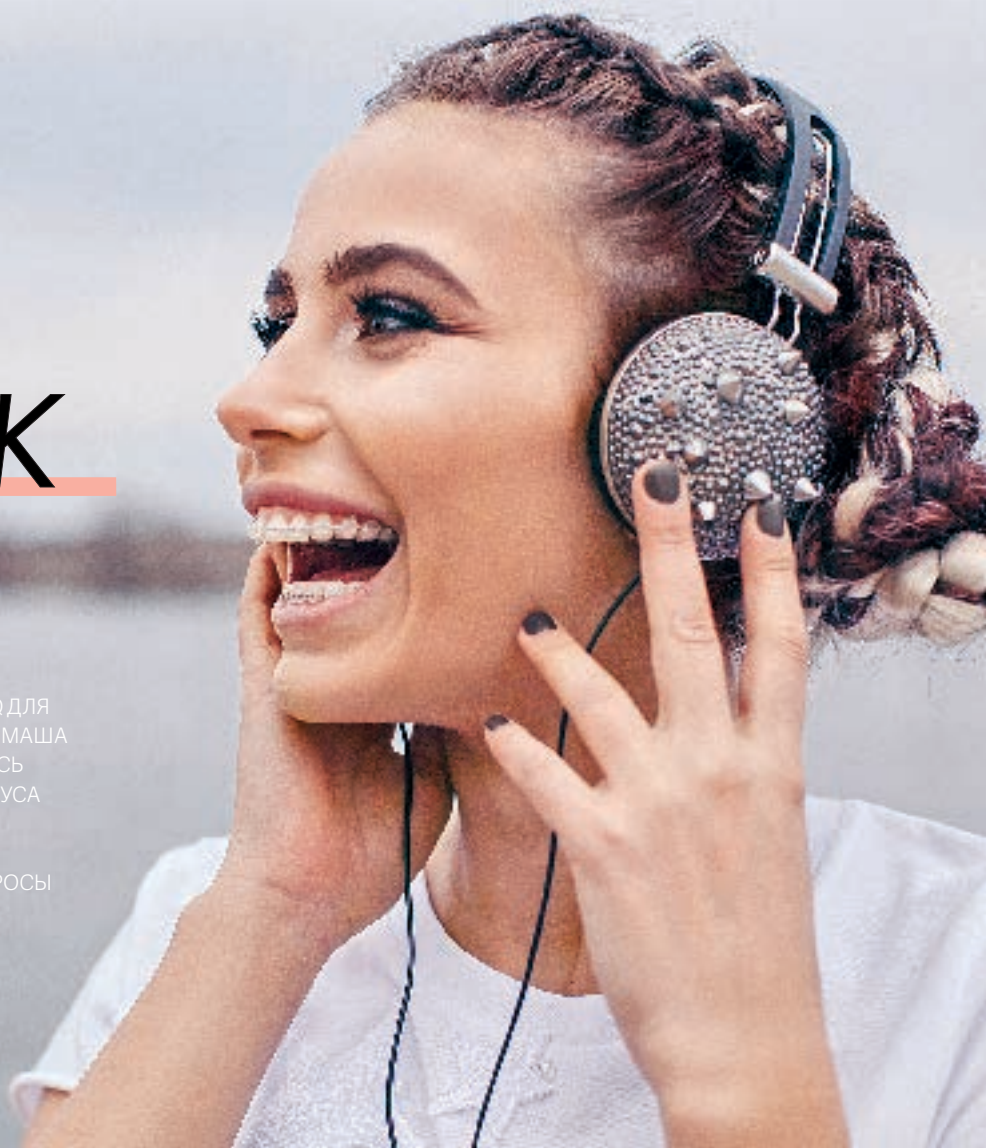


РОТ НА ЗАМОК

Если ДАВНО
МЕЧТАЕШЬ
О РОВНЫХ
ЗУБАХ, ТО ЭТОТ FAQ ДЛЯ
ТЕБЯ: НАШ РЕДАКТОР МАША
СТЕФАНОВА РЕШИЛАСЬ
НА КОРРЕКЦИЮ ПРИКУСА
И ЗАДАЛА ВАЖНЫЕ
ДЛЯ НАЧИНАЮЩЕГО
БРЕКЕТОНОСЦА ВОПРОСЫ
ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ.



? КОМУ ПОКАЗАНО ЛЕЧЕНИЕ БРЕКЕТАМИ?

Помимо очевидной эстетической коррекции они еще и исправляют прикус. Из-за проблем с ним возможна масса неприятностей: от выпадения зубов до мигреней и носогубных складок. Брекеты нормализуют нагрузку на жевательные мышцы и височно-нижнечелюстной сустав, меняют положение челюсти.

НАШ
ЭКСПЕРТ:



ЮЛИЯ
СЕЛЮТИНА,
СТОМАТОЛОГ,
ОСНОВАТЕЛЬ
ЦЕНТРА СТОМАТОЛОГИИ,
АВТОР КНИГ
И INSTA-БЛОГА
@STOMATOLOG_
SELYUTINA

? С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ ЛЕЧЕНИЕ?

С осмотра и обследования на рентгене. Есть и предварительная подготовка: вылечить кариес (во время ношения этого делать нельзя), удалить «зубы мудрости».

? ЗУБЫ НЕ «ПОЕДУТ» ОБРАТНО ПОСЛЕ СНЯТИЯ БРЕКЕТ-СИСТЕМЫ?

Это возможно, особенно если оставить «восьмерки». Ну, и для сохранения результата после снятия брекетов используются ретейнеры – металлические дуги, которые прикрепляются на задней поверхности зубов и удерживают их на месте.

❓ БЫВАЮТ ЛИ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К УСТАНОВКЕ БРЕКЕТОВ?

Из относительных – проблемы со слизистой рта и разрушение костной ткани челюсти. Тут ортодонт должен прогнозировать ход лечения так, чтобы не усугубить проблему. Абсолютные противопоказания – все заболевания в острой форме, онкология и беременность. Девушкам в положении нежелательно делать рентген, да и удаление зубов – всегда стресс и нежелательная реакция на анестезию. Но если сначала ты установила брекет, а потом забеременела, то это нестрашно, можно носить их дальше.

❓ КАК ВЫБРАТЬ ПОДХОДЯЩУЮ СИСТЕМУ?

Тут важно учитывать предпочтения пациента и то, с чем работает сам врач. Металлические – самые компактные, у них обтекаемая форма и монолитное основание, так что к ним быстро привыкаешь, и вероятность поломки минимальна. Керамические подойдут тем, кому важен внешний вид, но они могут откалываться. Вдобавок, с ними используется окрашенная в цвет замочков дуга, которая за три недели становится пятнистой из-за схода краски. Сапфировые тоже эстетично выглядят, но у них есть выраженный рельеф и крючки, которые сильно натирают.

❓ СЛЫШАЛА, ЕСТЬ БРЕКЕТЫ, КОТОРЫЕ УСТАНАВЛИВАЮТСЯ НА ЗАДНЕЙ СТОРОНЕ ЗУБОВ. ТАК МОЖНО?

Они называются лингвальные. Подойдут тем, кто не согласен даже на белые или прозрачные замочки. Правда, врачу тяжело с ними работать, а пациенту сложнее поддерживать гигиену. А еще, в отличие от классической брекет-системы, эта ухудшает дикцию.

❓ КАПЫ ИЛИ БРЕКЕТЫ – ЧТО ЛУЧШЕ?

На самом деле каждый врач и пациент выбирает то, что ближе. Главное преимущество кап – их можно снять перед едой или чисткой зубов, однако это же и минус: многие забывают надеть обратно, и лечение затягивается. Они прозрачные и незаметные, но их всегда «слышно» из-за нарушения речи. И обычно носить их нужно на полгода-год дольше.

❓ ПРАВДА, ЧТО ОТ БРЕКЕТОВ БЫВАЕТ КАРИЕС?

Только из-за недостатка гигиены. При правильной установке под самим замочком он образоваться не может –



1. ЗУБНЫЕ ЩЕТКИ СУГЛУБЛЕНИЕМ CS5460 ORTHO, CURAPROX, 700 РУБ. КАЖДАЯ.
2. ЗУБНАЯ ПАСТА AMORIST, SELAHATIN, 1700 РУБ.
3. ОЧИЩАЮЩАЯ ПЕНКА MAXIMUM, SPLAT, 200 РУБ.
4. ИРРИГАТОР ORAL-B PROFESSIONAL CARE OXYJET MD20, BRAUN, 9999 РУБ.

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ



У МЕНЯ САМОЛИГИРУЮЩИЕ БРЕКЕТЫ, КОТОРЫЕ НЕ ТРЕБУЮТ ЧАСТОГО ПОСЕЩЕНИЯ ВРАЧА, – ХОЖУ РАЗ В ПОЛТОРА МЕСЯЦА.

Я совсем не беспокоилась насчет того, как я буду выглядеть с брекетами. Во-первых, это уже модно: звезды и блогеры носят и не стесняются, некоторые даже стилизовали их под аксессуар. Вспомни хотя бы Джастина Бибера с золотыми «скобками». Во-вторых, я уже носила брекеты в детстве, так что «железной челюстью» меня не обидишь – иммунитет! Впрочем, никто и не пытался шутить – напротив, коллеги и друзья с интересом расспрашивали, что да как, и делали комплименты моей улыбке. За пару недель полностью привыкаешь к брекетам, хотя поначалу они мешают и не-

много натирают. Под вечер было огромное желание избавиться от них – но это нормально и быстро прошло. Еще возникли сложности с питанием: в первый день мне было лень чистить зубы после еды, и я оттягивала поход на кухню, пока не заныл желудок. Не делай так! Ешь в привычном режиме, а если совсем не хочется браться за щетку – хотя бы прополощи рот ополаскивателем. Кстати, благодаря брекетам рацион мой стал здоровее: теперь в нем каши, супы, смузи и мелко нарезанные салаты, а вот сухарикам и некогда любимым сушкам говорю твердое нет.

только вокруг него. Вот почему во время лечения нужно тщательно ухаживать за полостью рта и раз в три месяца приходить на профессиональную чистку.

КАКОЙ ГИГИЕНИЧЕСКИЙ МИНИМУМ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ?

Паста, ирригатор и зубная щетка средней жесткости, желательна с выемкой под замочек. Можно дополнительно использовать ершики и зубную нить, но это уже по желанию. После каждого приема пищи нужно полоскать рот, а в идеале – прочищать ирригатором или щеткой.

ОДНОЙ ТОЛЬКО БРЕКЕТ-СИСТЕМЫ ДОСТАТОЧНО ДЛЯ РЕЗУЛЬТАТА?

Для ускорения мы добавляем специальные резинки – эластики. Ортодонт подбирает схему, по которой их нужно натягивать, и при постоянном ношении эффект появится скорее. Если пациент забывает про них, мы предлагаем ортодонтические винты. Они устанавливаются непосредственно в кость.

ЧТО ИЗ ЕДЫ ПОД ЗАПРЕТОМ, КОГДА НОСИШЬ БРЕКЕТЫ?

При установке системы ничего не сверлят – все детали сажаются на клей, так что при агрессивном воздействии замочек может отвалиться. Это поправимо, но лучше избегать жесткой пищи вроде орехов и сухарей. Если ешь овощи или фрукты, не откусывай от целого плода, а предварительно разрежь на кусочки. Также вне зависимости от того, носишь брекеты или нет, не стоит налегать на все, что остается на эмали: печенье, кукурузные палочки, чипсы.