



DOBRE NAWYKI od najmłodszych lat

Prawidłową higienę jamy ustnej trzeba zacząć od najmłodszych lat, a zęby mleczne u dzieci należy leczyć. Dobre nawyki pielęgnacyjne stanowią bowiem niezbędny element profilaktyki nie tylko stomatologicznej, ale także ogólnoustrojowej.

Wczesne wyrobienie nawyku higieny jamy ustnej u dzieci może zapobiec wielu problemom w kolejnych latach życia. Zdecydowanie obowiązuje tu zasada – im wcześniej, tym lepiej. Dzięki temu szczotkowanie zębów po posiłkach i przed pójściem spać stanie się żelazną zasadą.

– Jeśli kochamy wędrówki, to chętnie czytamy przewodniki turystyczne, dokładnie przeglądamy mapy, testujemy najnowszą kurtkę przeciwdeszczową czy najwygodniejsze buty trekkingowe. I oczywiście chcemy również wzbudzić entuzjazm do tego wszystkiego w swoim dziecku. Podobnie jest ze szczotkowaniem zębów. Dlatego ważne jest, aby przedstawić tę czynność, jako coś przyjemnego. Obecnie dostępnych jest wiele przeróżnych pomocy, które w kreatywny sposób mogą zamienić szczotkowanie w niesamowitą zabawę, jak np. książki, gry, piosenki, filmy, aplikacje do szczotkowania zębów. Rodzice sami również mogą wymyślać zabawy, np. teatrzyk z pacynką szukającą potworów próchnicy, które trzeba gonić po ząbkach szczoteczką, aż wszystkie zostaną wyczyszczone, mogą opowiedzieć ciekawą historię lub omówić dzień ze swoim dzieckiem. Jeśli rodzice nie są pewni, czy dzieci same potrafią dokładnie czyścić zęby, mogą to sprawdzić za pomocą specjalnych tabletek do wybarwiania płytki bakteryjnej np. marki Curaprox – radzi **Andrea Westermann**, stomatolog, wykładowca i matka dwójki dzieci, która pracuje w Zurichu.

Wybór właściwych produktów do higieny jamy ustnej ma ogromne znaczenie. Szczoteczka nie powinna być szorstka i twarda, gdyż mogłaby uszkodzić wrażliwe dziąsła maluchów. Z kolei ostre pasty do zębów mogą dodatkowo zniechęcić dzieci do szczotkowania.

Koniec ze skalpelem i wiertłami?

Starsze pokolenia pamiętają jeszcze borowanie zębów bez znieczulenia, dla młodszego jest to nie do pomyślenia. Liczba dostępnych zabiegów z wykorzystaniem laserów stale rośnie, jednak wielu pacjentów wciąż nie zdaje sobie sprawy z takiej metody leczenia. Jest to technologia wykorzystująca wzmocnione promieniowanie świetlne, które działa na tkanki ciała, precyzyjnie je odparowując, a jednocześnie minimalizując uszkodzenia sąsiadujących struktur. Dzięki temu zabiegi stomatologiczne stają się mniej inwazyjne, co przekłada się na mniejszy dyskomfort i szybszą regenerację.

– Nowoczesne technologie w medycynie, w tym również w stomatologii, rozwijają się w zawrotnym tempie. Dzięki wykorzystaniu lasera możemy zaoferować pacjentom bardziej komfortowe, precyzyjne i skuteczne metody leczenia. Samo wprowadzenie znieczulenia miejscowego można uznać za rewolucję w stomatologii. Leczenie stało się bezbolesne, dzięki czemu osoby z niskim progiem bólu i dentofobią chętniej odwiedzają gabinety. Wciąż jednak, choćby w Polsce, mamy miliony osób, które niedostatecznie dbają o higienę jamy ustnej, nie odwiedzają regularnie co pół roku dentysty i tracą zęby, które można było wyleczyć i zachować. Zastosowanie lasera w stomatologii jest kolejnym, nowoczesnym rozwiązaniem, które powinni rozważyć pacjenci. Jednym z kluczowych zastosowań lasera jest leczenie próchnicy. Technologia ta pozwala na precyzyjne usuwanie zainfekowanych tkanek zęba bez konieczności użycia tradycyjnego wiertła – mówi **dr n. med. Agnieszka Laskus**, specjalistka periodontologii i stomatologii ogólnej oraz współzałożycielka Fundacji Dr Laskus.

W chirurgii stomatologicznej laser może być wykorzystywany do różnych zabiegów, jak ekstrakcja zębów mądrości, resekcja wierzchołka korzenia zęba, wycinanie torbieli, wycinanie zmian patologicznych na błonie śluzowej jamy ustnej. Zabiegi są mniej inwazyjne, a krwawienie minimalne. Szwy nie zawsze są potrzebne, co oznacza dla pacjenta szybsze gojenie i mniejszy dyskomfort po zabiegu. Laser pomoże również w leczeniu jednej z najczęstszych chorób przyzębia - parodontozy. Pozwala na precyzyjne usunięcie zmienionych tkanek i bakterii z kieszonek dziąsłowych.

