



o dentální hygieně

Proč pravidelně navštěvovat dentální hygienistku

Co je dentální hygiena?

Dentální hygiena je obor, který v České Republice existuje již přes 20 let. Ve světě, a v posledních letech i u nás, je dentální hygienistka vždy součástí stomatologického týmu. Přesto, že je v zahraničí využívání služeb profesionální dentální hygieny (DH) samozřejmé, většina Čechů bohužel považuje za dostačující jen prohlídky u zubního lékaře (ZL). Někteří se zbytečně bojí, jiní si ji chybně spojují výhradně s estetickým efektem a další se nesprávně domnívají, že zubař a dentální hygienistka dělají se zuby prakticky totéž. Pravdou ovšem je, že se ZL a DH v péči o pacienta vzájemně doplňují. Zatím co stomatolog řeší již nastalé onemocnění chrupu a dutiny ústní, hygienistka se stará především o jejich prevenci a udržení již zaléčených obtíží.

Kdo je dentální hygienistka?

Dentální hygienistka je zdravotník - NE lékař s odbornou způsobilostí k výkonu dentální hygieny. Tuto způsobilost získá absolvováním vyšší odborné školy

nebo bakalářského studia. DH se zabývá prevencí a léčbou počínajících stádií kazů a onemocněním parodontu (závěsného aparátu zubů). Drtivá většina lidí chce mít zdravé a krásné zuby. Právě to, jak si je udržet co nejdéle zdravé a esteticky působivé, vás naučí dentální hygienistka. Správnou péčí o váš chrup dokáže předejít mnoha nepříjemným zákrokům u stomatologa, předejít „parodontóze“, která může vést až ke ztrátě zubů. Dentální hygienistka nenahrazuje stomatologa, ale spolupracuje s ním. Spektrum zákroků, které provádí je velice široké a v dnešní době se kvalitní lékař bez spolupráce s dentální hygienistkou v podstatě neobejde. Těmito preventivně léčebnými zákroky se šetří peněženky pacientů, jelikož se stále častěji ukazuje, že je mnohem levnější důsledná prevence, než náhrady již nenapravitelně poškozených zubů.

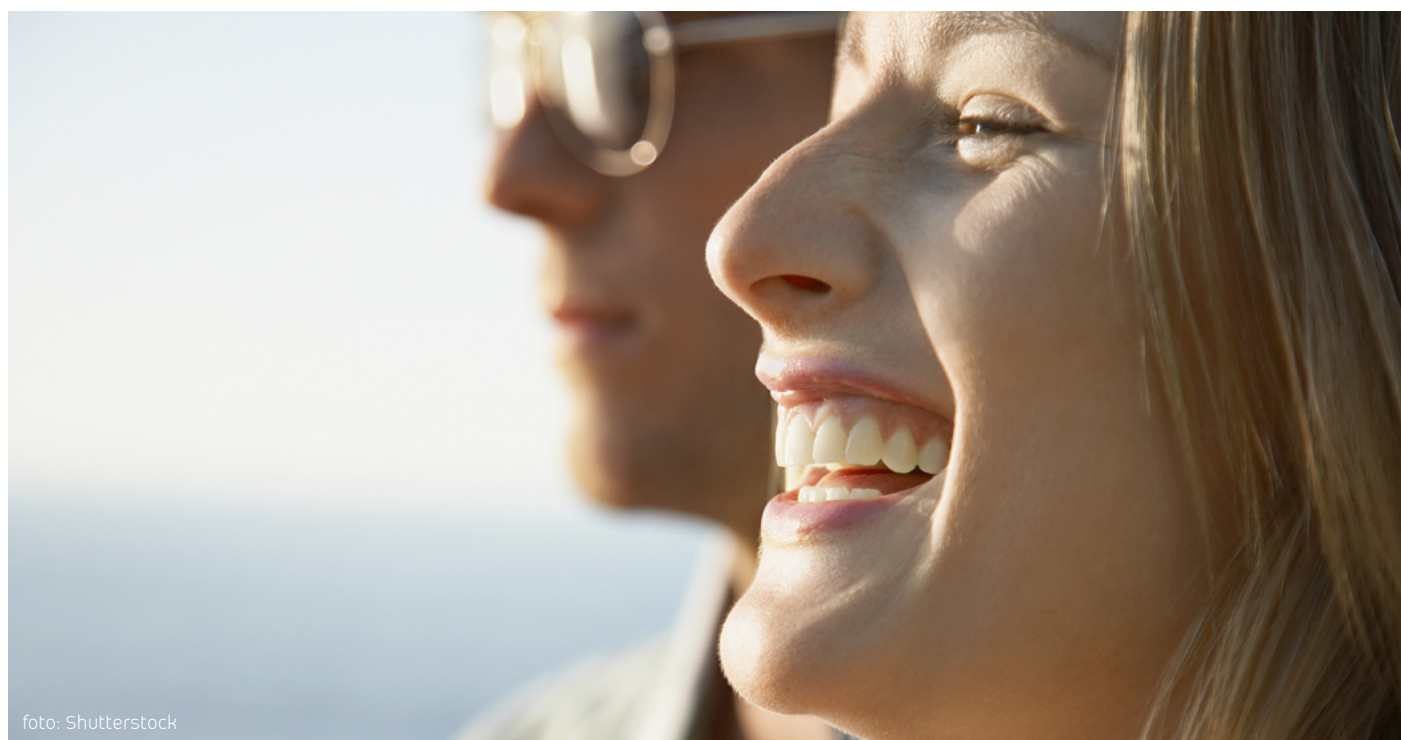
Co čekat od první návštěvy?

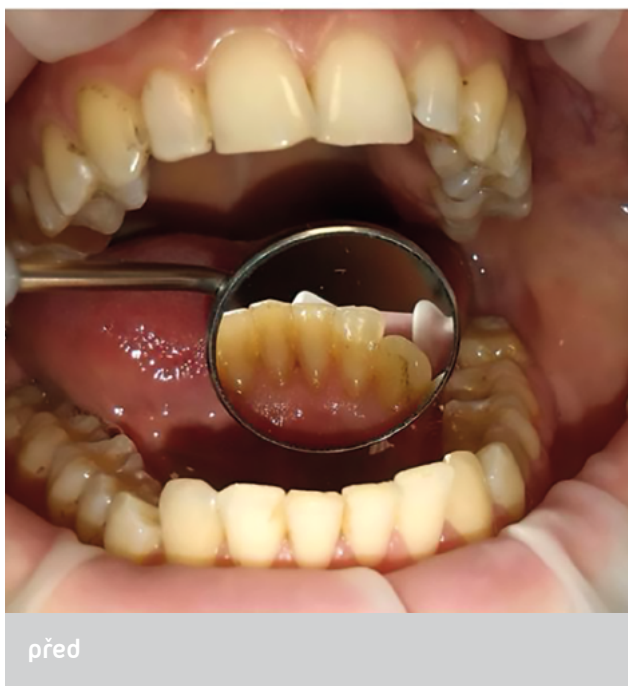
Na moderním pracovišti dentální hygieny počítejte s podrobným vyšetřením stavu vašeho chrupu a dásní, včetně



UDĚLEJTE NĚCO PRO SEBE - DOPŘEJTE SI NÁVŠTĚVU DENTÁLNÍ HYGIENISTKY

zjištění množství plaku a zubního kamene. Dentální hygienistka důsledně posoudí stav dásní, parodontu (závěsného aparátu zubů) a úroveň ústní hygieny. Zjistí také jaké má pacient v této oblasti hygienické návyky a jaké typy dentálních pomůcek používá. Na základě toho pak pacientovi vysvětlí příčiny jeho problémů, nacvičí s ním správnou metodu čištění zubů a vybere vhodné dentální pomůcky, včetně mezi-zubních kartáčků, případně zubní nitě tak, aby byly nejen účinné, ale k zubům a dásním šetrné.





před

Jak často navštěvovat dentální hygienu?

Ošetření dentální hygienistkou není jednorázové jak se mnozí mylně domnívají. Po první sérii návštěv, během kterých dojde k dokonalému vyčištění zubů a nastavení principů domácí péče je důležitá pravidelná kontrola čištění a to 4x - 2x ročně. Doporučená frekvence návštěv je individuální. Záleží na stavu chrupu, dásní a závěsného aparátu zubů pacienta a taktéž na důslednosti s jakou pacient dodržuje zubní hygienu. Přibližný počet návštěv vám doporučí právě až hygienistka s ohledem na vstupní vyšetření. Pokud máte zuby a dásně zcela zdravé, je vhodná alespoň jedna návštěva hygienistky každého půl roku.

Proč navštěvovat ordinaci dentální hygienistky? Nesprávné čištění zubů? No a co?

Zubní lékař v podstatě napravuje až následky nesprávné či nedostatečné zubní hygieny. Právě ta je nejčastější příčinou vzniku zubních kazů a dalších zdravotních potíží souvisejících s chrupem, dásněmi a dutinou ústní. Problém je v tom, že i když se doma o zuby svědomitě staráte, můžete mít špatnou techniku čištění nebo nevhodný zubní kartáček. Jako laici chybu nemůžete odhalit. Pacienti, kteří na DH přijdou poprvé, bývají překvapeni zjištěním, že doma o zuby pečují špatným způsobem. Sami zubní lékaři vědí, že práce s pacienty, kteří dentální hygienistku pravidelně navštěvují je kvalitnější. Ze zkušeností vyplývá, že když pacient z nějakého důvodu ze systému hygienistické péče vypadne, většinou se to hned projeví na stavu jeho chrupu

a dásní. Krvácení dásní a zubní kámen pak znemožňují stomatologovi provést kvalitně zubní výplně, korunky, můstky či implantáty. Tak se zkracuje životnost zmíněných prací. Pouze pod vedením dentální hygienistky, s vaší NEZBYTNOU spoluprací, můžete minimalizovat vznik zubního kazu, zamezit krvácivosti dásní a tvorbě zubního kamene.

Zuby si čistíme všichni, záleží však na tom, JAK a ČÍM! Aneb pryč se skvrnami.

K vyhledávaným ošetřením patří také odstraňování pigmentací na zubech, například pigmentových skvrn od kávy, čaje nebo cigaret s pomocí účinné technologie Air-flow. V podstatě se jedná o čištění zubů rychlým proudem speciálního velmi jemného písku, což je velmi účinné a navíc při něm nedochází k poškození skloviny. Dentální hygiena nabízí také oblíbené bělení zubů, o kterém by ovšem měli uvažovat pouze pacienti s dobrou ústní hygienou a opraveným chrupem bez otevřených kazů.

Strach z bolesti je zbytečný.

Stejně jako ošetření v ordinaci stomatologa může být i péče dentální hygienistky bezbolestná. Bát se nemusí ani lidé s citlivými dásněmi. Hygienistka totiž běžně používá znecitlivující gely. A v případě „hloubkového“ odstraňování zubního kamene může zubní lékař aplikovat pacientovi před ošetřením lokální anestezii.



po

