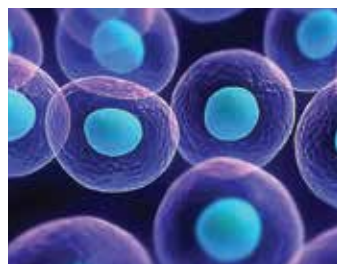


V tej številki preberite:

Na kaj smo lahko alergični pri zobozdravniku?

► str. 4

Alergije so nepravilnosti delovanja imunskega sistema, pri katerih se telo pretirano odzove na zunanjo snov, ki je običajno neškodljiva.



Matične celice

Trenutno je to eno najbolj razvijajočih se področij regenerativne medicine. Celice pridobimo tudi iz zobne pulpe ...

► str. 3



Zdrava hrana

Vsakdanje čiščenje zob ni dovolj za optimalno ustno zdravje. Bakterije nekatera živila hitreje pretvorijo v škodljive kisline. ...

► str. 6



Pogumni otroci

Strah pred zobozdravnikom je pri otrocih precej pogost. Obstajajo pristopi, ki ta strah preženejo ...

► str. 7



Zgodovina električne zobne ščetke

Prva zobna ščetka je bila razvita že leta 1954 kot pomoč gibalno oviranim bolnikom. ...

► str. 8

UVODNIK

Preprečevati ali zdraviti

Zobozdravnika vidimo kot nekoga, ki dela plombe, mostičke, proteze in opravlja podobna »popravila«. Pride torej, ko je že prepozno — ko je treba kaj popraviti.

Ustni higienik opravlja parodontalne posege: odstranjuje mehke in trde obloge, čisti obzobne žepke, gladi in lušči korenine ... To je del njihove dejavnosti, ki pa ni enakovreden pravemu preprečevanju zobnih in obzobnih bolezni. Pravo preprečevanje je namreč tisto, ki pripelje posameznika na stopnjo preventivnega obnašanja. Pacient mora sam začeti misliti preventivno, saj sam lahko zase stori največ. Začeti mora že kot otrok. To je drugo, enako pomembno poslanstvo ustnega higienika. Najpomembnejši cilj, ki ga mora zasledovati »preventivec«, je biti didaktično motivacijski in stalna vrednota njegove poklicne dejavnosti.

V tem pogledu je ustni higienik bolj pomemben kot zobozdravnik. Nase prevzema dovršen kos dela, ki ga je včasih opravljal zobozdravnik. Če pomislim, pravzaprav opravlja delo, ki ga prej ni opravljal nihče. Vsaj ne temeljito! Po mojih izkušnjah zobozdravnik praviloma čisti zobni kamen hitro in površno, saj se želi posvetiti »pomembnejšim popravilom«. Boljša preventiva je že povzročila manjšo obolevnost zob. Posledično zmanjšana potreba po zdravljenju zob pomeni, da ne bomo več potrebovali toliko zobozdravnikov. Ali je torej ustni higienik nasprotnik zobozdravniškega poklica?

Ne bom odgovoril. Rekel bom le, da redno obiskujemo ustne higienike, da ne bo potrebnih toliko obiskov pri zobozdravniku in bomo ohranili svoje zobe do pozne starosti.

Živo Bobič

Naslov publikacije: Zobonovice Babit

Ime in sedež založnika: Babit d. o. o., Kolezijska 25, 1000 Ljubljana

Oblikovanje: Vai Dizajn s. p. www.vai.si

Leto izida: 2017

Leto natisa: 2017

Število natisnjenih izvodov: 5000

Brezplačni izvod

NOVA SPLETNA STRAN

Z veseljem sporočamo, da smo prenovili našo spletno stran in jo naredili prijaznejšo do vas, naših uporabnikov. Z novim vmesnikom želimo za uporabnika ustvariti bolj prijazno okolje, kjer je s pomočjo številnih novih funkcij v odzivni obliki omogočeno brskanje na kateri koli napravi – tablici, računalniku ali mobilnem telefonu. Upamo, da vam bo nova izkušnja všeč, predvsem pa uporabna in zanimiva.



TEČAJ OŽIVLJANJA

V Babitu se stalno izobražujemo in obnavljamo znanje na vseh področjih. Zato smo se udeležili tečaja temeljnih postopkov oživljanja in uporabe avtomatskega defibrilatorja v Simulacijskemu centru ZD Ljubljana.

Cilj usposabljanja je večja varnost pacientov in učinkovito ravnanje v določenih življenjsko ogrožajočih situacijah.

V takih trenutkih je potrebno ukrepati takoj, saj se z vsako minuto neukrepanja možnost za preživetje zmanjša za 10%. Babit je družbeno odgovorno podjetje, varnost naših pacientov in celotne skupnosti je naša prioriteta. Zato smo se odločili za nakup avtomatskega zunanjega defibrilatorja (AED).

MATIČNE CELICE V BABITU

Babit je postal donorski center certificiran za pridobivanje matičnih celic iz zob. Več o tem v članku na strani 3.



Matične celice

Avtorja: dr. Marko Strbad, univ. dipl. mikrobiol. in Miha Bobič, dr.dent.med, specialist ortodont, MSc

Za matične celice ste gotovo že slišali. Večinoma je govora o matičnih celicah iz popkovnične krvi, manj pa je znano, da celice pridobivamo tudi iz drugih tkiv — na primer iz zobne pulpe.

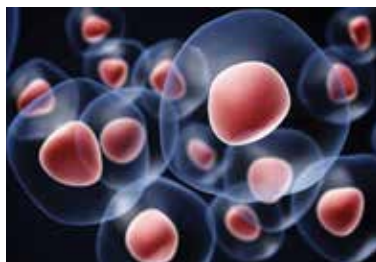
Matične celice imajo sposobnost, da se preoblikujejo v katero koli vrsto celic v našem organizmu. Omogočajo zdravljenje, celjenje in nadomeščanje poškodovanih tkiv s pomočjo lastnih celic.

Matične celice so temelj najbolj razvijajočih se področij regenerativne medicine, tkivnega inženiringa in celičnih terapij. Njihova uporaba ni več omejena le na laboratorij, temveč že popravljajo poškodovana tkiva in organe. S starostjo se kakovost in količina matičnih celic zmanjšujeta, zato je smiselno shraniti lastne matične celice, ko smo še mladi in zdravi. Celice lahko shranimo že ob porodu iz popkovnične krvi. Kasneje jih lahko pridobimo ob izpadu mlečnih zob, v odrasli dobi pa tudi z liposukcijo maščobnega tkiva, punkcijo kostnega mozga ali pri ekstrakciji stalnega zoba.

Celice, odvzete iz različnih virov, imajo rahlo drugačne sposobnosti nadaljnje preobrazbe. Tiste iz zobne pulpe se na primer lahko preobrazijo v celice zobovine, nevrone, kostne, krvne ali jetrne celice. Zaradi svojega izvora so najbolj zanimive pri zdravljenju zobnih težav in poškodb obraznih kosti. Zaradi svoje izvorne lokacije v neposredni bližini nevronov imajo veliko sposobnost preobrazbe v živčne celice, s tem pa možnost za obnavljanje najbolj zahtevnih tkiv, kot so živčno ali možgansko tkivo. S tovrstnimi celicami imamo možnosti za zdravljenje

nevrodegenerativnih bolezni, kot so demenca, Alzheimerjeva in Parkinsonova bolezen. V svetu poteka več kot 5000 kliničnih študij z uporabo matičnih celic, kar kaže na velik interes znanosti v tej smeri. Za tovrstna zdravljenja bodo najprimernejše lastne matične celice, saj je njihova uporaba ne povzroča zavrnitvenih reakcij.

Matične celice v zobeh se nahajajo v zobni pulpi. Seveda za pridobitev pulpe ne želimo izpuliti ali poškodovati zdravega zoba. Primeren trenutek za pridobitev tkiva iz zoba pri otrocih je recimo, ko izpade mlečni zob. Pri stalnih zobeh je pridobitev možna, ko je zaradi ortodontske terapije potrebna odstranitev zdravega zoba. Kadar je zob treba izpuliti zaradi kariesa ali kadar bi bilo treba odstraniti živec, je še vedno možna pridobitev matičnih celic v primeru, da je pulpa živa. Takoj, ko zobozdravnik odstrani zob, ga je treba shraniti v posebni raztopini in transportirati v akreditiran laboratorij. Tu ločimo zobno pulpo od zobovine in preverimo prisotnost matičnih celic. Pred shranjevanjem v Biobanki vedno preverimo, če so pridobljene celice



Matične celice imajo sposobnost, da se preoblikujejo v katero koli vrsto celic v našem organizmu.

viabilne; torej sposobne delitve in primerne za uporabo. Biološki material zamrznemo v tekočem dušiku, kjer varno čaka na uporabo. V primeru, da pridobljene celice iz zoba niso primerne za shranjevanje, se pri Biobanki zavezujemo, da opravimo celoten postopek na drugem pridobljenem zobu brezplačno.

Kako poteka postopek od odvzema zoba do shranitve celic?

- Odločitev za odvzem,
- podpis pogodbe, izpolnitev ustreznih obrazcev, sledljivost vzorca,
- odvzem in shranitev zoba v ohranitveni raztopini,
- transport zoba,
- testiranje v laboratoriju,
- zmrzovanje in shranjevanje v Biobanki.

Zbiranje in shranjevanje človeških tkiv in celic je regulirano s posebno zakonodajo in dovoljeno le certificiranim podjetjem. Pri izbiri je pomembno vedeti, če je ponudnik akreditiran s strani Javne agencije Republike Slovenije za zdravila in medicinske pripomočke (JAZMP) za opravljanje dejavnosti shranjevanja. Zobozdravstveni center Babit je certificirani donorski center in Biobanka je edina slovenska družinska banka matičnih celic, ki ponuja svoje storitve shranjevanja že od leta 2008. Prav tako smo edini ponudnik, ki opravlja celoten proces v Sloveniji; od zbiranja celic in transporta do zamrzitve. Biobanka je edina, ki omogoča shranjevanje matičnih celic doma, v Sloveniji.

Za več informacij o matičnih celicah in shranjevanju vas vabimo, da preberete vsebine na naših spletnih straneh in brošurah ali pa neposredno kontaktirate Babit ali Biobanko. ■



Na kaj smo lahko alergični pri zobozdravniku?

Avtor: Niko Zagode, dr.dent.med.

Poznamo ljudi, ki trpijo za "alergijo na zobozdravnika". Mogoče niste vedeli, da ima ta pogosta rečenica svoje znanstveno dokazane temelje. Ampak le v primeru, da je ne razumemo dobesedno.

Alergije so nepravilnosti delovanja imunskega sistema, pri katerih se telo pretirano odzove na zunanjo snov, ki je običajno neškodljiva. V zadnjih 50 letih so v velikem porastu, zlasti v razvitem svetu. Na eni strani je to posledica onesnaženja, na drugi strani pa pretirane čistoče in higijene, ki botrujeta zaostalemu razvoju imunske odpornosti.

Verjetno tudi sami opažate, da ima kdo od vaših prijateljev alergijo bodisi na vrsto hrane, prah, pelod cvetočih dreves, celo na mraz. Manj je govora o alergijah na zdravstvene materiale ali, denimo, na zdravila. Smo v hramu zdravja pred alergijami res v varnem zavetju?

Tudi nam, zobozdravnikom, predstavljajo alergije vedno večji izziv in smernice za naše protialergijske ukrepe se stalno posodablajo. Ključno je, da pacienta skrbno povprašamo, če je na katero snov alergičen (pelod, antibiotiki, hrana, kovine ...), da lahko terapijo zanj že v izhodišču prilagodimo. Pogosto niti ne vemo, da imamo alergijo na neko snov, oziroma se ta izrazi šele pri

”

Alergije so nepravilnosti delovanja imunskega sistema, pri katerih se telo pretirano odzove na zunanjo snov.

določeni starosti in splošnem stanju našega organizma. Materiali, ki jih uporabljamo za izdelavo plomb, proteze, zobne vsadke, prevleke, čiščenje, odtiskovanje itd., morajo biti biokompatibilni, torej biološko združljivi z našim organizmom in ne smejo povzročati alergij. To mora biti osnovno vodilo, saj želimo, da bodo ti izdelki v naših ustih mnogo leta, celo desetletja.

Pogoste alergije v zobozdravstvu:

- antibiotiki – penicilin,
- lateks (rokavice, opne),
- amalgam, protetične kovine – živo srebro, nikelj, kobalt, krom, berilij ...
- akrilat (material iz katerega so večinoma izdelane proteze – PMMA — polimetilmetaakrilat),
- določene vrste kompozit -materiala za bele plombe,
- lepilo za bele plombe (adheziv),
- zobne paste in ustne vode.

Kako se kažejo alergije?

Alergije se izrazijo kot bolj ali manj razširjeno vnetje ustne sluznice, vnetje kože okoli ust in drugje po telesu. Glavni simptomi so koprivnica, srbečica, oteklina, vnetje sinusov, iztekanje iz nosu, težave z dihanjem, otekanje žrela, srčne aritmije in celo anafilaktični šok. Če postane alergija dolgotrajna in alergena ne odkrijemo ter umaknemo, lahko vodi v kronično utrujenost in boleznimi kot so psoriaza, lupus ali revmatoidni artritis.

”Zdravljenje” alergije

Če sumimo na alergijo, je najprej treba ugotoviti, katera snov je njen povzročitelj. To snov imenujemo alergen. Vaš

zobozdravnik vas lahko napoti v alergološki laboratorij. Tam opravijo bodisi kožne teste ali preiskavo krvi za protitelesa proti določenim alergenom (predvsem kovinam in akrilatom). Osnova odpravljanja alergije je popolna in varna odstranitev alergenov. Obstajajo zdravila, kot so antihistaminiki in kortikosteroidi, ki zmanjšujejo znake alergije, na žalost pa ne odpravljajo glavnega vzroka in imajo stranske učinke.

Kako pristopamo proti alergijam v zobozdravstvenem centru babit?

Mnoge snovi, ki jih uporabljamo še danes, so zlati standard že mnoga desetletja, le da so jim postopoma odvzeli škodljive primesi in jih nadomeščali z

organizmu prijaznejšimi. Nekateri drugi materiali pa so se izkazali za bistveno boljše alternative predhodnikom. Tako smo na primer popolnoma opustili izdelavo amalgamskih zalivk, še več; odstranjujemo jih na organizmu in okolju prijazen način – to je s posebnimi maskami, zaščitnimi opnami, močnimi sesalci z lovilci delcev, očali in posebnimi svedri. Za izdelavo belih plomb uporabljamo prvovrstne kompozitne materiale in estetsko keramiko visoke trdnosti. Iz slednje plombe izdelamo v našem zobotehničnem laboratoriju. Zobozdravnik jih na zobe trajno cementira. Zobne prevleke so namesto iz kovinskih zlitin danes narejene iz cirkonija, ki predstavlja trdno in nealergeno osnovo. Pri izdelavi delnih

”

Za izdelavo belih plomb uporabljamo prvovrstne kompozitne materiale in estetsko keramiko visoke trdnosti.

pretez krom-kobaltove zlitine in nizkokakovostne akrilate nadomeščamo z nekovinskim polimerom visoke trdnosti BioHPP. Uporabljamo implantate švicarskega podjetja Straumann iz titana – to je kovina, ki ni reaktivna in jo kost sprejme ter obraste. Titan in keramika sta že desetletja v uporabi pri nadomeščanju delov kosti in sklepov (umetni kolk), zaradi vsestranske uporabnosti in nealergenosti sta v zobozdravstvu izjemnega pomena.

Na koncu je najbrž odveč poudarjati, da moramo vsak dan doma skrbeti za to, da zobnih nadomestkov sploh ne bomo nikoli potrebovali in da je preventiva glavno vodilo pri preprečevanju "alergije na zobozdravnika" in ohranjanju zdravja. ■



Zdrava hrana ZA ZDRAVE ZOBE

Avtor: Renee Weber Bobič

Pomena pravilne in redne ustne higijene se vsi dobro zavedamo. Ste vedeli, da na zdravje zob in dlesni vpliva tudi hrana, ki jo zaužijemo? Pestra prehrana je za zobe in dlesni skoraj enako pomembna kot dobra ustna higiena.

Vsakdanje čiščenje zob ni dovolj za optimalno ustno zdravje. Odločilno vlogo pri tem igra tudi izbor živil. Sveže sadje in zelenjava naj bosta na jedilniku dnevno. Hrana, ki jo je treba prežvečiti, je dobra za zobe, saj žvečenje pospeši tvorbo sline in ta, poleg drugih pomembnih prebavnih funkcij, nevtralizira tudi kisline, ki povzročajo karies.

Zelo priporočljiva so vlaknasta živila, surova zelenjava in sadje, kot so korenje, paprika in jabolka, in polnozrnatni izdelki. Izogibajmo se hrani, ki vsebuje razgradljive ogljikove hidrate, ki jih bakterije hitro pretvorijo v kisline. Sladko torej v ustih kaj hitro postane kisl.

Že sami lahko opazujemo, kakšen učinek ima slina. Zjutraj se verjetno zbudate z ne ravno najboljšim okusom in zadahom. To je posledica zmanjšane izločanja sline. Ponoči žleze slinavke prav tako počivajo in zato je izločanje sline takrat zmanjšano.

Kako je z magnezijem, kalcijem, fosforjem, vitaminom D in podobnimi "za kosti dobrimi" snovmi? Ali njihovo uživanje pomaga k bolj trdnim zobem?

Med zobmi in kostmi obstaja



pomembna razlika. Kostni se spreminjajo in prilagajajo skozi celo življenje glede na obremenitve in obrabo, medtem ko se zobje po izrasti ne spreminjajo več. Vsaj ne bistveno. Kadar krona stalnega zoba pri otroku pokuka v ustno votlino, je že stara. To pomeni, da se je njena izgradnja zaključila že več mesecev ali let prej, preden je pokukala v usta.

Kakšna pa je razlika med "dobrimi" in "slabimi" ogljikovimi hidrati?

Manj strukturno kompleksni ("slabi") ogljikovi hidrati se razgradijo že v ustih in tvorijo

”

Zelo priporočljivi so vlaknasta, surova zelenjava in sadje.

hrano za bakterije. To so sladkorji, bela moka, testenine, kruh ...

"Dobri" ogljikovi hidrati so večje molekule, ki se razgrajajo počasneje in prispejo nižje v prebavni sistem. Tako nimajo neposrednega vpliva na dogajanje v ustih. Nekateri se ne razgradijo niti nižje, ker za njihovo prebavo nimamo pravih encimov; te imenujemo vlaknine, ki so dobre so za hujšanje in prebavo ... vendar pa niso vir energije.

Vplivamo lahko le na čisto povrhnjo plast zoba, recimo s fluoridi. Več o tem pa prihodnjič. ■





Pogumni otroci in njihovi strahovi

Avtor: Špela Burnik Bobič, dr.dent., med. specialist otroškega in preventivnega zobozdravstva

Otroci so po naravi pogumni in radovedni. Radi se dokazujejo. Radi iščejo in predstavljajo svoje meje. Tekmujejo, kdo spleza višje, se potopi globlje ... Včasih se otroci vseeno bojijo. Bojijo se teme, bojijo se pošasti, bojijo se predvsem neznanih in odraslim nerazumljivih stvari.

Strah pred zobozdravnikom je pri otrocih precej pogost. Največkrat gre tudi tu za strah pred neznanim, ki se ga s prilagojenim pristopom lahko bolj ali manj hitro znebimo. Težje gre pri otrocih, ki so že imeli negativno izkušnjo pri zobozdravniku, ali pri takih, ki prihajajo prvič z že bolečim zobom. Pri teh je pot do zaupanja lahko nekoliko daljša. Bistveno je, da vedno, ko bi bil poseg lahko neprijeten, uporabimo lokalno anestezijo in da jo uporabimo na način, ki ga otrok sprejme.

Eden izmed pristopov je, da otroku najprej vse razložiš, nato pokažeš in šele zatem narediš. Pri tem je pomembno, kako razložiš postopek, saj mora biti otroku razumljiv. Treba je paziti na izraze, ki lahko spremenijo otrokovo percepcijo postopka. Če otroku rečeš, da ga boš le malo zbedel z injekcijo in mu nato zavrtal v zob, bo na to seveda reagiral popolnoma drugače, kot če mu rečeš, da boš ob zob nakapal kapljice in nato zob malo umil s kroglico na električni krtački. Zaupanje se vzpostavi, če se držiš dogovora z otrokom, saj otrok občuti tisto, kar si mu obljubil. Če mu rečeš, da ne bo bolelo, pa potem vseeno boli, seveda ne bo več želel sodelovati. Otroku je lažje, če mu omogočimo nadzor in se z njim dogovorimo, da nas lahko kadarkoli ustavi z dvigom roke ali če se oglasi.

Obstajajo še drugi pristopi, kot so opazovanje drugega otroka, ki dobro sodeluje,

pozitivni dražljaji v smislu pohval ali manjših nagrad ob koncu obiska ter distrakcija. Pri slednji ničesar ne skrivamo, a nekaterih potencialno strašljivih stvari tudi ne poudarjamo. Na primer med dajanjem anestezije skušamo odvrniti otrokovo pozornost s pripovedovanjem zgodb, štetjem ali petjem. Za daleč najuspešnejšo distrakcijo se je izkazalo predvajanje risank. Pri nas imamo namreč na zobozdravniškem stolu zaslon, na katerem lahko otroci med posegom gledajo risanke in pozabijo na svet okoli sebe.

Pri otrocih, ki imajo strah, ki se ga ne morejo znebiti, ali potrebujejo poseg, ki bi znal biti neprijeten, v Babitu uporabljamo inhalacijsko sedacijo (smejalni plin). Ta sprosti pacienta in ublaži strah. Če otrok zmore sodelovati s pomočjo sedacije, bo kasneje lažje sodeloval tudi brez nje, saj se posega spominja in ve, da se ni dogajalo nič hudega.

Zgodnji obiski pri zobozdravniku lahko odkrijejo, da pri otroku obstaja večje tveganje za karies in so potrebni pogostejši obiski ali sprememba bodisi v prehrani, higieni ... Pregled eno- ali dvoletnika, ki zajoka, ko si ga položimo v naročje in mu pregledamo zobe, ker je še premajhen, da bi se ga dalo prepričati, naj jih pokaže sam, seveda ni negativna izkušnja pri zobozdravniku.

Pri pripravi otroka na nek poseg imajo veliko vlogo tudi starši. Če se kateri od staršev boji zobozdravnika, ta ni najboljši spremljevalec ali pripravljavec otroka na poseg, saj otrok čuti tesnobo in bo lahko zaradi tega (še bolj) prestrašen. ■

”

Za daleč najuspešnejšo distrakcijo se je izkazalo predvajanje risank med posegom.

Zgodovina električne zobne ščetke

Avtor: Maja Banko Markovič

Za razliko od ročnih zobnih ščetk, ki so jih izumili že pred časom, zgodovina električne zobne ščetke sega v leto 1954, ko je dr. Philippe-Guy Woog razvil prvo električno zobno ščetko Broxodent. Te ščetke so bile priključene v standardno električno vtičnico. Glavni razlog in namen za razvoj te zobne ščetke je bila pomoč bolnikom, ki so imeli omejene motorične sposobnosti, in za ortodontske paciente.

V začetku leta 1960 so predstavili električno zobno ščetko General Electric. Bila je brezžična in precej velika, z akumulatorskimi NiCad baterijami, ki so imele kratko življenjsko dobo, in je bilo po njihovi izrabi treba zavreči celotno zobno ščetko.

Leta 1992 so izumili prvo ultrazvočno zobno ščetko s prvotnim imenom Ultima in kasneje Ultrasonex, ki je bila patentirana v ZDA.

Sprva je Ultima ultrazvočna zobna ščetka

delovala samo z ultrazvokom, nekaj let kasneje pa so ji dodali še motor za dodatne sonične vibracije v modelu Ultrasonex.

Danes so električne zobne ščetke zelo napredovale v smislu funkcionalnosti in estetike. Z naprednimi funkcijami električne zobne

ščetke postajajo bolj učinkovite pri odstranjevanju zobnih oblog kot ročne. Seveda pa je njihova učinkovitost pogojena s pravilno in redno uporabo. Samo dejstvo, da smo ponosni lastnik zobne ščetke ni zadosti. Pravilno uporabo vam razloži vaša ustna higieničarka. ■



CURAPROX
BLACK IS WHITE*
GO BLACK!

**Popolna izkušnja ščetkanja
z izjemno mehкими ščetinami
in hidrodinamično
sonično tehnologijo.**

«HYDROSONIC BLACK IS WHITE»*

NOVO

**«HYDROSONIC
BLACK
IS WHITE»***



Hidrodinamično sonično zobno ščetko «Curaprox Hydrosonic Black is White» lahko kupite v spletni trgovini www.zdrav-nasmeh.com. Za več informacij pišite na prodaja@flegis.si ali pokličite na 02/460 53 42.

www.curaprox.si

* Črno je belo (angl. Black is white)