



Dr n. med. Emma Kiworkowa-Rączkowska
Specjalista stomatolog,
Villa Nova Dental Clinic

Nie lubię mycia zębów

Podczas mycia zębów dokucza mi ostry ból związany z odsłoniętymi szyjkami zębów. Używam odpowiedniej pasty przeznaczonej do wrażliwych zębów i odsłoniętych szyjek. Trochę to pomaga, ale nie do końca. Co jeszcze mogę zrobić?

Elżbieta, Zawiercie

Nadwrażliwość zębów to narastający problem będący udziałem coraz większej grupy ludzi. Objawia się on w postaci uporczywych dolegliwości bólowych, najczęściej w okolicach szyjek zębów, wywoływanych niską temperaturą powietrza lub spożywanych pokarmów. Wśród przyczyn odsłaniania szyjek zębowych (recesji dziąseł) wymienia się na pierwszym planie choroby przyzębia (paradontozę) oraz niewłaściwą technikę szczotkowania zębów. Obniżenie poziomu dziąsła skutkuje odsłonięciem części zęba nieprzystosowanej do kontaktu ze środowiskiem jamy ustnej oraz szczoteczki – zębiny, a w dalszej kolejności cementu korzeniowego. Odsłonięta zębina nie stanowi wystarczającej bariery ochronnej, zatem bodźce termiczne i chemiczne mogą bez przeszkód przedostać się przez otwarte kanaliki zębowe do wnętrza zęba i powodować dolegliwości bólowe. A zatem pierwszym krokiem w walce z nadwrażliwością jest opanowanie prawidłowej techniki szczotkowania za pomocą odpowiedniej szczoteczki dobranej indywidualnie przez lekarza stomatologa lub higienistkę stomatologiczną. Uzupełnieniem tego etapu leczenia jest stosowanie specjalnych past dostępnych w aptekach, łagodzących objawy bólowe, np. zawierających substancje zamykające odsłonięte powierzchnie zębowe lub zawierające zwiększoną dawkę fluoru.

Jeżeli nie daje to oczekiwanego efektu, wskazane jest przeprowadzenie raz w tygodniu zabiegu intensywnej fluoryzacji dostępnym w aptekach żelem zawierającym bardzo aktywną postać fluoru – aminofluorki.

Oprócz domowych sposobów znoszenia nadwrażliwości wspólnie stomatologia dysponuje całą gamą metod profesjonalnych, takich jak zabiegi fluoryzacji polegające na pędzlowaniu i wcieraniu roztworów fluoru w obnażone tkanki zębów czy w przypadku występowania ubytków twardych odbudowa utraconych powierzchni.

Dzięki tym zabiegom zęby stają się odporne na działanie bodźców termicznych i chemicznych (kwasów).

Należy jednak pamiętać, że powodzenie leczenia nadwrażliwości zależy zarówno od skuteczności metody, jak i zaangażowania oraz zdyscyplinowania pacjenta, terapia wymaga regularnych i systematycznych wizyt.

Dr n. med. Emma Kiworkowa-Rączkowska,
specjalista stomatolog z Villa Nova Dental Clinic