

# Povedzte sýýýýr

**Reagujú vaše krčky citlivo na teplé i studené? Alebo vám k dokonalým zubom chýbajú len perfektné ďasná?**

TEXT Lenka Štefánková  
FOTO Shutterstock, Profimedia

## Pre každého?

Ak máte zuby v stopercentnom stave a ďasná bez zápalov, plastiku absolvujete počas jedného sedenia. „Choré a zapálené ďasná treba najskôr vyliečiť,“ upozorňuje zubný lekár na to, že čakanie na americký úsmev sa môže aj predĺžiť. Aj cenu zákroku ovplyvňuje mnoho faktorov, náročnosť výkonu, použitý materiál i čas. Pohybuje sa od 800 eur.

### NIE!

Ani plastická operácia ďasien nie je pre každého. „Nie je vhodná pre ľudí, ktorí trpia aktívnou parodontózou. Rovnako sa vylučuje aj medzi pacientmi, ktorí trpia zápalmi v ústnej dutine, prípadne zanedbávajú dentálnu hygienu,“ vymenúva lekár. Upozorňuje, že pred operáciou vás zabrzdí aj prekonaný srdcový infarkt, cukrovka alebo vyfajčenie praveľa cigariet.

## Náš odborník



► MUDr. LIBOR MICHNA, MSc.  
zubný lekár

**M**ária sa prestala usmievať ešte na základnej škole. Keď jej mliečny chrup nahradili stále zuby a spolužiaci ju začali prezývať kobyľa. „Mám jednoducho dlhé zuby. Viem, že by som mala byť rada, že ich nemám pokazené, ale trápi ma to. Posledných pár rokov zuby citlivo reagujú na studené a horúce jedlá. Zubná lekárka mi poradila pastu, nič iné mi vraj nepomôže,“ bezmocne konštatuje dvadsaťpäťročná vysokoškolačka, ktorá si poctivo umýva zuby dvakrát denne, chodí na preventívne prehliadky a navštevuje aj dentálnu hygieničku.

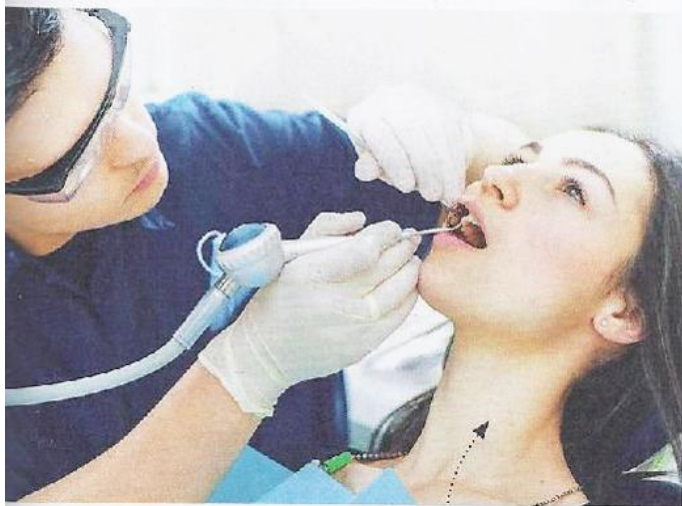
### Plastika v ústach

Keď sa dopyčula, že jej problém by mohla vyriešiť plastická

operácia, nedalo jej to. „Je primárne určená ľuďom s estetickým problémom a najmä takým, u ktorých je zrejmy defekt mäkkých tkanív, teda ďasien. Kandidátom na operáciu môže byť aj osoba s precitlivenými zubmi, čo spôsobujú najmä odhalené krčky,“ podelil ju MUDr. Libor Michna, MSc., z bratislavskej stomatologickej kliniky. Operácia ďasien sa často využíva aj pri pacientoch, ktorým po úraze alebo po vytrhnutí zuba ostali na ďasnách defekty. „Plastická úprava nie je výnimočná ani v zubnej implantológii alebo v protetike či medzi ľuďmi, ktorí majú príliš dlhé zuby, a naopak,“ vymenúva zubný lekár.

### Nové materiály

Na to, aby lekár ďasná nadrobil,



má hneď niekoľko možností. „Štep je možné odobrať priamo pacientovi z inej časti ďasien. V ich množstve sme však limitovaní. No medicína napreduje mýľovými krokmi aj v tomto smere, a tak sú k dispozícii rôzne materiály. Ich výhoda je v neobmedzenom použití množstve. Okrem toho sa zamedzí vznik ďalšej ranky, ktorá vznikne na mieste odberu štepu v ústach pacienta,“ vymenúva Libor Michna výhody náhradných materiálov. Podľa pacientov, ktorí už operáciu absolvovali, zákrok nie je bolestivý. „Prebieha v lokálnej anestézii. Bezproblémové je aj nasledujúce hojenie. Samozrejme, ide o ľudský organizmus a každá ranka môže individuálne pobaľovať,“ upozorňuje zubný lekár. Ak by sa po zákroku bolesť preda len ozvala, utlmia ju bežné lieky.

### Stačí raz

Po plastickej operácii ďasien však musíte narábať zubnou kefkou ako majstri. „Vyvarujte sa mechanického poškodenia, napríklad zlou technikou čistenia zubov alebo nesprávnou kefkou. Rozhodne neodporúčam po zákroku nosiť pírsing v pere. Ideálne je, ak sa zbavíte aj zlovyku obhrýzania ceruziek,“ hovorí lekár. Ak ďasno po plastickej operácii rokmi ustúpi vplyvom parodontózy, môže s ním ustúpiť aj kosť. V takom prípade už nová plastika nepomôže. ☺



Choré a zapálené ďasná treba najskôr vyliečiť.

### ZDRAVÁ RADA

Ďasná poškodzuje zlá technika čistenia zubov, nesprávna kefka, ale aj pírsing v ústnej dutine, obhrýzanie ceruziek, zatínanie zubov v spánku a škrípanie nimi.

# white look

## NEPODCEŇUJTE VÝBER ZUBNEJ PASTY



### ČO ZNAMENÁ SKRATKA „RDA“?

**RDA** Mimoriadne nízky ukazovateľ abrazivity - white look® Intensive RDA 13!

RDA (relative dentin abrasivity) – určuje veľkosť abrazívnych častíc v zubnej paste. Čím je index RDA vyšší, tým viac zubná pasta obrusuje zubnú sklovinu. Zubné pasty na každodenné použitie by mali mať RDA index do 70.

**Prírodné bielenie zubov pomocou prírodných enzýmov.**

Vysoká účinnosť v odstraňovaní organických zafarbení.

**Jemné gélové zloženie.**

Vhodné taktiež pre elektrické zubné kefy.

**Komplexná ochrana pred zubným kazom.**

Obsahuje potrebné množstvo fluoridov.



pre fajčiarov

produkty white look® nájdete v



vyrobené na Slovensku



www.white-look.sk