

Skąd się bierze gapowata buzia

ABC PACJENTA Oddychanie buzią, a nie nosem, ma ogromny wpływ na prawidłowy zgryz – biją na alarm stomatolodzy.

Powietrze, prawidłowo wciągane przez nos, modeluje układ nosowo-gardłowy. – Oddychając przez usta, dzieci mogą nabawić się tzw. gapowatej buzi – mówi dr Jarosław Doliński, ortodonta z katowickiej Kliniki Implantologii i Stomatologii Estetycznej.

Oprócz wad dziedzicznych, nieprawidłowy zgryz zazwyczaj spowodowany jest złymi nawykami, nabytymi już od narodzin dziecka. Na prawidłowy zgryz wpływa m.in. to, jak kładziemy dziecko do łóżeczka. Zazwyczaj malec układany jest na całkiem płaskiej powierzchni. Jednak kiedy niemowlę leży na wznak w ten sposób, jego żuchwa opada ku dołowi. Natomiast w przypadku, gdy dziecko leży wysoko na poduszce, żuchwa wysuwa się do przodu. Dlatego idealnie jest kłaść dziecko na płaskiej powierzchni, a pod nogi łóżeczka, od strony głowy, trzeba wstawić kilkunastocentymetrowe podpórki. Dzięki temu główka będzie wyżej niż nóżki, a żuchwa prawidłowo się ułoży.

Pozostałe złe nawyki, które wpływają na powstawanie wad zgryzu, to karmienie piersią w pozycji leżącej, długie ssanie smoczka, picie z butelki czy podawanie papek do jedzenia nawet w trzecim roku życia.

Dość częstym problemem są wady wynikające z problemów laryngologicznych. Dlatego rodzice powinni udać się do laryngologa z maluchem, który oddycha tylko przez buzię.

Od lat głównym narzędziem do walki z krzywym zgryzem są aparaty ortodontyczne. Producenci prześcigają się w opracowywaniu coraz to nowocześniejszych aparatów. – Kiedyś ludzie się tego wstydzili, ale obecnie leczenie ortodontyczne

Jak dbać o swój aparat?

■ Zęby myjemy po każdym posiłku dobrej jakości pastą zawierającą fluor. Również stosowanie płukanek z fluorem zmniejsza możliwość powstania białych plamek i odwapnień. A przynajmniej raz dziennie wskazane jest nitkowanie.

■ Będąc na wakacjach, również pamiętajmy o regularnym szczotkowaniu. Jeżeli jesteśmy w podróży i nie mamy możliwości oczyszczenia zębów, zalecane jest po posiłku intensywne przepłukanie ust.

■ Kiedy nosimy aparat, powinniśmy ograniczyć spożycia słodzonych, gazowanych napojów.

■ Uważajmy na twarde, lepkie, słodkie jedzenie, czyli na: gumy do żucia, żelki, cukierki toffi, bagietki, twarde bułki, landrynki, surową marchewkę, jabłka, słodzone gazowane napoje, orzechy, popcorn, chipsy.

■ Noszenie aparatu nie przeszkadza w uprawianiu sportu, ale zalecane jest stosowanie szyn ochronnych.

jest zjawiskiem tak powszechnym, że dużo osób chce nosić aparaty, są nawet modne – mówi dr Jarosław Doliński. – W świecie biznesu coraz większą popularność zyskują tak zwane aparaty lingwalne, przyklejane do zębów od strony językowej, dzięki czemu są całkowicie niewidoczne. Każdy aparat projektowany jest komputerowo oraz wykonywany indywidualnie, aby osiągnąć największą precyzję leczenia ortodontycznego. Aparatem lingwalnym można skorygować każdą wadę zgryzu, zarówno u osób dorosłych, jak i młodzieży.

(OPRAC. MARA)