

Koruyucu Diş Hekimliği



Çocuklarda koruyucu diş hekimliği yaklaşım ve tedavileri şu başlıklardan oluşur:

- » Fırçalama
- » Diş gelişiminin takibi
- » Diş ipi kullanımı alışkanlığının kazandırılması
- » Ailenin bilgilendirilmesi
- » Uygun beslenme
- » Kötü alışkanlıkların tespiti ve önlenmesi
- » Flor uygulamaları
- » Fissür örtücü uygulamaları
- » Yer tutucu uygulamaları
- » Travma ve darbelerden korunmanın sağlanması

Koruyucu diş hekimliğinin önemi nedir?

Koruyucu diş hekimliği, çocuğunuz için sağlıklı ve güzel bir gülüş sağlar. Sağlıklı ağıza sahip çocuklar daha rahat ve kolay çiğnerler; yemeklerin besin değerlerini tam ve etkin olarak alırlar. Konuşmayı daha çabuk ve anlaşılabilir olarak kavrarlar. Ağızlarında vücudun diğer bölgelerini tehdit eden bir hastalık olmadığından genel sağlık durumları da daha iyidir. Sağlıklı bir ağız güzel görüldüğü için çocuğun kendine ve görüntüsüne güveni fazladır. Bunların dışında; koruyucu diş hekimliği daha az yorucu ve daha ucuz bir tedavi yaklaşımıdır.

Koruyucu diş hekimliği ne zaman başlamalıdır?

Koruyucu diş hekimliği ilk dişlerin ağızda sürmesinden itibaren başlar. Çocuğunuzun ilk dişinin sürmesiyle beraber, diş hekiminizi görünüz. Böylece ağız sağlığını koruma konusunda da bilgi sahibi olabilirsiniz. Diş hekimi ziyaretiniz ne kadar erken başlarsa, çocuğunuzun diş hastalıklarını koruma şansınız o kadar yüksek olacak, çürük oluşmadan önlem alabileceğiniz ve çürüksüz, sağlıklı bir nesil yetiştirebileceksiniz.

Koruyucu diş hekimliğinde ailenin rolü nedir?

Çocuğunuzun diş sağlığı tamamen sağlandıktan sonra, diş hekiminiz bu sağlığını evde kendisi koruyabilmesi için, çocuğunuza fırça- lama, diş ipi kullanımı, aileye de beslenme düzeni ve gerekirse flor kullanımı konusunda bilgiler verir. Ayrıca uygulamaları takip ve kontrol ederek çocuğunuzun bu alışkanlıkları yaşam boyu kazanmasına yardımcı olursunuz.

Diş hekiminin koruyucu tedaviye katkısı nedir?

Diş fırçalama, diş ipi kullanımı ve flor uygulamalarının hepsi çocuğunuzun diş sağlığının korunmasına yönelik uygulamalardır. Ama bunların dışında da uygulanan tedaviler vardır.

Örneğin, fissür örtücü vb. uygulamalar diş hekimleri tarafından sıklıkla uygulanan yöntemlerdir.

Flor uygulamaları:



Flor, belli oranlarda olduğu sürece, vücudun ihtiyacı olan bir maddedir. Flor alımı çocuk 0 yaşındayken başlayıp, 8 yaşına kadar devam etmelidir.

Florun vücuda girmesinde 2 yol vardır:

Birinci yolu; sistemik olarak içme suları, meyve suları, gıdalardaki flor ve flor içeren tablet veya şuruplar vasıtasıyla olur. Sistemik olarak alınan flor, dişlerin gelişimi esnasında yüzeylerde depolanır ve uzun süre etkisini gösterir. Aynı zamanda dental plağa yapışarak remineralizasyona yani dişin yapısında çürüğün oluşturduğu madde kaybını yenilemeye yardım eder.

Flor alımının ikinci yolu da; topikal ya da lokal olur. Lokal olarak alınan flor, ağızda varolan dişleri güçlendirir ve diş yüzeylerine tutunarak çürüğe karşı dayanıklılığı artırır. Diş macunları, ağız gargaraları ve diş hekimlerinin uyguladığı flor jel ve macunları topikal flora örnektir.

Florun çürük önleyici etkisi araştırmacılar tarafından 3 mekanizma ile açıklanmaktadır:

1. Dişin yapısındaki hidroksiapatitleri çözünebilir florapetite dönüştürerek dişin en üst ve en ince tabakası olan minenin asitte çözünü- lürlüğünü azaltır.
2. Asitler tarafından yapısı bozulan dişin mine tabakasının tamirine ve iyileşmesine yardımcı olur.
3. Dişin üzerinde biriken plağı direkt olarak etkileyerek asit üretmesine engel olur.

Florun bu çürük azaltıcı etkisinden en fazla düzeyde yararlanabilmek için en iyi yol, dişlerin oluşumunun tamamlandığı yaş olan 8 yaşına kadar sistemik olarak, bu devreden sonra da topikal olarak daimi dişlerin çıkmasına kadar kullanılması önerilir. Amerikan Diş Hekimleri Birliği'nin belirlediği ideal flor miktarı; 0,7-1,2 mg/L (ppm)'dir. İçme suyundaki flor miktarı bu dozlardan az olduğu durumlarda, flor takviyesine ihtiyaç duyulur. Kullanılması gereken dozlar, zaten çocuk doktorunuz tarafından belirlenecektir.

Profesyonel olarak diş hekiminiz tarafından uygulanan topikal florürler ise, flor içeren ve ağza plastik kaşıkla uygulanan jellerdir. Kullanılan dozaja göre 3 veya 6 ayda bir tekrar edilen, gayet rahat ve kolay bir flor uygulamasıdır.

Fissür örtücü uygulamaları:



Fissür örtücüler, dişlerde henüz çürük oluşmadan, bakteri plağıyla dişlerin çürümeye en müsait bölgeleri olan çiğneme yüzeyleri arasındaki ilişkiyi kesmek amacıyla yapılan , bu yüzeyleri kapatan estetik,saydam maddelerdir.

Çocuğunuz dişlerini günde 2 kere (sabah ve akşam yatarken) etkin olarak fırçalayabilse bile, çok girintili çıkıntılı bölgeleri temizlemesi zordur. Fissür örtücüler sayesinde bu bölgeler izole edilerek gıda ve plak birikiminden dolayısıyla da çürük oluşma riskinden korunmuş olur. Ağızda ilk süren daimi diş olan 6 yaş dişleriyle 12 yaş dişleri, çok önemlidir ve gıda birikimi ve çürük gelişimi açısından en çok risk taşıyan dişlerdir. Bu nedenle, özellikle bu dişlere fissür örtücü uygulanması büyük önem ve gereklilik taşır.

Fissür örtücü tek seanslık, oldukça kolay uygulanabilir bir yöntemdir. Önce diş temizlenir, kimyasal bir ajan uygulanır ve kurutulur. Akışkan, şeffaf bir madde olan fissür örtücü diş sürüldükten sonra ışıklı dolgu cihazıyla sertleştirilir. Uygulamadan sonra çocuğun yemek yemesinde bir sakınca yoktur. Fissür örtücü uygulamaları, çürük tedavisinden hem çok daha ucuz, hem de dişin üzerinde bir işlem yapılmadığından, çocuğunuz için de sıkıntısız bir işlemdir. Fissür örtücü uygulandıktan sonra da çocuk ağız bakımına aynen devam etmelidir. Yapılan fissür örtücü, her 6 ayda bir kontrol edilmelidir. Eğer gerekirse, bir ekleme veya yenileme yapılabilir.

Yer tutucu uygulaması:



Süt dişleri, ya alttan gelen daimi dişin uyguladığı baskı sonucu düşer; ya da travma veya tedavi edilemeyecek kadar derin çürükler sonucu çekilmek zorunda kalır ve bunun sonucunda erken diş ve yer kayıpları meydana gelir.

Bunun sonucunda oluşan boşluğu doldurmak için komşu dişlerin boşluğa doğru kayması, alttan sürmekte olan daimi dişlerin çıkacak yer bulamaması veya farklı bir yerde sürmesi söz konusu olur. Bu da ortodontik problemlere yol açar. Bu nedenle de yer tutucu dediğimiz plastik veya metal aperieler takarak ileride sorun oluşturacak bu bozuklukları engellemiş oluruz.

İki tip yer tutucu vardır:

- » Hareketli (çocuğun kendi çıkarıp takabileceği)
- » Sabit yer tutucular

Sabit Hareketli yer tutucular klinikte çocuğun ağızından ölçü alınarak laboratuvarında akrilik bazlı bir maddeden ağızına uyumlu olarak yapılan tipleridir. Birden fazla sayıda ve çenenin her iki tarafında eksik diş olması durumunda tercih ettiğimiz yer tutucudur. Çocuk, günboyu taktığı apereyi sadece yemek yerken çıkartır. Tek taraflı ve bir diş eksikliğinde, özellikle çocuğun da yaşı küçükse, sabit yer tutucu kullanmayı tercih ederiz. Sabit yer tutucular, klinikte tek seansta hekim tarafından yapılır.

Yer tutucu ne zaman yapılmalıdır?

Süt dişlerinin ara yüzleri çürüğe çok yatkındır. Küçük yaştaki çocuk fırçalamayı etkin olarak yapamadığı ve arka bölgedeki dişlerini iyi temizleyemediği için, bu dişler çabuk çürürler ve tedavi edilmeyip çürük ilerlemesi önlenemediğinde erken çekimleri söz konusu olur. Çekimlerin veya dişlerin yüzeylerinde oluşan derin çürüklerin oluşturduğu boşluğa doğru kayma eğilimi gösteren komşu dişler, ya da alttan sürmekte olan daimi diş, yer kayıplarına, çapraşıklıklara ve ileride ciddi ortodontik problemlere yol açar.

Bu nedenle de, özellikle süt azı dişlerinin erken kaybında, yer tutucu yapılmalıdır. En önemli yer kaybı alt veya üst çenede henüz 6 yaş diş sürmeden süt birinci veya ikinci büyük azı dişinin erken kaybında yaşanır. 6 yaş dişinin ihtiyacı olan geniş boşluk, erken düşen veya çekilen dişin komşu dişlerinin bu bölgeye kaymasıyla kapanabilir. Dolayısıyla, yer tutucu bu bölgelerde özellikle önem taşır.

Yer tutucuların sağladığı yarar nedir?

Yer tutucular, diş boşluklarının kapanmasını engeller. Daimi diş, çenede olması gereken yerini alıncaya kadar ağızda mevcut süt dişlerinin hareketini önler. Dişlere herhangi bir kuvvet uygulamadığı, dolayısıyla pasif kaldığı için, ileride uygulanması gereken bir ortodontik tedaviye göre çocuğunuz açısından, daha kolay tolere edilebilen bir tedavi şeklidir.

Yer tutucu kullanılırken nelere dikkat edilmelidir?

- » Yapışkan şeker ve cikletlerden uzak durulmalıdır.
- » Yer tutucu, yemek yeme haricinde her zaman mutlaka takılmalıdır.
- » Yer tutucunun kırılmasını önlemek amacıyla, takıp çıkartırken çok kuvvet uygulanmamalı ve mutlaka özel kabında saklanmalıdır.
- » Dişler fırçalandıktan sonra, yer tutucu ağıza takılmadan önce mutlaka fırçalanmalı ve temizlenmelidir.
- » Düzenli olarak (ayda bir) diş hekimine kontrole gelinmelidir.