

Tekst: TEJA LAVRENČIČ IN BARBARA ŽNIDAR  
Foto: SAŠA HES  
Kreativni vodja: BARBARA ŽNIDAR IN SAŠA HES  
Ličenje: MIRJAM MIHELČIČ KOREZ,  
MAKE UP STUDIO ŽIVA CENTER  
Model: LJUBINKA (MODEL GROUP)  
C. g.: AMATER



# belo kot KAMEN, KOST

Se še spomnite obreda iz otroštva? Zobek, ki si ga zvečer skrbno položil pod blazino, je miška zamenjala za denar. No, časi se spreminjajo in miške (ali zobne vile) zobkov ne bodo več odnašale, temveč prinašale. S sodobnimi zobozdravstvenimi posegi pa si lahko že zdaj omislite bleščeč nasmeh.

Znanstveniki so našli dokaze o tem, da so ljudje že pred 9000 leti redno obiskovali zobozdravnike. Zobje prazgodovinskih ljudi, ki so jih našli na pokopališču v Pakistanu, kažejo jasne znake tovrstnih posegov. Skupina raziskovalcev z univerze Poitiers v Franciji je našla skupno 11 kosov navrtanih zob s permanentnimi kronami, na enem izmed njih so celo vidne sledi odstranjevanja zobnega kamna in rezanja v zobno steno. Na štirih zobeh so našli sledi razpada, kar je bila posledica neprimernega zdravljenja. Med drugim so znanstveniki v najdišču odkrili svedre, izdelane iz kosti, školjčnih lupin, biserov in turkizov. No, današnji zobozdravstveni in protetični pripomočki so veliko bolj prefinjeni. Strokovnjaki pa so si edini: ni vse v bleščeči belini. In ne gre le za obdelavo posameznih zob: pomemben je celoten vtis, harmonija obraza glede na simetrijo, odtenke in proporce. Nekateri aktualni »specialitete« nam je razkril Jurij Žargi, dr. dent. med., iz ordinacije v Bežigradskem dvoru, na Peričevi 31 v Ljubljani.

### **NOVE POTI DO BREZHIBNE BELINE**

#### **Katera metoda za beljenje zob je trenutno najaktualnejša?**

Terapevtska luč in belilni geli. Zobje se tako lahko običajno pobelijo za pet ali šest odtenkov.

#### **Kratek opis posega:**

Na dlesen nanesejo posebno zaščitno, ki ščiti dlesen pred beljenjem, ki s terapevtsko lučjo traja trikrat po 15 minut. Pred vsakim obsevanjem je treba zobe razmastiti in nanesti belilni gel, ki se aktivira s terapevtsko lučjo. S tem se je začel postopek za beljenje, ki ga pacient nadaljuje še nekaj noči doma z belilnimi geli, ki si jih nanaša v posebej zanj narejene opornice iz prozorne plastike. Karbamid peroksid v gelu omogoča molekulam kisika, da prodirajo v zob in delujejo na proteine v sklenini. Živo tkivo se lahko odzove, zobje lahko skelijo nekaj dni, a se ne poškodujejo.

**Trajanje posega:** 1 ura

**Okvirna cena:** 150.000 tolarjev (pribl. 630 EUR)

#### **Morebitne omejitve:**

Priporočljivo je, da ima pacient sanirano zobovje brez zobnega kamna. Ni priporočljivo za nosečnice in doječe matere.

### **KERAMIČNE LUSKE ZA POPOLN NASMEH**

#### **Kratek opis posega:**

Keramične luske so tanke plasti keramike, ki jih s keramičnim cementom prilepijo na obstoječe zobe in s tem izboljšajo njihovo obliko, položaj in barvni odtenek. Z njimi prekrijemo obrabljene, obškrbljene, zabarvane zobe. Zobje belino izgubljajo zaradi starostnih procesov, kajenja, pitja rdečega vina, pravih čajev, kave, soka iz rdeče pese. Da bi luske lahko pritrdili, je treba zob zbrusiti za milimeter. To je manj, kot pri brušenju za prevleke. Postopek poteka pod lokalno anestezijo.

#### **Trajanje posega:**

Dva obiska pri zobozdravniku.

#### **Po kolikem času je treba poseg ponoviti?**

Luske trajajo vse življenje in ne spreminjajo odtenka.

**Okvirna cena:** 80.000 tolarjev (pribl. 330 EUR) za eno lusko (veneer)

### **KONEC BREZZOBE STAROSTI?**

Časi zobnih protez bodo kmalu mimo, za kar se bomo lahko zahvalili novi tehnologiji izvornih celic, iz katerih bodo ljudem zrastle novi, nadomestni zobje. Znanstveniki so za napredovanje pri razvoju zob, s katerimi bi zapolnili luknje v ustih brez umetnih zob, mostičkov ali sintetičnih vsadkov, razpisali nagrado 500.000 funtov (748.000 EUR). Tako se pri podjetju Odontis, ki so ga ustanovili na univerzi King College v Londonu, nadejajo, da jim bo s svojimi uspehi, po uspešnem testiranju na miših, uspelo tehniko kmalu preskusiti tudi na ljudeh. Tehnologija deluje na podlagi prilagajanja izvornih celic, torej »glavnih celic«, ki jih je mogoče programirati v kakršnokoli tkivo. Strokovnjaki v laboratorijih modificirajo izvorne celice in jih nato vsadijo nazaj v pacientove dlesni, kjer manjka zob. Profesor Paul Sharpe, strokovnjak za

si ga  
njala  
obne  
išale.  
ahko

genetske raziskave, upa, da bo tehnika v dveh mesecih omogočila rast popolnega novega zoba. Pojasnil je, da so postopek že uspešno testirali na miših, sedaj pa upajo, da ga bodo v prihodnjih dveh letih lahko začeli testirati na ljudeh. Da bo tehnika popolnoma odobrena za širšo javnost, pa lahko traja tudi do pet let. No, nadajamo se, da je v tem vsaj kanček resnice, sicer nas pred »brezzobo« starostjo lahko reši le sodobna protetika. Morda tudi ona pripravlja kakšne blagodejne novosti. Katere? Nedvomno brezkovinski porcelan, zatrjuje dr. Jurij Žargi. Kar se pa tiče izvornih celic, so bili začetni uspehi za zdaj dokazani samo na kočnikih, vendar se za obstojnost teh zob še ne ve. Sprednjih zob pa z izvornimi celicami doslej ni uspelo nadomestiti še nikomur.

### PRESKUŠAMO

Narava me je na srečo obdarila z zdravimi zobmi. Amalgamske plombe so se držale zob brez škode kar nekaj desetletij, dokler jih niso zamenjali beli porcelanski »inleji«, edino osmice so se zelo kmalu prav vse poslovile, saj zanje v čeljusti preprosto ni bilo prostora. Le nasmeh je postajal vedno manj bleščeč. Kljub svarilom o skelenju, občutljivosti na hladno in toplo, kislino in sladko, sem si zaželela holivudskega nasmeha, četudi malo bolj »kislega«. Tudi ko sem se znašla na zobozdravniškem stolu našega tokratnega sogovornika, nisem niti trznila. Z zanimanjem sem poslušala, kako bo beljenje potekalo, ter se prepustila tretmaju. Po čiščenju in peskanju zob, kar me je z drobnim prahom pokrilo po vsem obrazu, je sledilo »obredno« umivanje. Potem pa k stvari. Rezultat zaščite mehkih obrobni tkiv je bil pravo remek delo. Potem so mi natakili »mučilno« napravo, ki

Uporaba zobne nitke je v Sloveniji še vedno bolj podobna znanstveni fantastiki kot vsakodnevni praksi. Dekleta iz serije Seks v mestu so se absolutno zgrozile nad osebki, »who doesn't floss!«, pri nas pa je to še popolnoma običajno; tudi zato, ker tudi šibkejši spol pri uporabi ni tako dosleden. Da spada v OSNOVNO higieno, je jasno. Je stvar vzgoje, poučenosti in zavedanja o koristnosti uporabe. Zobne nitke so na voljo tudi v slabše založenih trgovinah! Da ne bo izgovorov.

drži usta odprta in popolnoma »razgali« zobe. Ne vem, ali ravno zdrži primerjava s španskim škornjem, prav udobna pa zagotovo ni. Sledil je nanos gela in nevarno bližanje pošasti iz Zvezdnih stez. Ko je ta odprla svoje oko, so bili moji zobje osvetljeni z nezemsko svetlobo. (Za realiste: naprava se imenuje zoom® whitening lamp). Trikrat po petnajst minut se je raztegnilo v neskončnost, ko se človek z razprtimi čeljustmi lahko prepusti le zelo enakomernemu ritmu dihanja, oteženem požiranju ter neprijetnemu žuborenju iz cevke, ki sesa neprekinjeni tok slin. No, če drugega ne, lahko med tem časom v mislih naredi načrt obveznosti za ves mesec naprej, se spokori za vse napake, ki jih je naredil, in odkrije novo verzijo recepta za libanonski tabulleh.

Seveda je sledilo beljenje zob tudi doma. Opremljena s plastičnimi nastavki za zobe, narejenimi po mojih »originalih«, sem si pridno nekaj večerov, kolikor je predvideno, nanašala pred spanjem gel. Skelenja ponoči ni bilo. Poljubov mojega predragega, ki ni ravno ljubitelj »telovadb« po plastiki, tudi ne. Skelenja pa tudi podnevi resnično skoraj nič! Hvala DNA, ki me je obdarila s takim zobovjem! Seveda pa je bil tudi nasmeh vedno bolj bleščeč. Zaradi bleska moje beline sicer (na srečo) nobeden ne bo oslepel, vendar je razlika resnično očitna! B.Ž. □

### Morda niste vedeli

● Ameriški znanstveniki so ugotovili, da si bacili, ki jih je mogoče najti v zobnih oblogah, lahko utrejo pot do pljuč in povzročijo pljučnico, predvsem pri starejših ljudeh. Ne glede na to, da je bila obsežnost študije precej omejena, znanstveniki zatrjujejo, da so pri kar osmih pacientih, ki so za pljučnico zboleli v bolnišnici, našli jasne dokaze o tem, da obolenje izvira iz njihove zobne obloge. »Gre za prvo študijo, ki je vzpostavila jasno povezavo med zobno higieno in infekcijami dihal,« je povedal dr. Ali El-Solh z univerze Buffalo v New Yorku, ki je vodil raziskavo.

● Pri kariesu bakterije povzročajo luknje in fisure v zobovju, medtem ko gre pri zobni eroziji za poškodbo zaradi delovanja kislin. Raziskovalci z univerze Dundee so ugotovili, da se v nekateri zelenjavi, denimo v čebuli in papriki, med pečenjem v pečici poveča količina kisline, kar negativno vpliva na zobe. Hkrati je neka druga študija pokazala, da postajajo zobne razjede, ki jih povzroča kislina hrana, enako nevarne in pogoste kot zobne razjede, ki jih povzroča sladkor. Zobna erozija je posledica napačne zobne higiene, uporabo preveč abrazivnih zobnih past, premočnega drgnjenja, uživanja gaziranih pijač, sadnih sokov, pa tudi nekaterih vrst sadja in solat. Kar neverjetnih 30 do 43 odstotkov 25- do 50-letnikov ima erozijo, in te je v sodobnem času vse več. Zato strokovnjaki menijo, da je kislina hrana eden glavnih dentalnih problemov 21. stoletja, še posebej zaradi vse pogostejših zelenjavnih diet. Kako ukrepati: pol ure po jedi si vsakič temeljito očistite zobe, pri zobni higieni si pomagajte tudi z gelom, ki vsebuje fluorid. Škodljive kisline učinkine pa lahko nevtralizirate tudi z mlečnimi izdelki.

● Študija, ki jo je vodil profesor Wolfgang Arnold z univerze Witten/Herdecke, je pokazala, da so imeli ljudje v srednjem veku, v nasprotju s splošnim prepričanjem, veliko boljše zobe od nas. Vzrok? Obroki so bili v glavnem sestavljeni iz presne zelenjave in žit, ki jih skoraj nikoli niso namakali v mleku. Prav tako so zaužito hrano bolje prežvečili in tako znatno zavrli razpadanje zob.

● Švedski znanstveniki z univerze Umea so leta 2004 odkrili zanimivo povezavo med človekovim spominom in njegovimi zobmi: ljudje, ki jim je bilo treba iz kakršnih koli razlogov izpuliti enega ali več zob, imajo slabši spomin, predvsem pri opravljanju najbolj vsakdanjih aktivnosti. Zob, ki izpade samostojno - brez pomoči zobozdravnika, na primer zaradi bolezni, pa naj ne bi vplival na človekovo pomnjenje.

● Titan, ki so ga uporabljali za vsadke, v nekaterih ordinacijah po svetu zamenjujejo s keramiko (cirkonoksidom), ki so jo sicer že uporabljali za krone in mostičke. Doktor Ulrich Volz iz nemškega Konstanza, ki zobe iz tega materiala vdeluje s tehniko, ki jo je sam izpopolnil, je nad rezultati navdušen: dlesen ob takem implantantu raste tako visoko kakor ob naravnem zobu, manj je vnetij, alergičnih reakcij pa še ni doživel. Tak biokompatibilni keramični zob v enem kosu pritrdi na kost, operacija traja le eno uro.

● S kozmetično kirurgijo dlesni, komentira naš sogovornik dr. Jurij Žargi, lahko preoblikujemo celovito podobo obraza. Nizke dlesni, ki zakrivajo zobe, marsikoga zelo motijo. Vedno več odraslih se odloča tudi za zobne aparate. Pogoji: zdravi zobje, dlesni in obzobna tkiva.