

FOGSZABÁLYZÓ harmincévesen?

A középiskolás FIATALOKNÁL már státuszszimbólumnak számít a *fogszabályzó* viselete, és egyre több harmincas nő is szinte ékszerként tekint rá. *A tökéletes fogsor* nemcsak szép, de a későbbi bajok *megelőzésére is szolgál*. FELNŐTTKORBAN sem késő tehát felkeresni a fogszabályzó szakorvost.

Emlékszem, gyerekkoromban utáltam a fogszabályzót. Szégyelltem a fogaimra illesztett hatalmas fémgyűrűket, amelyek miatt az osztálytársaim folyton csúfoltak. Ma már egészen más a helyzet, hírességek villantják meg fogszabályzós mosolyukat a közösségi oldalakon, és egy-két apró esztétikai probléma miatt egyre több érett nő vállalkozik a több hónapos fogszabályozás procedúrájára. Dr. Balla László fogszabályzó szakorvos segítségével tisztázzuk a felnőttkori fogszabályozás alapjait és a róla kialakult tévhiteket. **Minél idősebbek vagyunk, annál kisebb az esély, hogy fogszabályzót viselhessünk.**

Nem az számít, hogy hány éves valaki, hanem hogy milyen állapotban van a fogágya, mennyire egészségesek a fogai, az ínye, milyen a csontozata. A mai fogszabályzó készülékeknek köszönhetően majdnem mindent meg lehet csinálni, kicsit lassabban megy, és jobban oda kell figyelni, mint gyerekkorban.

A fém fogszabályzó ronda, de erős, jobb eredményt lehet elérni vele, mint a láthatatlan változatával.

Ez egy városi legenda. Más a technika, de a végeredmény ugyanaz. A láthatatlan fogszabályozás esetében is különböző megoldások léteznek. Kívülről is fel lehet tenni a fogakra a fogszabályzót, ilyenkor nem fémet, hanem fogszínű anyagot – kerámiát vagy mesterséges zafírt – választunk. A másik lehetőség, ami Nyugat-Európában és Amerikában is elterjedt, az átlátszó, kivehető sínes rendszer, amelyet kéthetente cserélünk, szépen lehet vele mozgatni a fogakat. A harmadik opció a fogak belső oldalára rögzített fogszabályzó rendszer, ez teljesen láthatatlan.

A fogszabályzó viselésével változtatni kell az életmódunkon.

Ami a fogmosási szokásainkat illeti, igen. Több időbe telik a fogmosás, alaposabban meg kell pucolnunk a felületeket, és minden étkezés után és lefekvés előtt kihagyhatatlan a fogak megtisztítása. Egy fogszabályzó sem

ér annyit, hogy miatta elromoljanak a fogaink. Egy átlagos kezelés egy évig tart, ha ez idő alatt az ételmaradék folyamatosan ott marad a fogszabályzó sarkaiban, begyulladhat az íny, fogkövek jöhetnek létre, és ha nem távolítják el, fogágybetegségek alakulhatnak ki, legrosszabb esetben kilyukad a fog. Mi addig magyarázzuk ezt a pácienseinknek, amíg el nem sajátítják a helyes fogápolás alapjait. De az ételekkel is óvatosabban kell bánni, kerülni kell a kemény ételeket, mert kárt okozhatnak a készülékben.

A fogszabályozás fájdalommal jár.

Az első héten a fogszabályzó okozhat kellemetlenségeket, a fogak érzékenyvé válhatnak, ilyenkor általában pépeset szoktak enni a páciensek. Néhány nap alatt azonban megszokják. A konzultációk alkalmával állítani szoktunk a készüléken, ezt is megérik, de ez nem olyan kellemetlen, mint az elején.

A rögzített fogszabályzó levétele után minden esetben hordani kell az éjszakai fogszabályzót.

Általában két évre van szükség ahhoz, hogy a csont visszaépüljön és visszaerősödjön a fogak gyökere körül. Amíg tart ez a folyamat, éjszaka hordani kell a fogszabályzót. Ha ezt nem tesszük, biológiai törvényszerűségek miatt visszaállhat a régi állapot, és akkor teljesen felesleges volt a rögzített fogszabályzó. Nem stopperrel mérjük a két évet, folyamatosan figyeljük a fogak állapotát, és ez alapján döntjük el, mikor lehet abbahagyni az éjszakai fogszabályzó viselését.

Ha csak egy kicsit csálék a fogaim elöl, azon is tud segíteni a fogszabályozás?

A felnőtt páciensek közül sokan esztétikai okok miatt keresnek fel. Zavarja őket, hogy nem tökéletes a mosolyuk. Gyors megoldásra vágnak, és az esztétikai fogszabályzás ezt 6–9 hónap alatt teljesíti. Ilyenkor csak az első fogakhoz nyúlunk, a többit békén hagyjuk. **mc**