

DİŞ SAĞLIĞI



DR. SAKİNE ÇIKMAZ
DİŞ HEKİMİ / PROTEZ UZMANI (PhD)
Perfect Smile – Perfect Beauty – Perfect Life
@/doccikmaz /doccikmazholisticbeauty

SİZ SORDUNUZ, BİZ CEVAPLADIK NE DOĞRU NE YANLIŞ?

Ağız sağlığma giden yolda özgürlük var mı dersiniz, elbette var derim. Bunu söylerken de geçmiş dönemlerde yaşadığım

tecrübelerimi, bugünün anlayışıyla, geleceği de öngörerek yaparım. Profesyonelliğin gereği de bu değil midir zaten? O halde, işte başlıyoruz ağız sağlığınız için tüm merak ettiklerinizi konuşmaya...

DİŞSEL DİYALOGLARDAN HAP BİLGİLER

SORU: Diş temizliğinin sakıncası var mı? Herkes için gerekli mi? Dişlerime zararı var mı? Ama ben dişlerimi iyi fırçalıyorum? Neden gerekli? O kadar iyi bakıyorum ama diş etlerim yine de kanıyor...

CEVAP: Diş temizliği zararlı mı sorusu, “Top 1” desem yeridir. Gündemden hiç düşmedi de diyebilirim. Diş temizliği elbette gereklidir; nasıl ki beden temizliği olmazsa olmazımız, o sebepten. Dişlerinizin minesine zarar vermez. Diş minesini kemik dokudan daha sert bir yapıya sahiptir. Dişlerinizi ne kadar da iyi fırçalıyor olsanız da, etkin bir fırçalama yapamıyor olabilirsiniz, zaman geçtikçe diş aralarında ve diş yüzeylerinde kalan yiyecek artıkları sertleşirler ve oluşan bakteri plağı diş taşına dönüşür.

Sonuç olarak, diş eti kanaması, hassasiyet, şişlik ve ağız kokusu gibi belirtiler ortaya çıkar. Hatta diş ağrısı ile geldiğinizde, sorunun diş değil, diş eti kaynaklı olduğunu öğrenirsiniz.

SORU: Beyazlatıcı diş macunları herkes için uygun mu? Ben kullanabilir miyim? Her diş macunu aynı mı?

CEVAP: Beyazlatıcı özellikteki diş macunları, herkesin kullanabileceği bir macun değildir. Hekiminize danışmanızı gerektirir. Diş hassasiyetinizin artmasına sebep olabilir. Macun içerikleri çok farklı olduğu için her diş macunu da aynı değildir. Farklı markaları ihtiyacınıza yönelik dönüşümlü kullanmanızda fayda vardır.

SORU: Dişimin arasına yiyecek sıkışıyor canım acıyor, kürdan kullanmasam olmuyor. Ne yapmam ki?

CEVAP: İki dişinizin arasında doğal olarak olması gereken diş temasınız, bazı sebeplerden bozulmuş olabilir. Dolgu ya da porselen kaplama gibi sonradan yapılmış işlemler, diş kayıplarınıza bağlı diş kaymaları veya ortodontik tedavi bitiminde oluşan diş aralıkları ile karşılaşabilirsiniz. Tabi ki çözümü var. Dolgu veya kronlarınız yenilenir, boşluklar kapatılabilir.

SORU: Dişlerim çok sarı, rahatsız oluyorum. Daha beyaz dişlerim olsun istiyorum. Ne yapabiliriz?

CEVAP: Bleaching adlı diş ağartma işlemini düşünebilirsiniz. Ev ve ofis tipi olmak üzere iki uygulama vardır. Bazen kombine tedavi tercih edilir. Ancak sizin için uygun bir tedavi olup olmadığına hekiminiz karar verecektir. Yaygın diş eti çekilmeleriniz, çok fazla dolgu, kron ve köprüleriniz varsa, ağız hijyeniniz yeterli değilse ve sigara tüketiminiz fazlaysa, sizin için uygun olmayabilir.

SORU: Tüm dişlerimi çektireyim implant yaptırayım kurtulayım...

CEVAP: Böyle bir kurtuluş yolu maalesef yok. Doğal dişleriniz eşsizdir ve doğanın mükemmel bir düzeni olduğunun kanıtıdır; bedenimizdeki her organ gibi. Önceliğimiz ve çabamız, mevcut dişlerimizin sağlığını korumak olmalıdır. Elbette diş kayıplarınız olduğu zamanlarda hekiminiz implant tedavisini önerecektir. Önerilen bu tedavi, sizin için en iyi ve en sağlıklı tedavi seçeneği de olabilir.

SORU: İmplant yaptırmaktan çok korkuyorum, dişsiz kalsam daha iyidir.

CEVAP: İmplant tedavisi, cerrahi aşaması olduğu için genellikle korku ve endişe yaratır. ►

DİŞ SAĞLIĞI

Bilinmesi gereken şudur; evet cerrahi bir işlem neticesinde implant kemiğinize yerleştirilir; ama bir diş çekimi işleminden de çoğu zaman çok daha rahattır. Nedeni de implantın sağlıklı kemik içine travma yaratmadan, hassas bir şekilde yerleştirilmesidir. Çoğunlukla implant tedavisi hastası, düşündüğü gibi zor bir tedavi olmadığını söyler. Kısacası implant tedavisi korkulu bir rüya değildir.

SORU: Dişlerimin arasında boşluklar neden var? Gülemin, çok rahatsız oluyorum.

CEVAP: Genellikle çene ve diş boyutları arasındaki farklılık ya da erken dönem kaybedilen dişler neticesinde kaymalara

bağlı oluşan aralıklardır. Bir diğer sebep de doğuştan diş sayısındaki eksiklik olabilir.

SORU: Gülüş tasarımı istiyorum, bana olur mu? Bana da bir gülüş tasarlasak, onun için geldim.

CEVAP: Her gülüş tasarımı isteyen hastaya gülüş tasarımı yapılmaz. Bu durum bazı hastalarda ihtiyaçken, bazılarında istektir ve istekli hastalar bu konuyu çok detaylı düşünmelilerdir. Burada hastaya geriye dönüşü olmayan diş kesimleri ile bir planlama yapılacaktır. Bu planın artıları ve eksileri detaylı bir şekilde hasta tarafından bilinmelidir. Konu ile ilgili detaylı bilgiye Eylül-Ekim sayımızdan (4. Sayı) ulaşabilirsiniz. ►



SORU: 20 yaş dişim mutlaka çekilmeli mi? Çekmesek olmaz mı?

CEVAP: Genellikle 20 yaş dişleri sorun çıkaran dişlerdir, iyi bir hijyen sağlamak zordur; dolayısıyla da çürük potansiyeli yüksektir. Anatomik olarak çok geride kaldıkları için yeterince süremezler, gömülü ya da yarı gömülü kalırlar, fokal enfeksiyon odağı haline gelirler. Hastalar sık sık ağrı, ağız açmada zorluk, ağız kokusu gibi durumlar yaşarken, üst üste antibiyotik kullanmak zorunda kalırlar.

Bu gibi durumlar, hastaların genel sağlığını da olumsuz etkiler. Hekiminizin yapacağı detaylı muayene ile çekim kararı verilir. Her şey normal sınırlar içindeyse, tabii ki dişiniz ağızınızda kalabilir ve size sağlıklı bir şekilde hizmet verebilir.

SORU: Dişim kırıldı, çekilecek mi, dişimi kaybedeceğim diye çok korkuyorum.

CEVAP: Dişi kırılan çoğu hasta, panikle kliniklerimize gelir. Her diş kırığı çekilecek anlamına gelmez. Genellikle geçmişte kanal tedavi görmüş dişlerde kırılma arttığı ve ağız içi kuvvetlere karşı diş zayıfladığı için kırık meydana gelir. Muayene sonucunda pek çok kırık diş porselen bir kaplama ile tedavi edilerek, sağlıklı bir şekilde ağızda kalabilir. Bazı zamanlarda ise daha basit kırıklar olur ve sadece dolgu ile tedavi edilirler.

SORU: Uzun yıllar sigara içtim, bir süre önce sigarayı bıraktım, dişlerim sallanıyor, hatta diş kayıplarım oldu, ne yapmalıyım?



CEVAP: Uzun yıllar sigara kullanan ve diş eti hastalığı olan kişilerde immün sistemin sigara tarafından baskılanması, diş eti sorunlarınızı kamufle edebilir. Sigaranın bırakılması da altta yatan problemi su yüzüne çıkarabilir. Bu demek değildir ki, her sigara bırakan kişi diş sorunuyla karşılaşacaktır. Ağız florasının sağlıklı olabilmesi için sigarayı bırakmanız ve hekiminizin diş ve diş eti tedavilerinizi yapması ile mümkün olacaktır.

SORU: Lamina diş yaptırdığımda düşer mi? Kırılır mı? Sorun yaşar mıyım?

CEVAP: Lamina diş dediğimiz yaprak porselenler dişlerin ön yüzüne özel yapıştırıcılarla uygulanırlar. Estetik uygulamalarda tercih edilen lamina dişler, doğru teknik ve malzemelerle yapıldıklarında düşmez ve kırılmazlar. Bunun mantığı inşaatta kullanılan yer seramiklerine benzer. Yer seramiği kırılabilen bir malzeme iken zemine doğru bir şekilde döşendiklerinde altında bulunan çimentosuna yapışır ve çok çok dayanıklı bir hale gelir. Dolayısıyla da uzun yıllar sorunsuz kullanılırlar.

Daha pek çok sorunuzun, biz diş hekimlerinde cevapları var... Şimdilik bu kadar... ■