

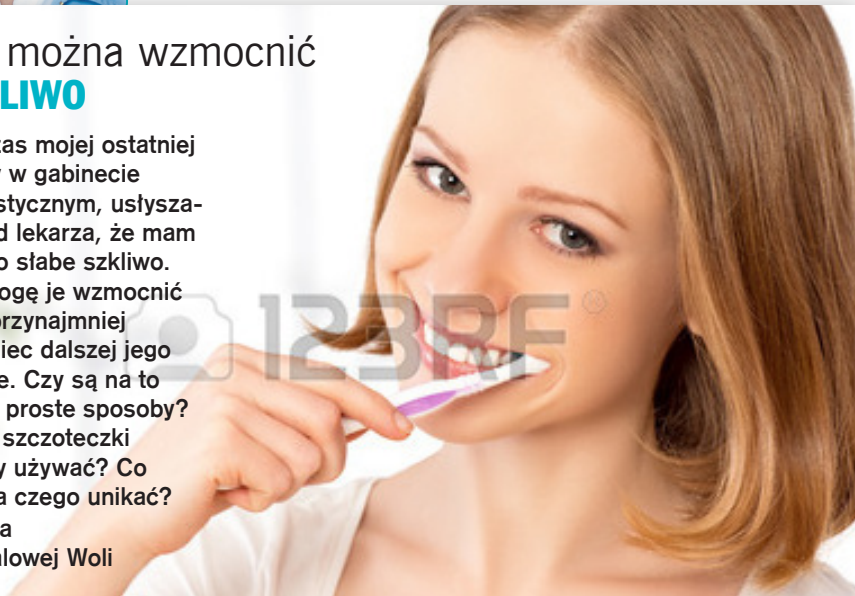


# Stomatolog odpowiada na listy

**Dr n. med. Agnieszka Pawłowicz**, stomatolog, specjalizuje się w stomatologii zachowawczej, chirurgii stomatologicznej, leczeniu chorób przyzębia, protetyce. Udziela konsultacji w przychodni internetowej eDoktor24.pl.

## Jak można wzmocnić SZKLIWO

Podczas mojej ostatniej wizyty w gabinecie dentystycznym, usłyszałam od lekarza, że mam bardzo słabe szkliwo. Jak mogę je wzmocnić albo przynajmniej zapobiec dalszej jego utracie. Czy są na to jakieś proste sposoby? Jakiej szczoteczki i pasty używać? Co jeść, a czego unikać?  
**Monika ze Stalowej Woli**



Najważniejsza jest właściwa higiena. Oprócz pasty trzeba stosować nić denty-styczną i płyn do płukania jamy ustnej. Ważna jest też szczoteczka. Najlepiej wybrać miękką i zmieniać ją co 3 miesiące. W aptekach dostępne są pasty wzmacniające szkli-wo, np. o zwiększonej zawartości fluoru (2000-5000 ppm) lub z wapniem. Radzę też dwa razy w roku zgłaszać się do dentysty na

kontrolę. W gabinecie można poddać się za-biegowi lakierowania, który polega na powle-kaniu powierzchni zębów preparatami o sil-nym stężeniu fluoru. By wzmocnić szkliwo, warto jeść nabiał. A unikać napojów gazowa-nych oraz owoców, szczególnie cytrusów. Nie wolno myć zębów tuż po zjedzeniu słodyczy. Wzrasta wówczas poziom pH śliny i szkliwo jest bardziej podatne na ścieranie.

## MOST PROTETYCZNY zakładać czy nie

Brakuje mi górnej trójki i czwórki. Zastanawiam się więc nad założeniem mostka. Czy w moim wypadku byłoby to możliwe? Ile może kosztować mnie takie uzupełnienie i na jak długo ono wystarczy?

**Zofia z Pruszcza Gdańskiego**

Bardzo ważne jest, by uzupełniać wszelkie braki w uzębieniu. Zęby sąsiadujące z luką przesuwają się, a to wpływa na ich osłabienie i może przyspieszyć ich utratę. W pani przypadku most powinien się składać z 5 koron. Górna dwójka ma zbyt słaby korzeń, dlatego nie można zamocować na niej mostu uzupełniającego dwa zęby. Trzeba go będzie przytwierdzić do jedyńki. Cena mostu zależy od rodzaju koron. Do wyboru są pełnoceramiczne lub porcelanowe na podbudowie metalowej. Te ostatnie mogą być wykonane na złocie (1,5-2 tys.) lub stopach dentystycznych (1 tys. zł). Gabinety dentystyczne udzielają gwarancji na mosty na 5-15 lat.

## KRZYWE JEDYNKI u dziecka

Mojemu sześciolatiemu synkowi krzywo rosną dolne jedyńki. Czy na tym etapie można coś z tym zrobić. Nie chcę, żeby dziecko miało przez to zły gryz.  
**Katarzyna z Poznania**

Radzę wybrać się z synkiem na wizytę do ortodonta. Oceni on, czy konieczne będzie rozpoczęcie leczenia. Niekiedy zęby mogą same się wyprostować, gdyż w miarę jak dziecko rośnie, zuchwa się powiększa. Jeżeli jednak dziecko ma już wadę zgryzu, to gdy wyrastają zęby stałe, bardzo często się ona pogłębia. W takim przypadku wskazane może być zastosowanie ruchomego aparatu ortodontycznego. Wpłynie on na wzrost zuchwy – będzie więcej miejsca dla pojawiających się zębów stałych. Pozwoli też skorygować już powstałe wady zgryzu.

## Co pomoże na nadwrażliwe ZĘBY

W ciąży miałam problemy z krwawiącymi dziąsłami. Dziąsła cofnęły się i odsłoniły szyjki. Od tamtego czasu gdy tylko zjem lody od razu czuję przeszywający ból. Czy jest na to jakiś skuteczny sposób? Słyszałam że rewelacyjnie działa szatwia, czy to prawda?  
**Ewa z Rybnika**



Nawet jeśli szyjki zębów są odsłonięte, nie muszą sprawiać kłopotów. Nadwrażliwość pojawia się, gdy nieumiejętnie myjemy zęby. Stosowanie twardej szczoteczki i wykonywanie poziomych ruchów powoduje starcie szkliwa na szyjkach. Proszę myć zęby ruchem wymiatającym oraz stosować pasty i płyny do

zębów nadwrażliwych. Jeżeli ból jest bardzo silny, trzeba zgłosić się do stomatologa. Zastępuje on specjalny preparat, który szybko zmniejszy dolegliwości. Szatwia ma działanie ściągające i przeciwzapalne. Może być pomocna przy stanach zapalnych dziąseł, jednak nie zmniejsza nadwrażliwości szyjek.

## Masz pytanie do lekarza?

**Napisz do nas, a otrzymasz fachową poradę.** Nasz adres: „Kobieta i Życie”, ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, e-mail: zdrowie@kobietaizycie.com.pl

**Koniecznie z dopiskiem „Pytania do specjalisty”.**

Na listy od czytelników odpowiadamy wyłącznie na łamach pisma.