

## Zubní kosmetika

---



Aby zuby v ústech **nevypadaly jako noty na buben**, je potřeba **navštívit zubního lékaře**, který doporučí návštěvu ortodontie. Nedokonalý skus je totiž nejenomestetickým **problémem**, ale může představovat také **zdravotní komplikace**.

Zuby se **nerovnoměrně obrušují** a mohou se **navzájem poškozovat**. Léčba probíhá **nejčastěji prostřednictvím fixních (trvalých) či snímacích rovnátek**

Snímací rovnátka se používají obvykle k **aktivní léčbě u dětí** během výměny chrupu a dále jako **retenční pomůcka k udržení výsledku po sejmutí fixních rovnátek**. Snímatelná rovnátka se **nasazují především na noc**, případně je pacient nosí v době, kdy ho **nelimitují při komunikaci či jídle**.

**Pevná rovnátka neboli zámečky** jsou nejčastěji používaným **ortodontickým aparátem k aktivní léčbě u dospělých pacientů**. Doba potřebná ke **srovnání chrupu** je závislá **natypu vady a její závažnosti**. V průměru se pohybuje okolo **24 měsíců**. Po této době pak přichází řada na již zmíněná **snímatelná rovnátka**.

Během léčby pevnými rovnátky je potřeba **dbát zvýšené pozornosti na ústní hygienu** a čistit zuby nejlépe po **každém jídle**. Odborníci také **doporučují vyhnout se některým potravinám**, které se za zámečky rovnátek mohou usazovat. Není vhodné konzumovat ani příliš **tvrdé či lepivé potraviny (ořechy, tvrdé pečivo, žvýkačky, karamelky)**, které by mohly **rovnátka poškodit**.

## Rovnátko jsou hitem

Už dávno jsou pryč doby, kdy rovnátka představovala strašáka, za kterého se jejich nositel styděl. Nejčastěji se používají kovové zámečky, ale na trhu jsou k dostání také **keramické či plastové zámky**, které jsou v

ústech **méně nápadné**, bohužel zároveň vyžadují **větší vstupní investici**. Pokud jste spíše **extravagantní typ**, můžete svá rovnátka **ozdobit pestrobarevnými zámky**, sáhnete-li hlouběji do kapsy, můžete mít dokonce **fixní aparát s ozdobnými kamínky**.

Existují také aparáty, které se **aplikují na zadní stranu zubů**, tzv. **lingvální rovnátka**. Nejsou sice na první pohled viditelné, ale svého majitele mohou **omezovat při mluvení a konzumaci potravin**. Jistou nevýhodou je také **nepříjemné odírání jazyka** a v neposlední řadě vás nepotěší svou **vysokou cenou**.

Téměř neviditelnou péči nabízí speciální **průhledná rovnátková fólie vyrobená na míru**, která se v průběhu léčby **pravidelně vyměňuje** dle konzultace s ortodontistou. Tímto způsobem lze **léčit lehké zubní anomálie u dospělých jedinců**. Opět je potřeba počítat s tím, že pacient **sáhne opravdu hluboko do kapsy**.

## Pro zářivý úsměv

Trend běloskvoucího úsměvu je neustále vzrůstající, a tak se ordinace stomatologů **plní raketovou rychlostí**. Přitom přirozené zbarvení zubů má k **zářivé jednolitě bílé barvě hodně daleko!** Základní odstín zubu **je dán geneticky**, stejně jako např. **barva vlasů, a vždy se jedná o mírně nažloutlou barvu**. Barvu zubu ovlivňuje kromě **zubní hygieny a věku** také **životospráva - pití kávy, barevných limonád a červeného vína, kouření**, ale také konzumace potravin bohatých na žlutá rostlinná a potravinářská barviva, která jsou velmi stálá.

## Bělení zubů probíhá nejčastěji čtyřmi možnými způsoby:

- **mechanickým bělením zubů** - bělicí zubní pasty odstraňující povrchové nečistoty a usazeniny (k použití doma)
- **chemickým bělením zubů** - bělicí gely působící do hloubky zubu, používané pod odborným dohledem
- **nasazením keramické fasety** na celou vnější plochu zubu (vhodné při poranění zubu a jeho odumření)
- **použitím porcelánové korunky** vhodného odstínu

Často využívanou cestou k zářivému úsměvu je také kombinace chemického bělení spolu s použitím laseru či tzv. modrého světla. Při honbě za bílým chrupem by však mělo být vždy na prvním místě vaše zdraví a varování, aby chrup nepůsobil umělým dojmem.