

Algus lk 156

Kas uute nn valgusplomide puhul tohib kohe süüa, ei pea kaks tundi vahet pidama, nagu varem kästi?

Sõltub konkreetsest olukorrast, kuid ma siiski soovitan oma patsientidele pidada pärast arstilkäiku vähemalt tunnine vahe. See aeg on vajalik, et suus keskkond taastuks, hammas kohaneks uue olukorraga. Eriti kui on tehtud tuimestus, peaks laskma organismil natuke rahuneda.

Sööma peaks aga kindlasti enne hambaarsti külastust. Selleks on kaks põhjust. Tühja kõhuga on vere suhkruisisaldus madal ja patsient võib mõne protseduuri peale tootil kergesti ära minestada. Kindlasti tuleks enne süüa juhu, kui on oodata tuimestust.

Teisalt on tühja kõhuga süljevoolus suurem ning see võib protseduuri segada.

Väljendusin ennist valesti – harilikult ei kardeta hambaarsti ennast, vaid puurimist... Kas ilma puurita ei saa?

Ka Eestis on tehtud katsetusi laseriga. Kuid paraku võtab laserprotseduur väga palju aega ning läheb väga kalliks maksma.

Kas vanad nn hõbeplommid tuleks eemaldada? Arvatakse, et seal sisalduv elavhõbe eritub pidevalt ioonidena organismi.

Kui plomm ja hammas on terved, ei lagune kusagilt ehk siis plommi kõrvale pole tekkinud auku, on see plomm täiesti kahjutu. Elavhõbe on plommis keemilises ühendis ega erita mingeid osakesti. Alles siis, kui

arst hakkab seda plommi välja puurima, võib sealt erituda puurimistolmu, mille eest arst end maskiga kaitsma peaks.

Nn hõbeplommid peavad tõepoolest kaua vastu ja ka tänapäeval võib nende kasutamine mõningatel juhtudel olla asendamatu vajalik.

Samuti kasutatakse hambaravis kulda, kuid meie kultuuriruumis, kus kuldhammas ei ole staatuse sümbol, kaetakse see keraamilise krooniga.

Kui kaua nn valgusplommid kestavad?

Valgusplomide puhul on tähtis teha järelhooldus. Ehk siis hambaarsti juures tuleb käia vähemalt kord aastas ja arst vaatab ka nende plomide seisukorra üle. Vahel tuleb näiteks hammast poleerida. Korrapärase hoolduse korral ja hea suuhügieeniga inimesel võib niisugune plomm kesta kümme aastat.

Kord aastas peaks käima hambaarsti juures ka siis, kui mingit kaebust pole. Sest inimene ise sageli algusstaadiumis hambaauku ei taju. Kui patsient pole 2–3 aastat arstil käinud ja ütleb, et tal on suhu tekkinud kaks hambaauku, siis korrutan selle arvu kohe mõttes kahega. Kui inimene regulaarselt oma hambaid ei kontrolli ega ravi, läheb hilisem ravi mitmeid kordi kallimaks.

Kuhu suunas hambaravi areneb?

Kindlasti areneb edasi implantoloogia, mis on ka nüüdseks juba küllaltki täiuslikuks arenenud. Kuid pole sugugi kindel, et implantaat on tulevikus parim valik, pigem kohtab Euroopa konverentsidel käies neid uuringuid, mis on suunatud

oma hamba alleshoidmisele – seda peetakse parimaks ja õigeimaks valikuks.

Viimase 3–4 aastaga on ka hambaravisse tulnud sõna “nanotehnoloogia”, mille käigus hamba täitematerjalid muutuvad aina täiuslikumaks.

Unistuste ja uurimuste tipuks võib aga nimetada teadustöid hammaste kloonimise võimaluste arendamiseks – loodetakse aktiveerida olemasolevaid rakke, et organism ise kasvataks uue oma hamba.

Juba aastaid püütakse leida (leiutada) hambaaukude tekitajate vastast vaktsiini.

Kuidas veenda väikesepalgalisi Eesti inimesi regulaarselt hambaarsti külastama?

Hambaaukud ehk kaaries on klassifitseeritav nakkushaiguste hulka, mis levib peres hügieeni- nõuete eiramise tõttu. Seetõttu on vaja jõuda hambaravis ennetamiseni. Just lapsevanemate käitumine mõjutab lapse suuhügieeni. Laps ise ei saa ju oma toidulauale validaervislikke toite, ei taipa kasutada vaid oma lusikat jne. Seda kõike peab lapsevanem õpetama ja jälgima.

Meie oma kliinikus oleme alustanud sellest, et teeme juba rasedatele naistenõuandla hambaravikabinetis hügieenialast selgitustööd. Samuti soovime sisse tuua võimalused kaarieseriski taseme testimiseks.

Paraku on kõik konsultatsioonid, uuringud ja ravi tasulised, ning kui haigekassa süsteemile midagi ette heita, siis eelkõige rahalise toe puudumist hambaravi patsientidele.

KAJA PRÜGI

Kui terved on maainimese hambad?

Tartumaal Alatskivil enam kui kakskümmend aastat hambaarsti ametit pidanud Anu Annast lükkab ümber arvamus, nagu oleksid maainimestel hambad käest lastud.

“Kindlasti on neid, kes hoolitsevad hammaste tervise eest, ja on neidki, kes seda ei tee. Linnaski tuleb ette hambutuid suid. Kõik oleb kodust ja perest, inimeste eelistustest ja oskusest oma eelarvet planeerida,” rääkis Annast.

Nõuded hambaravikabinettidele ja põhiline tööks vajalik tehniline inventar on ühesugused nii maal kui linnas. Keerulisemate tööde või kirurgiliste protseduuride puhul on

võimalik patsient suunata spetsialisti juurde.

Anu Annast lükkab ümber linnalegendi, nagu laseksid maal osad inimesed valutava hamba tuimestusega välja tõmmata, säästes süsti pealt neli eurot.

“Minu 22 tööaasta jooksul pole keegi lasknud hammast tuimestusega välja tõmmata ja keegi pole abita jäänud. Sageli toimuvad ka tava- protseduurid patsientide soovil tuimestusega, vältimaks ebamugavust ja valu,” tõdes Annast.

Maapiirkonnas on eeliseks asjaolu, et suhe arsti ja patsiendi vahel on isiklikum, üksteist tuntakse ja

suheldakse ka väljaspool kabinetti. Seetõttu on hammaste profülaktiline läbivaatus väga sageli harjumuspärane protseduur.

Laste hammaste olukorrast rääkides mõnisk tohter, et kõik sõltub kodustest hügieeniharjumustest ning koostööst kooli ja sotsiaalpedagoogidega. “Laste puhul ei saa rääkida pere majanduslikust olukorrast, kuna tasustamine on haigekassa poolt. Õigeaegne hambaarsti külastamine ja harjumuse kujundamine saab alguse ennekõike kodusest suhtumisest.”

VAMBOLA PAAVO