

Taja Dular Potočar, dr.dent.med.

Nataša Žepič, dr.dent.med.

www.dentalspa.si

BELI ZOBJE - MLAD NASMEH

Vse tehnike pomlajevanja in njihovi odlični rezultati na obrazu so brez pravega učinka ob neurejenem in rumeno obarvanem zobovju. Res je, da je včasih veljalo, da je le rumen zob zdrav zob, kar pa danes velja le še pogojno. Z napredkom na področju zobozdravstva se je razvilo varno in neškodljivo beljenje zob, tako da so sedaj tudi beli zobje zdravi, le nasmeh je tako lepši in videz obraza v trenutku pomlajen.

Zato ni presenetljivo dejstvo, da se je po uradnih podatkih ameriške akademije za kozmetično zobozdravstvo (AACD) število beljenj povečalo za 300% v zadnjih nekaj letih. Želja po belem zobovju je največkrat zahtevani lepotni poseg na zobeh pri mladih do 20 let in tudi pri populaciji med 20 in 50 letom. Tako da je beljenje zob postalo najpogosteje izvajan zobni lepotni poseg na svetu.

GLAVNI VROKI ZABARVANOSTI ZOB

1. **notranji madeži:** ali notranje obarvanje zob je največkrat posledica jemanja določenih antibiotikov, tetraciklinov, predvsem v otroštvu, ko še poteka razvoj zob. So pa zadnje raziskave pokazale, da lahko tetraciklini zabarvajo tudi popolnoma razvite zobe odraslih, zaradi mikrocirkulacije krvi v pulpi zoba. Vzrok notranjih madežev sive, rjave do celo črne barve pa lahko povzročijo tudi prevelike količine zaužitega fluora. Madežev tega tipa pri nas praktično ni, je pa bolj pogost v Združenih državah Amerike, saj tam fluor marsikje dodajajo vodi in hrani. Ti madeži so tudi najbolj neodzivni na vse vrste beljenja.
2. **zunanji madeži:** so večinoma posledica uživanja močno pigmentirane hrane in pijače: kava, rdeče vino ter seveda kajenja. Na začetku se ti madeži enostavno odstranijo s čiščenjem, kasneje pa se odzivajo tudi na beljenje.
3. **poškodbe zob:** polomljeni, udarjeni ali odkrušeni zobje lahko prav tako spremenijo barvo. Na začetku se obarvajo rdeče, kar je posledica razlitja pulpe po zobni kroni, kasneje pa preidejo v sivo do črno barvo, zaradi odmrtja zoba. Take mrtve zobe najlažje pobelimo z metodo notranjega beljenja. Podobna sivina je lahko tudi posledica velikih in starih amalgamskih plomb.
4. **staranje:** je naraven in fiziološki proces katerega del je tudi vedno večja obarvanost zob. To je posledica poroznosti zob, saj sčasoma površinsko zabarvanje (leta in leta kajenja, kave, rdečega vina, borovnic,...) začne pronicati v notranjost zoba.
5. **genetski:** nekateri ljudje se enostavno rodijo z zobmi, ki niso prav bele barve. Barva njihovih zob prehaja od rumene do sivo bele barve.

METODE BELJENJA

Poznamo več metod beljenja, vsaka pa ima svoje prednosti in slabosti.

1. **beljenje v ordinaciji:** poseg se izvaja v ordinaciji, rezultati pa so vidni takoj. Sam postopek traja eno do dve uri, odvisno od sistema, ki ga zobozdravnik ima. Vsem pa je skupno sledeče: zobozdravnik najprej zaščiti vsa mehka tkiva (da ne pride do stika belila z dlesnijo), nato na zobe nanese belilni gel. Le-tega nato aktivira s svetlobo

določene valovne dolžine (belilne luči) ali laserjem. Sam nanos belila se nato večkrat ponovi, svetloba, oz. laser pa ojačata in pospešita proces beljenja. Zato so tudi rezultati vidni takoj. Glavne prednosti tega načina so: takoj vidni rezultati, sodelovanje pacienta za končni rezultat ni ključno, saj postopek izvede zobozdravnik, le enkratno skelenje ob postopku beljenja. Glavna slabost pa je da je to običajno najdražji način beljenja.

2. **beljenje z individualnimi šablonami:** po odvzetem odtisu zob zgornje in spodnje čeljusti vam pri zobozdravniku izdelajo individualne šablone, v katere nato pacienti doma sami nanašajo belilni gel in vse skupaj vstavijo v usta. Belilni gel je seveda manj koncentriran, zato je tudi običajno potrebno do 14 dni redne uporabe, da so rezultati vidni. Glavni prednosti sta, da je ta postopek cenejši in pacient sam izbira kdaj v dnevu bo nosil šablone. Glavni slabosti pa, da je potrebno več časa in popolno pacientovo sodelovanje za viden rezultat.
3. **belila v prosti prodaji:** so največkrat v obliki zobnih past, gelov, tekočin in trakov. Nekatera od teh delajo do določenega obsega, vendar niti eno ni tako učinkovito, kot je beljenje pri zobozdravniku. Prednosti tega načina so, da so ta belilna sredstva poceni in lahko dostopna; slabosti pa predvsem , da niso tako učinkovita kot profesionalno beljenje, ni nobenega zagotovila za učinek ter še manj kontrole in varnosti postopka.

KDO JE PRIMEREN KANDIDAT

Poseg je načeloma primeren za vsakogar, vendar je prej pametno opraviti pregled in posvet pri zobozdravniku, ki te posege izvaja. Le izkušen zobozdravnik lahko pacientu svetuje ali je primeren kandidat za beljenje, še posebno če je pacient že imel kakšne kozmetično- estetske posege na zobovju. Zobozdravnik bo tako določil kakšno je zabarvanje zob, saj se vsa ne dajo popraviti ali pa se pobelijo neenakomerno, pojasnil vse možne stranske učinke in posledice beljenja, saj se nadomestki iz umetnih materialov kot so krone, luske in bele zalivke, ne pobelijo. Tako je možno, da bo potrebno po končanem beljenju le-te zamenjati, saj barvno ne bodo več ustrezali. Pred samim beljenjem je potrebno popraviti vse kariozne zobe, saj belilo lahko pronica v samo kaviteto in povzroči prekomerno preobčutljivost zoba.

Koliko odtenkov se bodo zobje pri določenem posamezniku posvetlili pa bo težko napovedal še tako izkušen zobozdravnik. Načeloma velja, da vsaj en do dva odtenka, vedno pa je možno postopek čez nekaj tednov ponoviti, če pacient z doseženim odtenkom še ni zadovoljen.

KAKO BELINO OBRŽATI

Prvo pravilo, da obdržimo svetlečo belino pobeljenih zob je **ODLIČNA** ustna higiena. To pomeni redno ščetkanje, nitkanje in obiskovanje svojega zobozdravnika, ki v rednih razmakih tudi profesionalno očisti zobe. Ni odveč tudi uporaba zobnih past in ustnih vod, ki vsebujejo fluor. Fluor bo utrdil sklenino in jo vsaj delno zaščitil pred kariesom, pomagal pa bo tudi pri občutljivosti in skelenju zob nekaj dni po posegu.

Učinek beljenja traja pri različnih ljudeh različno dolgo. Običajno nekje od 2 do 5 let, ko lahko postopek seveda ponovimo. Vmes pa lahko z individualnimi šablonami z manj koncentriranim belilnim gelom poskrbimo za vzdrževanje. Šablono z belilom vstavimo v usta za čez noč ali dve vsakih nekaj mesecev.

PAZLJIVOST NI ODVEČ

Naj za konec poudariva, da je beljenje zob poseg, ki mora biti opravljen strokovno in varno, ter tako sodi pod nadzor zobozdravnika in v zobozdravstveno ambulanto. In to ne samo zaradi varnosti in učinkovitosti ampak tudi zaradi strokovnega znanja, ki je vodilo pri estetskih odločitvah.