zubní lekári ho odporúčajú používať 1 x týždenne - majú vysokú účinnosť proti zubnému kazu.

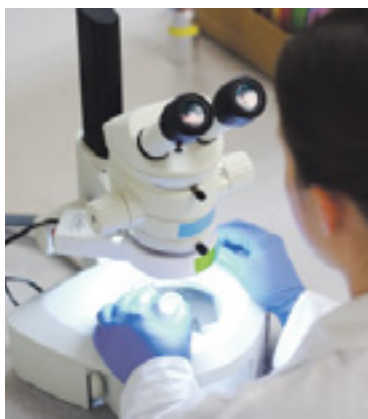
Ich schopnosť remineralizovať zubnú sklovinu, dokonca zastaviť aj tvorbu začínajúceho sa zubného kazu dokazuje ich nezastupiteľnú úlohu, zvlášť v prevencii zubného kazu.

Za všetko hovoria výsledky Švajčiarska a škandinávskych krajín, kde začali s aplikáciou prípravkov zubnej hygieny s aminfluoridom už pred 40 rokmi. Systematickou fluoridáciou aminfluoridom sa im podarilo znížiť kazivosť zubov niekoľkonásobne! Deti vo veku 10 až 12 rokov majú v priemere 1 zubný kaz! A aká je slovenská realita? V priemere 6 - 8 kazov u 12 - ročných detí!

ROZHOVOR

Rakovinu ústnej dutiny môže spôsobiť aj zlá dentálna hygiena

■ Na otázky súvisiace so zá-
kerným ochorením odpovedá
MUDr. Daniela Novotňáková,
PhD., odborná asistentka na Le-
kárskej fakulte, so špecializáciou
maxilofaciálny chirurg.



Aké sú príčiny vzniku rakovi- ny ústnej dutiny?

Príčiny sa nedajú jednoznačne ur-
čiť, ide o multifaktoriálne ochore-
nie. Medzi vonkajšie faktory zara-
ďujeme napr. alkohol, fajčenie, zlú
životosprávu, žiarenie, medzi vnú-
torne aj genetické faktory.

Čo by ste odporúčali ako pre- venciu proti tejto chorobe?

Jednoznačne sa vyvarovať všetkých
škodlivých vplyvov - zlej životo-
správy, alkoholu, fajčenia, škodli-

vého žiarenia, malhygieny ústnej
dutiny. To všetko spadá do primár-
nej prevencie.

Aký častý je výskyt rakoviny ústnej dutiny na Slovensku v porovnaní so zahraničím?

Presné štatistiky nemám. Čo ale
pozorujem na klinike, je nárast in-
cidencie rakoviny a jej posúvanie
do nižších vekových skupín. Ke-
dysi to bola záležitosť ľudí okolo 50
rokov, dnes postihuje stále mlad-
ších pacientov.

Aký je častý výskyt tohto ochorenia v porovnaní s ostatnými druhmi rakoviny?

Najčastejšie druhy rakoviny sú u
žien rakovina prsníka, u mužov
rakovina pľúc. Karcinómy v oblas-
ti hlavy a krku predstavujú cca 7 %
malígnych nádorov všetkých loka-
lizácií.

Má výskyt tohto ochorenia súvis s dentálnou hygienou?

Určite. Aj zlá hygiena sa môže po-
dieľať na vzniku rakoviny ústnej
dutiny. A to preto, že zlá ústna hy-
giena vedie k deštrukcii chrupu,
pričom ostré okraje rozpadnutých
zubov neustále dráždia a trauma-
tizujú okolité tkanivá, čoho výsled-
kom môže byť vznik malígnych
zmien.

Aké sú príznaky choroby?

Zo začiatku obvyčajne ide o bezprí-
znakový defekt nehojaci sa viac
jako 2 - 3 týždne. Neskôr pozoruj-
eme vred s navolitými okrajmi a
občasným krvácaním. S rastom
nádoru sa pridružujú problémy s
artikuláciou, bolesti, pacient za-
čne chudnúť, pretože nemôže žuť
a prijíma menej potravy, pozoruj-
eme aj zápach z úst, foetor ex ore.

Ako sa dá rakovina ústnej dutiny liečiť?

Liečba závisí od toho, v akom štá-
diu pacient príde. Najideálnejšie
je, keď je možná operácia a ná-
sledne zaisťovacia rádioterapia
s chemoterapiou. Pokiaľ už ide o

štádium, keď nie je operácia mož-
ná, hovoríme o inoperabilnom
štádiu, pacienti podstupujú len
rádioterapiu s chemoterapiou a
čakáme, ako nádor na túto liečbu
zareaguje.

Aké je percento úspešnosti liečby rakoviny ústnej dutiny?

Na to sa nedá s presnosťou odpove-
dať. Výsledky liečby a prognóza zá-
visia od pokročilosti ochorenia a,
samozrejme, aj od celkového stavu
pacienta. Čím skôr sa ochorenie za-
chytí a lieči, tým väčšia je šanca na
vyliečenie.

MUDr. DANIELA NOVOTŇÁKOVÁ, PhD.

■ Inzercia

ZÁLEŽÍ VÁM NA
ZDRAVÍ?
ZÁLEŽÍ VÁM NA
ŽIVOTE?

Cytopathos, spol. s r.o. je jedným z
najväčších biopticko - cytologických pracovísk na
Slovensku a zároveň najväčšie skriningové praco-
visko orgánovo špecifických a orgánovo nešpeci-
fických autoprotilátok pri diagnostike autoimunit-
ných ochorení. Spoločnosť Cytopathos, spol. s r.o.
vznikla v roku 2006 na báze Ústavu patológie FN
Bratislava - Kramáre. Kolektív laboratória tvorí 30
interných pracovníkov vrátane 10 lekárov a VŠ praco-
vníkov. Cytopathos spol. s r.o. úzko spolupracuje
s najväčším biopticko - cytologickým pracoviskom
v ČR - Bioptická laboratoř s.r.o.

ŽIADAJTE U SVOJHO LEKÁRA

www.cytopathos.sk





Ako sa zbaviť akútnej bolesti zubov

Bolestami zubov trpí z času na čas každý človek. **Je to jedna z najobávanejších bolestí.** Začína nenápadne a bez včasného ošetrenia u zubného lekára môže mať nepríjemné následky.

Čo spôsobuje bolesť zubov?

S bolením zubov sa v priebehu života stretne každý z nás. Objavuje sa v prípadoch ochorenia zubov, ako sú zubný kaz, paradentóza alebo po ošetrení zubov. Ak sú zuby napadnuté zubným kazom, spočiatku nebolia. Baktérie postupne útočia na zubnú sklovinu a až keď vážne poškodia zub, začne sa ozývať tupá, ťažko lokalizovateľná bolesť. V prípade hnisavého zápalu zubnej drene sa vyskytuje pulzujúca bolesť a zuby sú mimoriadne citlivé. Väčšinou ide o vážne ochorenie zubov, keď je nutná bolestivá liečba koreňa. Paradentózu identifikujete ľahko - zuby citlivo reagujú na chladné alebo horúce potraviny, či dotyk. Niekedy však bolesť zubov môžu spôsobiť aj iné ochorenia - napr. chrípka ale-

bo zápal vedľajších nosných dutín v dôsledku nachladnutia. Vo všeobecnosti však platí, že najčastejšou príčinou bolesti je zubný kaz. Kazy sa tvoria z neodstránených zvyškov jedla, preto treba dbať na dôkladnú ústnu hygienu.

Ako utíšiť bolesť

Existuje množstvo „ľudových receptov“, ktoré poskytujú úľavu od akútnej bolesti zubov. Odporúča sa napr. vyplachovať ústa odvarom zo šalvie alebo slanej vody. Zaberá aj žutie klinčeka, ktorý má dezinfekčné účinky a jeho silica dokáže stlmiť bolesť zubov. Iní odporúčajú teplé alebo, naopak, ľadové zábalý. Najoverenejším pomocníkom sú však lieky s obsahom ibuprofenu, ktoré bolesť zaženú už do hodiny. Takáto pomoc je však len dočasná, a preto po utíšení najakútnejšej bolesti treba vyhľadať svojho stomatológa.

ELENA DRAVECKÁ

redakcia@mediaplanet.com

MIG-400[®]

rýchly proti bolesti IBUPROFÉN



Vždy poruke
kdekoľvek ste,
čokoľvek robíte



MIG-400[®]
Účinne potlačí mierne
a stredne silné bolesti
a horúčku

MIG-400[®] v balení 10 a 30 tabliet

Liek **MIG-400[®]** obsahuje ibuprofén. Pred použitím sa poraďte s lekárom alebo lekárnikom a pozorne si prečítajte informáciu o lieku. **Vždy užívajte MIG-400[®] presne podľa pokynov uvedených v písomnej informácii pre používateľov.** Spôsob výdaja lieku: bez lekárskeho predpisu.

M BERLIN-CHEMIE MENARINI

BERLIN - CHEMIE A. G. - obch. zastúpenie v SR
Palisády 29, 811 06 Bratislava, Slovenská republika
tel.: +421 2 544 30 730, fax: +421 2 544 30 724

INŠPIRÁCIA

5

ŠKRÍPANIE
ZUBAMI

Škrípanie zubov je odpoveďou tela na stres

Čo je to bruxizmus

Bruxizmus alebo škrípanie zubami je rozšírená, nadbytočná aktivita žuvacieho systému, ktorá sa prejavuje rytmickými pohybmi žuvacích svalov najmä počas spánku. Táto disfunkcia sa prejavuje vo všetkých fázach spánku, ale aj cez deň v duševne vypätých situáciách. Škrípanie zubami je najznámejšou formou parafunkcií - to znamená neslúži žiadnemu funkčnému účelu. Zo zdravotného hľadiska má však mimoriadne negatívne následky. Zubný fixačný aparát sa kvôli dlhotrvajúcemu preťažovaniu poškodzuje, môže dôjsť k poškodeniu zubných korúnok, v najhoršom prípade k vypadávaniu zubov. Nadmerný tlak zubov môže spôsobiť zápal okostice a ďasien, zhrubnutie žuvacieho svalstva a tiež poruchy čelustných kĺbov. Okrem týchto problémov často vplyvom škrípania zubov dochádza aj k napätiu v oblasti hlavy a krku.

Výskyt bruxizmu

Bruxizmus sa najčastejšie prejavuje u detí. Podľa všeobecných štatistík, sa vyskytuje u 50 % detí vo veku 10 - 12 mesiacov, u 10 - 20 % detí starších ako 1 rok. Najčastejšie býva pripisovaný deťom s detskou mozgovou obrnou, s mentálnou retardáciou alebo hyperkinetickou poruchou. Významným faktorom sú vrodené anomálie zubov a skusu. Uplatňujú sa však aj psychologické faktory ako napr. stres. U dospelých sa táto disfunkcia odhaduje na 5 - 10 percent a často býva kombinovaná s poruchami spánku. Škrípanie zubov môže byť okrem stresu podnietené aj alkoholom, abstinančným syndrómom alebo vedľajším účinkom niektorých liekov. Vo všeobecnosti sa doktori prikláňajú k teórii, že príčina bruxizmu sa nachádza v centrálnom nervovom systéme a slúži na psychické odreagovanie sa.



Diagnostika

Lekári považujú za bruxizmus nielen škrípanie zubov, ale aj tlak zubov. Človek trpiaci touto disfunkciou si väčšinou škrípanie zubov vôbec neuvedomuje, keďže väčšinou ho robí počas spánku. Ráno však dochádza k napätiu v tvárovom svalstve, bolestiam zubov alebo hlavy. V najhoršom prípade môže pacient spozorovať už opotrebované korunky zubov a chybné zaťaženia v oblasti úst. Diagnostiku sa na základe klinických príznakov. Pri špeciálnom vyšetrení v spánku sa počas bruxizmu registruje zvýšená rytmická aktivita žuvacích svalov vo všetkých štádiách spánku. U všetkých pacientov je potrebné elektroencefalografické vyšetrenie na vylúčenie epileptického pôvodu bruxizmu.

Ako škrípanie zubov liečiť

V ľahších prípadoch na uvoľnenie žuvacieho svalstva pomáha gymnastické cvičenie a stomatologické vyšetrenie. To je dôležité pre vy-

ochranou proti poškodeniu chrupu. Ide o tzv. „koľajnice“, ktoré stomatológ zhotoví, aby zuby chránili v noci, ale aj cez deň. Veľmi dôležité je upozornenie pacienta na jeho problém. Niekedy môže pomôcť kalendár, do ktorého si pacient zaznamenáva nadmerné ústne aktivity. Napriek tomu, že na škrípaní zubov to nič nezmení, môže pozitívne ovplyvniť nevedomé zvyky počas dňa. Postihnutý je citlivejší a častejšie preberá vedomé ovládanie. Ak však problémy pretrvávajú, treba konzultovať situáciu s neurológom, v extrémnych prípadoch riešiť problém psychoterapiou. Pacient so sklonom k bruxizmu by mal vo svojom živote eliminovať stresové situácie. Zmiernenie stresu a úzkosti sa dá dosiahnuť aj liekmi, ktoré sa podávajú najmä na noc. Zatiaľ však nie je známa žiadna terapia, ktorá by pacienta trpiaceho na bruxizmus úplne oslobodila od tejto disfunkcie.

ELENA DRAVECKÁ

redakcia@mediaplanet.com

Inzercia

ALL DAY DENTAL CARE

Perl@Med

CLEANIC

Čistiace šumivé tablety na zubné náhrady a detské strojčeky

Šumivé tablety: odstraňuje škvry a nečistoty, obmedzujú tvorbu povlaku, bielia a oživujú farbu zubnej náhrady.

16 tablety

Vhodné aj na detské strojčeky

ROZHOVOR

Halitóza – nepríjemný spoločník

Halitóza alebo zápach z úst

je problém, ktorým trpí v rôznej miere až 25 percent ľudí. Napriek tomu, že väčšina ľudí pripisuje halitózu fajčeniu, alkoholu alebo konzumácii určitých druhov potravín, problém môže mať hlbšie príčiny. Primárne je zápach z úst spôsobený anaeróbnymi baktériami, ktoré produkujú síru a ktoré bežne žijú vo vnútri ústnej dutiny. Tieto baktérie sú tam pravdepodobne preto, aby človeku asistovali pri trávení a živía sa zvyškami potravy. Prežívajú v ťažko dosiahnuteľných miestach, ako sú medzizubné priestory, hlbšie ryhy na jazyku, pod vrstvou povlaku alebo v zadnej časti jazyka. Zápach spôsobujú zlúčeniny síry, ktoré baktérie produkujú.

Príčiny halitózy

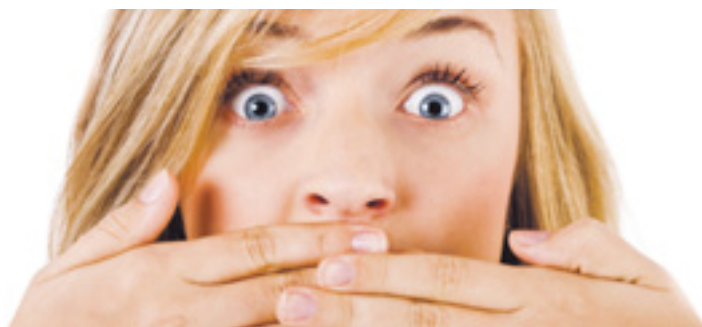
Prechodný zápach z úst spôsobujú niektoré druhy potravín, ako sú cesnak, cibuľa, syry alebo ryby. Okrem toho môže byť zápach spôsobený fajčením, stresom, hladom alebo zlou ústnou hygienou. Často halitózu vyvoláva aj užívanie niektorých liekov, ako sú antibiotiká, antidepresíva alebo antihistamika. V najhor-

ších prípadoch je halitóza dôsledkom ťažkých ochorení, ako je rakovina, cukrovka alebo ochorenia obličiek a pečene. Pokiaľ za halitózu nestoja tieto vážne ochorenia, treba vyhľadať stomatóloga, ktorý skontroluje chrup, ďasná a jazyk a odporučí vám, ako sa starať o ústnu hygienu. Až 80 % halitózy má totiž pôvod v ústnej dutine, v nedostatoč-

nej ústnej hygieny, v zápale ďasien a predovšetkým v zápale parodontu, a najviac v povlaku jazyka.

Ako sa zápachu zbaviť

Problém môžete eliminovať zvýšenou starostlivosťou nielen o zuby, ale aj o jazyk. Okrem pravidelného čistenia zubov treba ošetrovať jazyk špeciálnou škrabkou. Nesmieme tiež zabúdať na dentálnu niť, medzizubné kefky a pravidelný pitný režim, ktorý zabráni vysušovaniu úst. Vhodné je používať ústnu vodu s antibakteriálnymi účinkami. Treba tiež obmedziť určité druhy potravín, medziiným sladkosti, keďže baktérie sa prízivujú na rafinovanom cukre, ale tiež kávu, alkohol a, samozrejme, cigarety.



ELENA DRAVECKÁ

redakcia@mediaplanet.com

Inzercia

Vyhráva každý! Nieko aj viackrát!

Zúčastnite sa veľkej súťaže určenej všetkým používateľom prípravkov Protefix®.

- Na všetky čakajú **fixačné krémy Protefix® zdarma.**
- A tí najlepší získajú **nákupne poukazy** v celkovej hodnote **2400 eur!**

Viac sa dozviete v lekárni a na www.medac.sk/protefix.

Protefix® je ucelený rad prípravkov pre fixáciu a údržbu zubných náhrad.

Protefix®

Istota je lepšia!

ÚSTNE KVAPKY - SWEET BREATH

Extra silný koncentrát bez cukru (aj pre diabetikov) zabíja baktérie a zbaví Vás nepríjemného pachu v ústach a vďaka mentolu a mäte zlepšuje dýchanie. 2 kvapky na jazyk a vaša ústna dutina bude dlhodobo čistá a svieža. Obsahuje viac ako 160 kvapiek. Praktický a štýlový je MicroMist. Vďaka šikovnému baleniu je pripojiteľný na čokolky - kľúčenku, kabelku, zips, mobil, alebo ho majte len tak vo vrecku.

Helbor Trading s.r.o., Muchovo nám.12, 851 01 Bratislava
02/62411313, 0903265799

www.helbor.sk

SWEET BREATH®

ŠPORTUJETE ?

NÁSLEDKY SA LIEČIA DRAHO

PREVENCIA JE LACNEJŠIA

Zhotovíme Vám chránič zubov na mieru.

Ardentum- zubná technika

www.zubnatechnika.sk

Bolí vás chrbát, kĺby, trápi vás artróza, reumatizmus, nemôžete sa od bolesti pohybovať?

Otázka pacienta:

Trápia ma silné bolesti kĺbov a bolesť v chrbte. Lekár mi povedal, že trpím artrózou, reumatizmom a že vo vyššom veku týmto ochorením trpí väčšina populácie u nás. Mám sa s tým zmieriť? To však nechcem! Lekár mi predpísal niekoľko liekov, po ktorých mi býva väčšinou nevoľno a sú v podstate len od bolesti. Ráno sa budím s pocími stuhnutých kĺbov a najhoršie je mi pri zmenách počasia. Rada by som vás, pán doktor, požiadala o radu, či u nás existuje nejaká overená, lekárske štúdiami potvrdená možnosť domácej liečby, založená na niečom inom, než len na užívaní veľkého množstva liekov. Veľmi vám ďakujem za vašu odpoveď. S úctou

Mária N., 59 rokov

K vyššie uvedenej otázke a zdravotným problémom odpovedá lekár **MUDr. Josef Pech:**

Opisovanými zdravotnými problémami, nielen u nás, skutočne trpí veľké množstvo pacientov. A to aj v omnoho mladšom veku, ako uvádzate. Je to dané životným štýlom, záťažou organizmu atď. V súvislosti s uvádzanými zdravotnými problémami vám môžem odporučiť prístroj BioBeam 940, ktorý je vyvinutý a overený špecialistami v zahraničí a s ktorého liečbou zaznamenáme denne výborné výsledky. BioBeam 940 je určený na liečbu pohybového aparátu, artrózy, reumatizmu, bolesti chrbta a kĺbov, poúrazových stavov organizmu, zápalu kĺbov, šliach atď. Vyznačuje sa výraznými analgetickými, protizápalovými a biostimulačnými účinkami. Použitie prístroja vám účinne zníži bolesť a zlepší sa vaša pohyblivosť. Vďaka svojim liečebným účinkom je u pacientov veľmi obľúbený. Môžu ho používať aj kardiáci, ľudia s cukrovkou a pod. Uplatnenie nachádza aj u športovcov a ťažko pracujúcich, pretože v prípade zranenia či zdravotných problémov podstatne skraca je ich návrat do bežného života. Liečba prístrojom BioBeam 940 je jednoduchá, bezbolestná, bez vedľajších účinkov. Áno. Váš ošetrojúci lekár vám môže predpísať veľké množstvo liekov alebo môžete vyskúšať napr. BioBeam 940, ktorý dokáže pomôcť aj v prípadoch, keď nezaberá liečba farmakologická. Prístroj sa používa aj na odborných lekárskejších pracoviskách v nemocniciach, kúpeľoch, rehabilitačných ústavoch. BioBeam 940 je napájaný z elektrickej siete. Cena prístroja je 239 EUR (7200 SK). Z dôvodov pozitívnych skúseností z odborných lekárskejších zariadení je záručná lehota na prístroj predĺžená na 3 roky. BioBeam 940 pomohol množstvu pacientov pred vami, môže pomôcť aj vám. Pokiaľ ho môžete mať pri sebe doma a nemusíte dochádzať za liečbou k svojmu lekárovi, výrazne vám to uľahčí priebeh liečenia. Prístroj BioBeam 940 je schválený Ministerstvom zdravotníctva ČR.

9 dôvodov, prečo BioBeam 940

- Milióny spokojných užívateľov po celom svete
- Bezlieková liečba, nezaťažujúca tráviaci trakt
- Liečba bez akýchkoľvek vedľajších účinkov
- Najpredávanejší výrobok vo svojej kategórii
- Možnosť liečby v pohodlí vášho domova
- Overená liečebná účinnosť
- Výrobok vysokej kvality
- Jednoduchá obsluha
- 3-ročná záruka

A. J., 61 rokov: Viac ako 8 rokov som striedavo trpel silnými reumatickými bolesťami. Pravidelne som tiež chodieval na injekcie proti bolesti. Vyskúšal som azda všetko možné. Na odporúčanie lekára som kúpil BioBeam 940. Som s týmto zariadením veľmi spokojný, znížil som dávky užívaných liekov a na injekcie už nechodím.

Z. S., 72 rokov: Kúpila som si BioBeam 940, pretože ma trápili bolesti v kolenách a bedrových kĺboch. Bez palíc som neprešla už ani po byte. Nieto ešte zjásť si sama nakúpiť! Bola som odkázaná na pomoc druhých (rodiny, susedov). Vďaka prístroju BioBeam sa však všetko zmenilo. Vďaka zaň.

Existuje účinná pomoc

Prístroj BioBeam 940, ktorý bol vyvinutý v zahraničí a je používaný lekármi, v nemocniciach a pri domácej liečbe po celom svete. Lúč prístroja dokáže vďaka svojej špecifickej vlnovej dĺžke preniknúť hlboko do tkaniva tela a vyvolať tu liečebné účinky, ktoré sú pre vašu liečbu veľmi dôležité. Predovšetkým ide o účinok analgetický, biostimulačný a protizápalový.

Čo to znamená?

Analgetický účinok – použitie prístroja BioBeam 940 má za následok potlačenie a zníženie bolesti. Výsledkom je začatie ozdravných procesov organizmu v mieste pôsobenia prístroja. Dochádza tak k likvidácii chorobných stavov v tele a návratu tela do normálu.

Biostimulačný účinok – prístroj BioBeam 940 účinne podporuje a urýchľuje obnovenie bunkového metabolizmu a regeneračných procesov vášho organizmu. Jeho použitie vám tak poskytuje celkový pocit pohody, zdravia a zvyšuje vašu telesnú odolnosť a vitalitu.

Protizápalový účinok – pri liečbe prístrojom dochádza k aktivácii prirodzených faktorov podieľajúcich sa na likvidácii zápalu. BioBeam 940 podporuje okrem iného rozšírenie ciev, tým dochádza k lepšiemu prekrveniu, lepšej látkovej výmene a lepšiemu okysličeniu tkaniva organizmu v liečenom mieste a k zvýšeniu reakcii vlastného imunitného systému.



**SKVELÝ TIP
NA DARČEK VÁM
ČI VAŠIM BLÍZKYM**

Lehota dodania do 48 hodín

P. T., 58 rokov: Pri mojom pobyte v kúpeľoch som bol liečený prístrojom BioBeam 940. Počas mesiaca, keď som bol v kúpeľoch, sa výrazne zlepšila hybnosť mojich kĺbov. Potešilo ma, že som si potom mohol BioBeam kúpiť aj priamo u lekárskeho personálu v kúpeľoch. Tým, že mám BioBeam teraz u seba doma, môžem ho použiť, kedykoľvek potrebujem.



Výhradný distribútor pre Česko a Slovensko:

Drixon group, s. r. o.

Roháčova 188/37, PSČ 130 00 Praha 3

Tel.: (+420) 220 99 88 77, E-mail: info@biobeam.cz

www.BioBeam.cz

Prístroje BioBeam sa používajú aj na odborných pracoviskách FN v Motole, FN Brno, Kúpele Jáchymov, Rehabilitačný ústav Kladeruby a v mnohých ďalších

Viac informácií na internete: www.BioBeam.cz alebo volajte (+420) 220 998877

Venujte čas svojmu zdraviu. BioBeam 940 zmenil život k lepšiemu mnohým ľuďom pred vami, môže ho zmeniť aj vám či vašim blízkym