

# Όμορφα χαμόγελα με ορθοδοντική

**ΠΟΤΕ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΕΙ ΣΕ ΟΡΘΟΔΟΝΤΙΚΟ ΤΟ ΠΑΙΔΙ; Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕ ΤΑ ΣΙΔΕΡΑΚΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΠΛΟΝΗ; ΑΥΤΑ ΕΙΝΑΙ ΜΕΡΙΚΑ ΑΠΟ ΤΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΣΑΣ ΑΠΑΣΧΟΛΟΥΝ ΟΤΑΝ ΒΛΕΠΕΤΕ ΟΤΙ ΤΑ ΔΟΝΤΙΑ ΤΟΥ ΟΛΟ ΚΑΙ ΣΤΡΑΒΩΝΟΥΝ. Ο ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ ΚΑΙ ΕΜΦΥΤΕΥΜΑΤΟΛΟΓΟΣ ΔΡ ΝΙΚΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΛΥΝΕΙ ΜΕΡΙΚΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΠΟΡΙΕΣ ΜΑΣ.**

Από τη Φωτεινή Παλληκαρίδου

**Π**οιος είναι ο κύριος λόγος που το παιδί πρέπει να καταφύγει στα σιδεράκια;

Τα προβλήματα των δοντιών που φαίνονται όταν χαμογελά το παιδί, μπορεί να το οδηγήσουν στο να χάσει την αυτοεκτίμησή του. Το παιδί μεγαλώνει έχοντας άσχημη εντύπωση για το χαμόγελό του και έτσι θα προσπαθεί να κρύψει τα δόντια του από τους άλλους, να δαγκώνει τα χείλη του ή να βάζει τα χέρια του μπροστά στο στόμα για να μη φαίνεται το πρόβλημα. Διορθώνοντας το χαμόγελο του παιδιού με ορθοδοντική θεραπεία, του δίνετε έναν άλλο αέρα αυτοπεποίθησης και εμπιστοσύνης στον εαυτό του. Ένα όμορφο χαμόγελο είναι ένα ουσιαστικό μέσο επικοινωνίας και κοινωνικών επαφών.

**Πότε θα πρέπει να αρχίσουμε τους ορθοδοντικούς ελέγχους;**

Τα παιδιά χρειάζονται ένα ορθοδοντικό έλεγχο, τουλάχιστον μέχρι την ηλικία των 7 ετών, αν και πολλοί πιστεύουν πως τα ορθοδοντικά σιδεράκια τοποθετούνται μόνο σε στόματα εφήβων.

Όμως, οι πλείστες περιπτώσεις ορθοδοντικής θεραπείας αρχίζουν σε αρκετά μικρότερη ηλικία και συνήθως μεταξύ 9-14 ετών. Αυτό συμβαίνει γιατί η ορθοδοντική θεραπεία πρέπει να αρχίσει όταν το παιδί αναπτύσσεται κι έτσι να έχει καλύτερα αποτελέσματα.

Γι' αυτό όλα τα παιδιά πρέπει να εξετάζονται από ορθοδοντικό μέχρι την ηλικία

των 7 ετών. Σ' αυτή την ηλικία έχουν και μόνιμα και παιδικά δόντια. Ο οικογενειακός οδοντίατρος μπορεί έγκαιρα να εντοπίσει τα προβλήματα που σχετίζονται με την εμφάνιση των δοντιών στο στόμα αλλά και με την αύξηση των οστών των γνάθων ακόμα κι όταν υπάρχουν παιδικά δόντια στο στόμα.

**Πόσο αναγκαία είναι η διόρθωση;**

Σίγουρα πρέπει να γίνεται ορθοδοντική διόρθωση των δοντιών που δεν είναι σωστά «τακτοποιημένα» επάνω στις γνάθους. Και πρέπει να γίνεται, γιατί τα πλεονεκτήματα είναι πολλά και σημαντικά. Καταρχήν τα δόντια που δεν είναι σωστά τοποθετημένα ή βρίσκονται πολύ κοντά μεταξύ τους ή εμφανίζουν στροφές και αποκλίσεις μέσα στο στόμα, είναι δύσκολο να καθαριστούν αποτελεσματικά, πράγμα που μπορεί να οδηγήσει σε ανάπτυξη τερηδόνας, ουλίπιδας ή και σε απώλεια τους. Ο κακός τρόπος δαγκώματος των δοντιών μεταξύ τους μπορεί επίσης να δημιουργήσει δυσκολίες στην ομιλία και στη μάσηση, να προκαλέσει έντονες και μη φυσιολογικές φθορές στις επιφάνειες τους και να οδηγήσει σε προβλήματα με τα οστά, τις αρθρώσεις των γνάθων και τα ούλα.

**Θα πρέπει να αλλάξει τις διατροφικές συνήθειες του το παιδί όταν έχει σιδεράκια;**

Ο οδοντίατρος του παιδιού ή ο ορθοδοντικός θα το ενημερώσει, ώστε να αποφεύγει κάποιες τροφές που μπορεί να προκαλέσουν ζημιές στα σιδεράκια και στα ορθοδοντικά σύρματα, όπως ο πάγος, οι ξηροί καρποί, το ποπ κορν και οι σκληρές καραμέλες. Επίσης είναι σκόπιμο να κόβονται οι σκληρές τροφές όπως τα μήλα, τα καρότα και το σκληρό ψωμί, σε τεμάχια μεγέθους μπουκιάς. Οι «συγκολλητικές τροφές» με ζάχαρη, όπως είναι οι τσιχλόφουσκες, μπορεί επίσης να προκαλέσουν ζημιές στα σιδεράκια και γι' αυτό πρέπει





να συνεννοηθείτε με τον οδοντίατρο του παιδιού ή τον ορθοδοντικό του.

#### **Πώς λειτουργούν τα σιδεράκια;**

Μία μικρή ευαισθησία κατά τη θεραπεία είναι αναμενόμενη. Τα σύγχρονα ορθοδοντικά μέσα όμως είναι πιο άνετα. Είναι κατασκευασμένα από υλικά που ασκούν σταθερή και ήπια δύναμη για να γίνεται πιο εύκολα η μετακίνηση των δοντιών και συνήθως χρειάζονται λιγότερες ρυθμίσεις. Αυτά μπορούν να μην είναι τόσο εμφανή ή ευδιάκριτα ώστε να είναι αντιαισθητικά, δεδομένου ότι οι αγκύλες-στηρίγματα, το κομμάτι δηλαδή, του ορθοδοντικού μηχανήματος που προσκολλάται σε κάθε δόντι, είναι μικρότερες και κάποτε προσκολλώνται και στη γλωσσική επιφάνεια των δοντιών για να μη φαίνονται. Επίσης τα σιδεράκια μπορεί να είναι διαφανή ή στο χρώμα του δοντιού. Ήδη χρησιμοποιούνται σύγχρονα υλικά, όπως οι κόνιες που απελευθερώνουν φθόριο (τα υλικά δηλαδή, που συγκρατούν τα ορθοδοντικά σιδεράκια πάνω στα δόντια) ώστε αυτά να διατηρούνται υγιή. Βέβαια, τα ορθοδοντικά σιδεράκια δεν πρέπει και δεν εμποδίζουν τις αγαπημένες δραστηριότητες ή το χόμπι των παιδιών. Ο ορθοδοντικός μπορεί να σας βοηθήσει να γίνουν πιο φιλικά και άνετα για το παιδί σας εφόσον αυτό παίζει κάποιο μουσικό όργανο ή ασχολείται με κάποιο άθλημα. Σε γενικές γραμμές πάντως, η επιτυχημένη ορθοδοντική θεραπεία προϋποθέτει μία σωστή και ενεργό συνεργασία μεταξύ ορθοδοντικού, οδοντίατρο και ασθενή αλλά και των γονιών του ασθενή. Αυτό σημαίνει πως οι ορθοδοντικοί ασθενείς που ακολουθούν τις οδηγίες και είναι συνεπείς στα ραντεβού τους με το γιατρό, θα τελειώσουν έγκαιρα τη θεραπεία και μάλιστα με πολύ καλά αποτελέσματα.

#### **Πόσο χρόνο χρειάζονται για να ισιώσουν τα δόντια;**

Αν και τα σχέδια θεραπείας εξατομικεύονται για κάθε παιδί, στις πλείστες περιπτώσεις πρέπει να φοριού-

νται τα σιδεράκια στο στόμα από 1-3 χρόνια και ανάλογα με τον τύπο του ορθοδοντικού προβλήματος. Στη συνέχεια έχουμε μία περίοδο σταθεροποίησης κατά την οποία ο ασθενής χρησιμοποιεί το λεγόμενο ορθοδοντικό «μηχάνημα» συγκράτησης, που συγκρατεί τα δόντια στις νέες τους θέσεις.

#### **Εκτός από το βούρτσισμα, πώς θα πρέπει το παιδί να φροντίζει τα σιδεράκια;**

Όταν το παιδί έχει σιδεράκια πρέπει να συνεχίζει την τακτική και σωστή φροντίδα των δοντιών του, να τα βουρτσίζει συχνά, σύμφωνα με τις οδηγίες του ορθοδοντικού, να χρησιμοποιεί καθημερινά νήμα και να επισκέπτεται τακτικά τον οδοντίατρο για έλεγχο. Τα σιδεράκια δεν πρέπει να αλλάξουν τη ρουτίνα της φροντίδας των δοντιών του στόματος, απλά χρειάζεται λίγο περισσότερος χρόνος ώστε να είμαστε σίγουροι πως τα δόντια και τα ούλα έχουν καθαριστεί σωστά.

1-3

**ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ  
ΦΟΡΑ ΤΑ ΣΙΔΕΡΑΚΙΑ  
ΤΟ ΠΑΙΔΙ, ΑΝΑΛΟΓΑ  
ΒΕΒΑΙΑ ΚΑΙ ΜΕ ΤΟΝ ΤΥΠΟ  
ΤΟΥ ΟΡΘΟΔΟΝΤΙΚΟΥ  
ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ ΠΟΥ  
ΕΧΕΙ ΜΕΤΑ ΤΟΝ  
ΤΟΚΕΤΟ**