

ΕΧΕΤΕ ΠΟΝΟΚΕΦΑΛΟΥΣ ΤΟ ΠΡΩΪ ;

Παλλά άτομα ηλικίας άνω των τριάντα ετών ξυπνάνε με πονοκεφάλους το πρωί και δεν μπορούν να καταλάβουν τι φταίει. Μπορεί να νοιώθουν επίσης μούδιασμα ή πόνο στους μύς της περιοχής του στόματος. Με τον σύγχρονο αγχώδη τρόπο ζωής πολλά άτομα δεν μπορούν να χαλαρώσουν κατά την διάρκεια της νύχτας και κατά την διάρκεια του ύπνου σφίγγουν τα δόντια. Αυτό μακροπρόθεσμα επιφέρει λειτουργικές ανωμαλίες που σε αρκετά άτομα το μόνο σύμπτωμα είναι η αποτριβή(φάγωμα) των δοντιών αλλά στα περισσότερα είναι πρωινός πονοκέφαλος. Ας προσπαθήσουμε να εξηγήσουμε πως γίνεται αυτό.

Ο ευκολότερος τρόπος για να το καταλάβουμε είναι να φανταστούμε τον τρόπο με τον οποίο κλείνει το στόμα μας και συναρμολογούν τα δόντια της άνω και κάτω γνάθου μεταξύ τους. Είναι μια σύνθετη κίνηση στην οποία μετέχουν όλα τα στοιχεία του **στοματογναθικού συστήματος** (οι **γνάθοι** με τα **δόντια**, οι **μυς** που καθοδηγούν κι ελέγχουν τις γνάθους και η **κροταφογναθική άρθρωση**), αλληλεπιδρώντας μεταξύ τους.

Υπάρχει δηλαδή

συντονισμένη

λειτουργία όλων των

μελών του

Στοματογναθικού

Συστήματος, κάτω

από αναμφισβήτητες

σχέσεις και

αλληλεπιδράσεις του

καθενός επί των

άλλων. Πρακτικά

αυτό σημαίνει ότι

δυσλειτουργία ή

μεταβολή κάποιου

από αυτά τα στοιχεία

αυτόματα επηρεάζει

κι όλα τα υπόλοιπα

καθώς και τη

λειτουργία του

συνόλου.

Θα επιμείνω ακόμα

στο ξεκαθάρισμα της

σύγκλεισης, μια και

πρόκειται για

θεμελιώδους

σημασίας έννοια.

Θυμηθείτε την τελευταία φορά που κάνατε κάποιο σφράγισμα: σε κάποιο σημείο στο τέλος της διαδικασίας ο οδοντίατρος σας, σας ζήτησε να κλείσετε το στόμα σας και να του πείτε αν "βρίσκει" το σφράγισμα με τα υπόλοιπα δόντια. Ίσως δεν καταλάβατε τι σημαίνει "βρίσκει", οπότε σας εξήγησε ότι θέλει να του πείτε αν έχετε την αίσθηση ότι ξαφνικά αισθάνεστε ότι το δόντι με το σφράγισμα έχει "ψηλώσει" ή ότι μοιάζει σαν να υπάρχει κάτι (ένα μικροσκοπικό πετραδάκι για παράδειγμα) στο σημείο εκείνο, που δεν αφήνει τα υπόλοιπα δόντια να κλείσουν καλά. Πιστεύω ότι όλοι έχετε την εμπειρία, οπότε είναι εύκολο να καταλάβετε τι εννοώ.

Αυτό που συμβαίνει εκείνη την ώρα είναι ότι ο οδοντίατρος σας γνωρίζει πως με το σφράγισμα (ή κάποια καινούρια γέφυρα) έχει δημιουργηθεί μια νέα κατάσταση στο στόμα, η οποία πιθανότατα έχει μεταβάλει την σύγκλειση και προσπαθεί να την επαναφέρει σε μια αρμονική κατάσταση. Αν το νέο σφράγισμα είναι όντως "ψηλότερο" απ' ότι ήταν το προηγούμενο (ή το ατρόχιστο δόντι), τότε θα αφαιρέσει υλικό μέχρι να νοιώσετε ότι το στόμα σας κλείνει ανεμπόδιστα ξανά.

Η ικανότητα του ανθρώπου να νοιώθει τέτοιες παρεμβολές στην σύγκλειση φτάνει τα 10 μm, δηλαδή 10 χιλιοστά του χιλιοστού! Απειροελάχιστο μέγεθος, που αν δεν διορθωθεί ωστόσο, ανατρέπει όλη την λειτουργία του στοματογναθικού συστήματος. Αν η παρεμβολή παραμείνει εσείς θα νοιώθετε **ενόχληση** στο σημείο εκείνο, που σιγά-σιγά θα αντικατασταθεί από **πόνο**. Το επόμενο στάδιο είναι η **φλεγμονή του πολφού** του δοντιού αυτού και η **νέκρωση** του. Ταυτόχρονα το νευρομυϊκό σύστημα θα προσπαθήσει να προσαρμοστεί στην νέα κατάσταση και να βρει τρόπο να κάνει το στόμα σας να κλείνει, ώστε να μπορείτε να μασήσετε, να καταπιείτε την τροφή και να μιλήσετε. Για να το πετύχει αυτό θα οδηγήσει την κάτω γνάθο σε μια νέα **αφύσικη** θέση, το οποίο σημαίνει νέα



κατάσταση και για τις αρθρώσεις της γνάθου, νέες σχέσεις των δοντιών και νέα φορτία για τους μασητήριους μύες.

Ξαφνικά μια ασήμαντη παρεμβολή άλλαξε τη σύγκλειση σας και κατάφερε να αποσυντονίσει όλο το στοματογναθικό σας σύστημα. Εσείς ξυπνάτε με ένα "καινούριο" στόμα και πολλά, καινούρια προβλήματα. Πόνοι στις αρθρώσεις, πιάσιμο στους μασητήριους μύες, ανεξήγητους πονοκεφάλους, πόνοι σε κάποιο ή κάποια δόντια, φθορές στις κροταφογναθικές αρθρώσεις και σε δόντια, ίσως ακόμα νέκρωση κάποιου δοντιού ή σπάσιμο του. Φανταστείτε αν αυτό μπορεί να γίνει με ένα σφράγισμα, τι μπορεί να γίνει με μια σειρά σφραγισμάτων.

Αποδιοργάνωση στη σύγκλειση μπορούμε ακόμα να έχουμε μετά από εξαγωγές δοντιών, όταν τα κενά δεν αποκαθίστανται με σωστά κατασκευασμένες γέφυρες. Επίσης προβληματική σύγκλειση μπορεί να υπάρχει λόγω **ορθοδοντικών** ή **ορθογναθικών** ανωμαλιών.

Σαν προβληματική σύγκλειση δεν χαρακτηρίζουμε οποιοδήποτε τύπο σύγκλεισης ξεφεύγει από το ιδανικό. Για να προχωρήσουμε στον χαρακτηρισμό αυτό θα πρέπει να υπάρχουν ήδη εκδηλωμένα προβλήματα ή η διαταραχή να είναι τόσο μεγάλη που είμαστε σίγουροι ότι θα εκδηλωθούν. Η ικανότητα αυτορρυθμισμού του ανθρώπινου οργανισμού είναι τόσο μεγάλη, που συνεχώς ανατρέπει την εικόνα μας για το τι θεωρείται ασύμβατο με την ομαλή λειτουργία του.

Ορθοδοντικές είναι οι ανωμαλίες που αφορούν μονάχα τα δόντια ενώ στις **ορθογναθικές** έχουμε διαταραχές και στις γνάθους. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η υποπλασμένη κάτω γνάθος με το σχεδόν "ανύπαρκτο" πηγούνι και την εμφάνιση πτηνού που δίνει στους ασθενείς. Αρμόδιοι για την θεραπεία στις περιπτώσεις αυτές είναι οι ορθοδοντικοί, οι οποίοι θα αποφασίσουν αν χρειάζεται η βοήθεια και των γναθοχειρουργών. Το σημαντικό πάντως είναι να καταλάβουμε ότι όλες οι περιπτώσεις αντιμετωπίζονται, όλοι μπορούν να απολαύσουν μια αρμονική εμφάνιση κι ένα όμορφο χαμόγελο κι ότι η ορθοδοντική απευθύνεται σε παιδιά 10- 100 χρονών !!!

