



Jsou neviditelná rovnátka bezpečná pro těhotné?

Neviditelná rovnátka jsou oblíbenou alternativou tradičních kovových zámek. Tento způsob rovnání zubů je diskrétní a pohodlný. Pokud jste v současnosti těhotná nebo plánujete otěhotnět, možná se ptáte, zda jsou pro vás neviditelné aparátky bezpečnou volbou.

Ortodontická léčba neovlivňuje těhotenství ani normální vývoj dítěte, takže je naprosto bezpečné začít s touto léčbou během těhotenství. První zásadní věcí v souvislosti s ortodontickou léčbou během těhotenství je ujistit se, že zdraví vaší ústní dutiny je v pořádku. Je proto třeba absolvovat zubní prohlídky a ošetření. Následně lze začít s procesem rovnání zubů – ať už kovovými, nebo neviditelnými rovnátky. Je-li třeba rentgenové vyšetření, musí být provedeno ještě před početím dítěte, protože během těhotenství je rentgenové vyšetření přípustné jen v ojedinělých případech.

Během těhotenství lze z pohledu ústního zdraví očekávat: zvýšené riziko zánětu dásní – způsobené hormonálními změnami; erozi zubů – způsobenou ranními nevolnostmi a zvracením; zvýšenou kazivost zubů – způsobenou suchostí v ústech či změnami v péči o dutinu ústní.

Hormonální změny v těhotenství způsobují, že dásně mají zvýšenou reakci na zubní mikrobiální povlak. To znamená, že zatímco stejné množství plaku a zubního kamene by u osoby, která není těhotná, způsobila jen nepatrnou gingivitidu (zánět dásní), u těhotné ženy vytváří mnohem závažnější formu gingivitidy a otok dásní. Aby se předešlo vážnému poškození a onemocnění dásní, je velmi důležité důkladné čištění zubů zubním kartáčkem, mezizubními kartáčky a ústními vodami. Proto je při rovnání zubů v těhotenství třeba zvolit takovou formu léčby, která umožní nejlepší ústní hygienu. Kovové zámky jsou známé tím, že mají zvýšené nároky na čištění ústní dutiny, a tedy zvyšují riziko onemocnění dásní. Pokud se k tomu přidá i těhotenský faktor, vede to ke vzniku nepříjemných pocitů v dutině ústní včetně krvácení a otoku dásní. Neviditelná rovnátka se v tomto ohledu jeví jako ideální, protože jsou snímatelná, a tudíž lze během jídla a pití z úst vyjmout a po provedení důkladné ústní hygieny opětovně na zuby nasadit.

Ranní nevolnosti v těhotenství jsou dobře známé. Je to nepříjemný jev a různé ženy mají různé úrovně těchto obtíží. V zásadě vše, co je vysoce kyselé a přijde do kontaktu se zuby, způsobí určitou erozi zubů. Pokud jsou ranní nevolnosti v těhotenství časté a způsobují zvracení, je třeba neutralizovat kyselé prostředí v dutině ústní. Zuby by se neměly okamžitě čistit, protože to odstraní změkklou vrstvu zubní

skloviny. Namísto toho je vhodné vypláchnout ústa vodou, případně sodou bikarbonou k neutralizaci kyseliny v ústech, čímž se minimalizuje riziko vzniku další eroze. Existují také zubní pasty s remineralizačním účinkem, které napomáhají absorbování minerálů.

Sucho v ústech se může vyskytnout z mnoha důvodů a během těhotenství je velmi běžné. Sliny pomáhají neutralizovat působení kyseliny po konzumaci cukrů a také přispívají k udržování dutiny ústní v optimálním stavu. Sliny slouží také jako ochranná tekutina, která čistí sliznice, má antimikrobiální účinek a kromě toho obsahem minerálů částečně remineralizuje zubní sklovinu. Nedostatečná tvorba slin vede ke zvýšené kazivosti zubů. Aby se tomu zabránilo, je důležité dodržovat pitný režim a také minimalizovat příjem sladkých jídel a nápojů. Při ortodontické léčbě kovovými rovnátky se tento problém ještě znásobuje, protože se zuby obtížně čistí, což vede ke vzniku lézí – bílých skvrn na povrchu zubů. Následně po sejmutí kovového strojku zuby zůstávají zbarvené a nezdravé. Naproti tomu neviditelná rovnátka napomáhají snadnému čištění zubů.