

ZUBY KRÁČNĀ A ZDRAVĀ

Stáda, 12 zř-2007

Určitě se vám někdy stalo, že jste při čištění zubů neviděli v umyvadle jenom bílou pastu ale i trochu krve, dobře víte, že krvácení, ani malé, nepatří k normálnímu čištění. Občas jsem si šikala a uklidila se, že nejspíše od určitého věku normální, dásně jsou prostě křehčí ... Omyl.

Od té doby, co má moje dentální hygienistka naučila, jak a která si správně vyčistit "zubiska", odstranila mi zubní kámen i letitý plak (usazený na mých jedinečných a posledních zubech za dlouhá léta nesprávného čištění kartáčkem v ústech), mám nejen lepší pocit v puse, ale ani kapička krve se neukáže. Zázrak se stal realitou. Přitom stačilo tak málo, jedna jediná návštěva u dentální hygienistky a počáteční zánět dásní (parodontitida), která se právě projevuje jejich krvácením, byl pryč. Je pravda, že kdybych měla vysvětlit, jak se správně čistí zuby, byla jsem v kulturním oku. Chtěla jsem se dokonce zvednout a uprchnout pryč do hlubin nějakého kmůvi, jak má to sebralo. Už nikdy víc neotevřu pusku na tu přímou holku, aby se nemohla na vlastní oči přesvědčit, že si neumím ani v. Moje sebevědomí se válelo kdesi na zemi a já chtěla umýt. Přitom jsem si do té doby fandila, jak jsem pečlivá... Zjistila jsem totiž, že moje metoda čištění je úplně nanič, sklon kartáčku žádný a systém taky. Od té hodiny H (u hygienistky) poctivě a metodologicky postupuji od jednoho zubu k druhému a tím taky od jedné pochvaly milé hygienistky k druhé. Pokud se těším, jak má zase pochválí, usměje se na mě svým dokonalým úsměvem (dokonce se jí na jednom z dokonale vyčištěných zubů skví blyskavý kamínek) a moje zuby zase počiště vyčistí kam já kartáčkem nedosáhnu. Ostatně, dobrého zubaře poznáte i podle toho, že má ordinaci i pro dentální hygienistku. Sice se její služby a rady platí, ale šeknu vám, že díky té "mojí" jsem určitě ušetřila pár tisíc za případné zbytečné opravy. Parodontitis - alias zánět dásní - je zdlouhavou a organismus zatěžující nemocí, a to především díky přítomnosti bakterií, které mohou ohrožovat celý organismus. Je to zánět nejčastěji a nejzávažnější, když se v záhybech kolem zubu drží bakterie, které nejen narušují povrch zubu a usnadňují zubní kaz, ale i svými toxiny, které uvolňují do krevního oběhu, oslabují jeho zdraví. Závažnost onemocnění úzce souvisí se zdravotním stavem a imunitním systémem nemocného - zvláště existuje-li nějaká nemoc imunity, at už ve smyslu plus nebo minus. Není bez zajímavosti, že toxiny produkované bakteriemi plaku zvyšují dle dostupných statistik riziko předčasného porodu, mozkových příhod i srdečního infarktu. Na závěr jedna zajímavá informace: Pokud má člověk zánět dásní a parodontózu u všech dvaatřiceti zubů, odpovídá to v souhrnu ploše o velikosti 72 cm²! Kdekoliv jinde na lidském těle by taková plocha byla jednoznačně pádným důvodem k okamžitému vyhledání lékaře a potřebnému léčení, viďte?

Jana Agatulen