

### הגיינה – צחצוח שיניים ואורתודונטיה.

רבים מהמטופלים ביישור שיניים ע"י סמכים (גשר) שאינם מקפידים על כללי הגיינה מפתחים דלקת חניכיים. ההורים והמטופלים מופתעים לשמוע על כך מהצוות: מה?! יש לילד דלקת חניכיים? הוא צריך אנטיביוטיקה? **ד"ר למה אתה כל פגישה מדבר על צחצוח שיניים?**

**צחצוח קבוע ונכון הוא הבסיס לשמירה על בריאות השיניים והחניכיים. כלל זה נכון תמיד אולם במשך הטיפול האורתודונטי הוא נכון שבעתיים. למה?**

1. הכוח המופעל בטיפול האורתודונטי יוצר שרשרת תגובות ביולוגיות המאפשרות תזוזות שיניים. במידה וקיימת דלקת זיהומית מהצטברות חיידקים בחניכיים תזוזת השיניים עלולה לגרום לנזק לחניכיים, לאיבוד עצם לנסיגת חניכיים בלתי הפיכה. **הנזק למרבה הצער עלול להיות מהיר.**
2. בגלל צורתו, המכשור המודבק על השיניים צובר שאריות אוכל וחיידקים - הנקראים פלאק הרבה יותר משן טבעית וחלקה. בנוסף לכך, המכשור המודבק לשן מרחיק את השפתיים מפני שטח השן ולא מאפשר ניקוי טבעי ע"י תנועת השפתיים.
3. הסמכים מודבקים באזור הקרוב לחניכיים (במיוחד בשיניים הקטנות) מסיבות של יעילות מכנית. כתוצאה מכך נוצר אזור צר מאד בין החניכיים לסמך שהוא מלכודת טבעית לפלאק. אם לא נסלק ביעילות את הפלאק, מהר מאד תפתח דלקת חניכיים שמתבטאת בנפיחות אודם ודימום במגע וצחצוח. **למרבה הצער דווקא אז כשהכי חשוב לצחצוח, מטופלים רבים נרתעים מלצחצח אזור נפוח וכואב ומדמם וכתוצאה מכך הדלקת מחמירה.**
4. הצטברות הפלאק מסיבה לסמכים ובינם לבין החניכיים יוצרת התפתחות מהירה של רקבון- עששת שמתחילה ככתמים לבנים שהופכים לצהובים חומים ולבסוף מופיע החור.
5. עם התקדמות הטיפול האורתודונטי אנו רוצים לבצע שינויים קלים על מנת להגיע לאסטטיקה מירבית. במידה ויש להדביק סמך שנפל או שנרצה להזיז לא ניתן לבצע זאת בתנאי דימום מאחר והדם מזהם את הדבק ולא מאפשר הדבקה איכותית. מסיבות אלו לעיתים רבות קשה ואף לא ניתן לבצע גימור יפה ומדויק של עמדות השיניים והחניכיים בנוכחות דלקת ודימום.
  - איך מזהים חניכיים דלקתיות? **נפיחות החניכיים ומראה ספוגי ללא גבול ברור, דימום במגע קל/צחצוח ואודם תמידי, כאב במגע/צחצוח.**
6. במקרים קשים של נזק לשיניים ולחניכיים אין ברירה ועל האורתודונט להסיר את המכשור על מנת שלא תהיה פגיעה נוספת בשיניים ובחניכיים והעצם. לעיתים יש להסיר כירורגית את החניכיים הנפוחות בכדי לאפשר למטופל גישה לניקוי נכון.
7. צחצוח נכון (כ 5 דקות פעמיים ביום) לאחר הדרכה מקצועית ימנע דלקת. במידה והתפתחה כבר דלקת ברב המקרים צחצוח נכון יחזיר את החניכיים לבריאות ללא צורך האנטיביוטיקה.
8. אנו ממליצים לאחר הדבקת הסמכים להגיע לניקוי והדרכה מקצועית אצל שיננית אחת ל 3-6 חודשים במשך הטיפול
9. ולסיכום - **מי שלא מנקה את השיניים בצורה מושלמת עדיף שלא יעבור טיפול של יישור שיניים, מאחר ובריאות השיניים קודמת.**