

## HIGIENIZACJA

### **Dlaczego skupiamy się na profilaktyce i higienie oraz jaki jest cel higienizacji?**

W Dentrum Clinic profilaktyka stomatologiczna odgrywa bardzo ważną rolę, dlatego regularne wizyty i spotkania z higienistką stomatologiczną poprzedzające leczenie jamy ustnej są niezwykle ważne. Higienizacja jamy ustnej to ogół profesjonalnych zabiegów profilaktycznych wykonywanych przez higienistki stomatologiczne, których najważniejszym zadaniem jest budowanie świadomości pacjenta oraz zaangażowanie w dbanie zdrowie. Dzięki niej możemy w bardzo szybki sposób wychwycić nawet najmniejszą nieprawidłowość w ustach pacjenta i natychmiast reagować.

**Co to jest kamień i osad?** Płytką nazębną, czyli pierwsza postać kamienia tzw. biofilm pojawia się na powierzchni zębów kilka godzin po ich umyciu. Miękki osad, który ściśle przylega do zębów w wyniku niewłaściwej higieny jamy ustnej oraz pod wpływem reakcji płytki z zawartymi solami mineralnymi w ślinie, stopniowo twardnieje, tworząc kamień nazębny. Obejmuje powierzchnie zębowe najczęściej w okolicy przydziąsłowej, czyli w obrębie dziąseł zębów/implantów. Lubi okolice trudno dostępne, retencyjne, nierówne powierzchnie zębów, wypełnień, uzupełnień protetycznych oraz pod przęsłami mostów. Szczególnie niebezpieczny jest kamień zlokalizowany pod dziąsłami, przyczynia się on do groźnych w skutkach problemów periodontologicznych – tzw. paradontozy.

### **Co daje higienizacja, jakie są jej korzyści?**

Zabieg higienizacji jamy ustnej to profilaktyka chorób zębów i dziąseł. W ten sposób pozbywamy się bakterii, hamujemy ich rozwój i wzmacniamy szkliwo, które dzięki temu jest odporne na działanie szkodliwych kwasów i drobnoustrojów. Poprzez higienizację eliminujemy z jamy ustnej bakterie gromadzące się na powierzchni oraz wokół zębów, co za tym idzie, unikamy paradontozy – drugiej po próchnicy przyczyny utraty zębów. Regularne higienizacje zapobiegają chorobie przyzębia, która rozpoczyna się od zapalenia tkanek miękkich, początkowo tylko dziąseł, a później głębszych. Wszystkie choroby przyzębia są pochodzenia bakteryjnego, gdyż początkowe objawy powstają w wyniku obecności bakterii płytki nazębnej i dziąsłowej.

### **Jak często powinno się wykonywać higienizacje. Dlaczego ważna jest systematyczność. Jak często powinno się wykonywać higienizacje i dlaczego tak ważna jest systematyczność?**

**Częstotliwość wykonywania higienizacji jest indywidualną kwestią. Jest ona zależna od nawyków pacjenta, stanu zdrowia jamy ustnej oraz motywacji do przestrzegania prawidłowej higieny jamy ustnej w domu. Zaleca się wykonanie higienizacji minimum raz na 6 miesięcy. Natomiast u pacjentów chorujących na paradontozę lub we wczesnym jej stadium częściej np. raz na 3 miesiące.**

Dzięki regularnym zabiegom higienizacji znacznie redukujemy ryzyko powstawania próchnicy oraz eliminujemy stan zapalny dziąseł. Należy pamiętać, że bakterie odpowiedzialne za zapalenie przyzębia mogą dostać się do krwiobiegu przez tkankę dziąseł, wpływając na serce, nerki, stawy i inne części ciała. Nienaganna higiena jamy ustnej ma zatem fundamentalne znaczenie dla ogólnego zdrowia i dobrego samopoczucia. Konieczne jest podjęcie działań zapobiegawczych poprzez regularne i dokładne czyszczenie zębów, ale także wizyty kontrolne u higienistki stomatologicznej, aby uniknąć ewentualnych opóźnień w diagnozowaniu patologii stomatologicznych, co ma związek z wysokimi kosztami leczenia zębów i dziąseł.

### **Higienizacja przed zabiegiem.**

**Każdy pacjent, który decyduje się na leczenie w Dentrum Clinic w pierwszej kolejności odbywa wizytę higienizacyjną, ponieważ jest ona konieczna przed wykonaniem wszystkich procedur stomatologicznych. Wyjątek stanowi pacjent wymagający natychmiastowej interwencji (pacjent bólowy). W zależności od stanu zdrowia jamy ustnej pacjenta, higienistka decyduje o ilości etapów higienizacji, która zwykle wynosi między 1 a 3 etapy.**

Lekarz dentysta powinien pracować tylko na oczyszczonych powierzchniach zębów, aby móc precyzyjnie wykonać przegląd stomatologiczny obejmujący również ocenę stanu przyzębia, ewentualnych ognisk zapalnych, ruchomości zębów oraz ilością zębów objętych próchnicą.

Higienizacja jest konieczna przed wykonywaniem wszystkich procedur stomatologicznych, protetycznych oraz bardziej inwazyjnych zabiegów chirurgicznych takich jak: implantacja, regeneracja kości, podniesienie dna zatoki szczękowej. Bakterie znajdujące się w jamie ustnej stanowią duże zagrożenie dla zabiegu. Są chorobotwórcze, stan zapalny powoduje kruchość błon śluzowych i ich łatwiejsze pęknięcie po zaszyciu. **Zaniechanie higienizacji może skutkować stanami zapalnymi dziąseł i przyzębia, co w konsekwencji może prowadzić do gorszego gojenia implantów, regeneracji kości, a nawet do nieudanego zabiegu.**

### **Higienizacja po zakończonym leczeniu.**

**Profilaktyka nie polega na tym, aby przyjść na wizytę higienizacyjną, wtedy kiedy mamy dużo kamienia i stan zapalny dziąseł. Wówczas jedynym rozwiązaniem jest leczenie. Profilaktyka polega na tym, aby nie dopuścić do powstania kamienia oraz rozwoju chorób przyzębia. Możliwe jest to poprzez regularne usuwanie płytki nazębnej. Każdy z nas potrzebuje wsparcia w tym zakresie.**

Po zakończonym kompleksowym leczeniu w Dentrum Clinic kierujemy pacjenta na wizytę higienizacyjną do dyplomowanej higienistki w celu utrzymania zdrowej higieny jamy ustnej oraz przeprowadzenia instruktażu, a także wyznaczenia indywidualnej ścieżki wizyt kontrolnych. Podczas spotkania pacjent dowiaduje się, jak dbać o higienę jamy ustnej przy różnych schorzeniach stomatologicznych oraz w jaki sposób sami możemy wpłynąć na stan naszego uzębienia poprzez dobór odpowiedniej techniki szczotkowania oraz nici dentystycznej

czy szczoteczek międzyzębowych. Na tego typu wizycie pacjent zdobywa informacje w jaki sposób dbać o użytkowane przez niego prace protetyczne (korony, licówki, mosty na implantach oraz uzupełnienia ruchome na implantach - protezy). W Dentrum Clinic wykonujemy czyszczenie prac protetycznych specjalistycznym sprzętem, jakim jest system Vector Paro. Vector Paro jest urządzeniem dedykowanym do profesjonalnej higienizacji. W przypadku prac protetycznych umożliwia dokładną i zarazem delikatną higienizację wokół koron, mostów porcelanowych czy implantów, nie uszkadzając ich.

Nasze dyplomowane higienistki posiadają wiedzę, którą latami zdobywały w szkołach i na licznych kursach, aby móc przekazać ją pacjentowi. Przeprowadzają zabiegi w powiększeniu, czyli w lupach stomatologicznych, co znacznie zwiększa precyzję wykonywanego zabiegu higienizacji.

**W trosce o naszych pacjentów nasze higienistki dbają o to, aby raz na pół roku, ale również minimum tydzień przed umówionym zabiegiem chirurgicznym pacjent miał wykonaną higienizację. Dlatego należy spodziewać się telefonu z naszej kliniki z przypomnieniem o konieczności zrealizowania takiego zabiegu.**