

# Najnowsze metody stomatologii estetycznej

*Zdrowe, białe, równe zęby są gwarancją pięknego uśmiechu – niezbędnego atrybutu zadbanej twarzy. Najnowsze techniki stosowane we współczesnej stomatologii pozwalają spełnić to marzenie nawet osobom, wobec których natura nie była w tym względzie zbyt łaskawa.*

Czasami nie zdajemy sobie sprawy, jak wielkie znaczenie dla zachowania młodego wyglądu twarzy ma stan naszego uzębienia. I nie chodzi tylko o to, że pożółkłe szkliwo czy ubytki w jamie ustnej odbierają nam urodę. Te braki mają też swoje konsekwencje, powodują, że twarz szybciej się starzeje: rysy opadają, zapadają się policzki, a zmarszczki pogłębiają się. To powolne procesy, ale gdy w porę nie odbudujemy utraconych tkanek zębowych w ich naturalnym kształcie wygląd twarzy będzie się z czasem pogarszał. Dla opóźnienia starzenia się twarzy ważne jest także leczenie ortodontyczne; korekta wad zgryzu ułatwia oczyszczanie zębów (chroni więc przed próchnicą i parodontozą), poprawia wymowę i jakość żucia. W kompleksowym uzdrawianiu i „odmładzaniu” uśmiechu pomagają dziś specjalistyczne kliniki stomatologiczne. Stosowane w nich metody niczym nie różnią się od zachodnich.

## Co to jest stomatologia estetyczna?

Stomatologia estetyczna jest dość nową dziedziną, znaną na świecie od ponad 10 lat. Zajmuje się estetyką zębów, ale... połączoną z troską o ich zdrowie. Oprócz standardowych form leczenia proponuje technologie, które pomagają „zębom ładniej wyglądać” – od nowoczesnych metod wybielania poprzez uzupełnianie ubytków aż po najnowsze techniki ortodontyczne. Dziś można zmienić kolor, wielkość i kształt zębów, poprawić ich ustawienie, np. zlikwidować szpecące szpary pomiędzy nimi, skorygować wady zgryzu. I co ważne: nie wiąże się to z uciążliwym bólem i nie wyłącza z życia zawodowego na dłużej.

## Jak skutecznie wybielić zęby?

Częsty powód do narzekań to nieodpowiedni kolor zębów. U niektórych osób szkliwo ma żółtawe zabarwienie z natury, co jest uwarunkowane genetycznie. Ale kolor zębów zmienia się także wraz z wiekiem, szkliwo staje się cieńsze, a wręcz się ściera. Ciemnieniu zębów sprzyjają także palenie papierosów,

picie dużej ilości kawy i herbaty. W każdym z tych przypadków można zastosować odpowiednią technikę wybielania. Metodę dobiera się zależnie od koloru kości, struktury szkliwa, wrażliwości uzębienia itd. Można to zrobić w gabinecie stomatologa lub sposobem domowym, jednak dobór metody należy zawsze pozostawić lekarzowi specjalście w zakresie stomatologii estetycznej.

Najszybszy sposób wybielania – trwa ok. godziny. Po dokładnym usunięciu kamienia i osadu nazębnego oraz zbadaniu stanu wypełnień i dziąseł lekarz trzykrotnie (za każdym razem na 10-15 min) nakłada żel wybielający. By wzmocnić efekt rozjaśnienia, stosuje się specjalną lampę utleniającą. Rezultat jest widoczny od razu, ale trwały kolor uzyskamy dopiero po 2 tygodniach. Przez 24 godziny po zabiegu należy stosować białą dietę (mleko, twaróg). Około doby może trwać też przejściowa nadwrażliwość zębów. Cena: 1500-2000 zł  
**METODA DOMOWA**, tzw. nakładkowa. Skuteczna, ale musimy stosować przez cały czas wybielania (ok. 2 tygodni) białą dietę. Poza tym nadwrażliwość trwa przez cały czas stosowania nakładek. Pacjent dostaje od lekarza starannie dobrane do kształtu zębów (nie podrażniają dziąseł) silikonowe nakładki z żelem rozjaśniającym wraz z dokładną instrukcją, jak je stosować. Nosząc je po kilka godzin dziennie przez 5-14 dni, uzyskamy dobry efekt wybielenia zębów. Po kuracji konieczna jest wizyta kontrolna u stomatologa. Cena: ok. 1000 zł

**METODA KOMBINOWANA**. Łączy metodę gabinetową i domową. Lekarz zaleca stosowanie nakładek przez kilka dni po wybieleniu w gabinecie, ale stężenie żelu jest mniejsze niż w przypadku metody domowej. Efekty są tym bardziej spektakularne, im ciemniejszy jest kolor wyjściowy szkliwa.

## NOWOŚĆ!

Pacjenci z nadwrażliwością zębów (kiedyś nie mieli możliwości wybielenia) obecnie mogą mieć wybielane zęby za pomocą specjalnych preparatów i lamp.

## Sposoby odbudowy

Osobom niezadowolonym z kształtu lub ustawienia zębów, z pourazowymi ubytkami, ukruszeniami stomatologia estetyczna zapewnia metody, które nie wymagają oszlifowania własnych zębów, tak jak to było w przypadku koron (na świecie stosuje się je tylko gdy zęby są bardzo zniszczone).

**LICÓWKI.** Czyli naklejane na własne zęby nakładki kompozytowe lub ceramiczne. Są używane najczęściej do korygowania defektów estetycznych zębów przednich. Ich kształt i kolor dostosowuje się do zębów naturalnych. Licówki dobrze tuszują różne problemy, np. zęby małe, stożkowate, o niekorzystnym kształcie, przebarwione, po urazach. Tę technikę stosuje się również, by zamknąć szpary pomiędzy zębami. Lekarz wykonuje odbudowę podczas jednej wizyty. Nakłada licówki warstwowo, by naśladowały naturalny wygląd zęba. Cena: 600-1650 zł za jeden ząb

**ONLAY I INLAY.** Są to wkłady lub nakładki koronowe z kompozytu lub ceramiczne, o dużej trwałości. Znajdują zastosowanie zwykle w zębach bocznych: przedtrzonowcach i trzonowcach, tam gdzie z powodu sporego ubytku nie da się już zrobić klasycznego wypełnienia. Rekonstrukcję można wykonać podczas dwóch wizyt: pierwsza to przygotowanie zęba pod wkład, zrobienie wycisku, dobranie jego kształtu i koloru (nawet z naturalnymi przebarwieniami, aby nie różnił się zębów naturalnych), druga – założenie gotowego wkładu (wykonanego w laboratorium). Takie uzupełnienia są dużo trwalsze od klasycznych wypełnień, a estetyka jest wręcz idealna. Cena: 600-900 zł

## Możliwości współczesnej ortodoncji

Stomatolodzy obserwują coraz większe zainteresowanie leczeniem ortodontycznym wśród dorosłych. Nic dziwnego, współczesne techniki pozwalają zrobić to w miarę szybko i dyskretnie. Krzywe zęby, szpary między nimi, przesunięcia koryguje się za pomocą aparatów. Kuracja przebiega w kilku etapach: najczęściej zakłada się aparat w jednym fuku, a po kilku miesiącach w drugim. Wizyty kontrolne odbywają się raz na 5-7 tygodni, a czas trwania leczenia waha się od 1 do 2,5 roku (zależnie od wady wyjściowej zgryzu).

### NOWOŚĆ!

Dobra wiadomość dla osób, które chcą poprawić stan zgryzu, ale z powodu wykonywanego zawodu (np. prezenterzy telewizyjni, artyści estradowi) chciałyby to zrobić zupełnie niezauważalnie. Zamiast tradycyjnych aparatów można zastosować przezroczyste, kompletnie niewidoczne nakładki korygujące ustawienie zębów, które są wykonywane po komputerowej obróbce modeli diagnostycznych pacjenta. Pacjent otrzymuje komplet nakładek (liczba nakładek zależy od tego, jak skomplikowana była wada wyjściowa), które powinien zmieniać co 2 tygodnie. W tym czasie wada zgryzu stopniowo ulega korekcji. Cały proces jest absolutnie bezbolesny i niezauważalny dla otoczenia.

**APARATY CERAMICZNE** (porcelanowe). Ich barwa dobrze harmonizuje z odcieniem szkliwa. Na początku leczenia zakłada się cienkie metalowe łuki służące do ustawienia zębów w prawidłowych pozycjach. Później można zastosować powlekane łuki w kolorze zębów.

**KRYSTAŁOWE.** Wykonane z szafiru (absolutnie przezroczyste), są bardzo wytrzymałe: nie ulegają przebarwieniom i nie zbierają kamienia nazębnego. Są tak delikatne, że prawie niewidoczne w ustach.

**LINGWALNE.** Mocuje się je od wewnętrznej strony zębów, więc są niewidoczne. Nie korygują jednak każdej wady; najlepiej zastosować je, gdy nieprawidłowości w ustawieniu zębów są nieduże, np. zęby są sfoczone (zbyt ściśle przylegają do siebie). Nie każdy też może aparat lingwalny nosić, niektórym trudno się przyzwyczaić (może zaburzać mowę i powodować dyskomfort ze strony języka).

## Co warto wiedzieć o implantach?

Gdy niestety dojdzie już do utraty zęba, lub nawet wielu zębów, najbardziej komfortowym rozwiązaniem są implanty. Stosowane na świecie od 40 lat, w Polsce od 10. Mimo że nie są tanie, coraz bardziej przekonują, bo znakomicie „udają własne zęby”. Implant jest tytanową śrubą (całkowicie bezpieczną dla organizmu), którą umieszcza się w kości szczęki. Na nim zostaje zamocowana porcelanowa korona zęba. Implantologia sprawdza się dobrze pod warunkiem, że ilość i jakość kości w miejscu planowanego wszczepu jest odpowiednia, ale najnowsze techniki stomatologiczne mają już swoje sposoby, by ją wzmocnić. Cały proces od umocowania implantu do założenia korony trwa około pół roku, w tym czasie trzeba odbywać wizyty kontrolne. Istnieją już jednak techniki pozwalające odbudować brakujący ząb na implancie w ciągu jednego dnia. Teoretycznie implant powinien utrzymać się przez długie lata (20-30), ale zależy to prawie całkowicie od tego, czy pacjent przestrzega wszystkich zaleceń pozabiegowych. Aby zachować implant w formie, trzeba wzorowo dbać o higienę jamy ustnej, regularnie usuwać kamień nazębny. Cena: implantu: ok. 3000 zł, koszt korony: ok. 2000 zł ■



Odbudowa za pomocą licówek (górne zęby)



Wybielenie zębów

