

הקפדה על היגיינה אוראלית בעת טיפול יישור שיניים (אורתודונטיה)

(כל הכתוב בלשון זכר מכיוון גם ללשון נקבה)

על-מנת להצליח בטיפול ולקבל את התוצאה הטובה ביותר, שהיא גם התוצאה הרצויה מבחינה אסתטית ובריאותית, על המתרפא/ה לשמור על היגיינה אוראלית. כלומר, לדאוג שהשיניים תהיינה נקיות מכל רבב.

סביב הסמכים והטבעות - brackets and bands - המודבקים על משטחי השן נאספים שאריות מזון. אלו מושכים אליהם חיידקים, העלולים לגרום לנזקים ולפגוע בבריאות ובאסתטיקה של מערכת השיניים. גם ללא שאריות מזון, חיידקים מצטברים סביב אותם מכשירים ומעכלים את חומר השן ומשנים את צבעה.

לכן חשוב לשמור על היגיינה אוראלית, על ניקיון השיניים, החניכיים והמכשירים. אי-שמירה מעודדת הופעת עששת, או בשפת העם 'חורים בשיניים'. בצורתה הקלה, העששת מתבטאת בשינויים בצבע השן - הופעת נקודה לבנה על פני השן, או אפילו סימנים אפורים ושחורים. בצורתה החריפה, עששת פוגעת במבנה השן ועלולה לחייב סתימות, טיפולי שורש, כתרים ואפילו עקירות.

נציין כי השתלשלות האירועים המתוארת למעלה **אינה** חייבת לקרות. אילו הייתה זו התוצאה הטיפולית השכיחה, לא היה מקום ליישור שיניים כמקצוע טיפולי בתחום רפואת השיניים. **המניעה** הינה הכלי הטוב ביותר להילחם בתופעה. כלומר, השמירה על היגיינה אוראלית ברמה גבוהה לאורך הטיפול.

דרכים לשמירה על היגיינה אוראלית:

- צחצוח שיניים עם משחה המכילה פלואוריד בצורה נכונה לפחות פעמיים-שלוש ביום (בבוקר ולפני השינה).
 - שטיפת הפה עם מי פה המכיל פלואוריד, בעיקר לפני השינה.
 - שימוש בזרמי מים כמו סילונית – מכשיר מיוחד שמנקה את השיניים לאחר הצחצוח.
 - טיפול שיננית אחת ל-4 חודשים במהלך טיפול יישור השיניים.
 - ביקורות תקופתיות (בכל חצי שנה) אצל רופא השיניים.
- הקפדה על אלו מסייעת בצורה משמעותית במניעת הנזקים שצוינו לעיל, העלולים להתלוות לטיפול האורתודונטי. כמו כן, אנו מבקשים לצחצח את השיניים לפני הכניסה לכל טיפול אצל הרופא.
- מתרפא שלא יצליח לשמור על היגיינה אוראלית נאותה יופנה לשיננית ביוזמת המרפאה, לניקוי השיניים ולהדרכה חוזרת.
- אי-הקפדה שיטתית על היגיינת הפה תחייב בחינה מחודשת של המשך הטיפול. האחריות היא על המתרפא והוריו/אפוטרופוס.
- לאור כל אלו, אנו דורשים מהמתרפא/ה לעשות טיפול שיננית לפני הטיפול, כך שהדבקות הסמכים והטבעות על השיניים יהיו על משטחי שיניים נקיים מרובד ומאבנית. כאמור, לאורך הטיפול מקובל לעשות טיפול שיננית שוטף אחת ל-4 חודשים, לא רק לצרכי ניקוי אלא במיוחד לפלואורידציה, תהליך שהוכח שהוא מחזק את פני השטח החיצוניים של השיניים. בנוסף, לפני סיום הטיפול אנו דורשים לעבור טיפול אצל שיננית, כך שהקיבועים יודבקו על משטחים נקיים. אנו ממליצים לעבור טיפול אצל שיננית שמנוסה מאוד בטיפול עם מטופלים אורתודונטיים.
- אנו ממליצים להיכנס לאתר האינטרנט: www.ortho1.co.il של ד"ר נפתלי ברזניאק על מנת לקבל הסברים נוספים על הטיפול והשמירה על ניקיון השיניים והחניכיים. באתר יש תמונות המסבירות כיצד לצחצח באופן נכון.
- שיננית המרפאה, אוקסנה טקץ, אמונה על טיפול השיננית אצל מתרפאים עם מיכשור קבוע, וכמובן גם למתרפאים ללא מיכשור אורתודונטי.