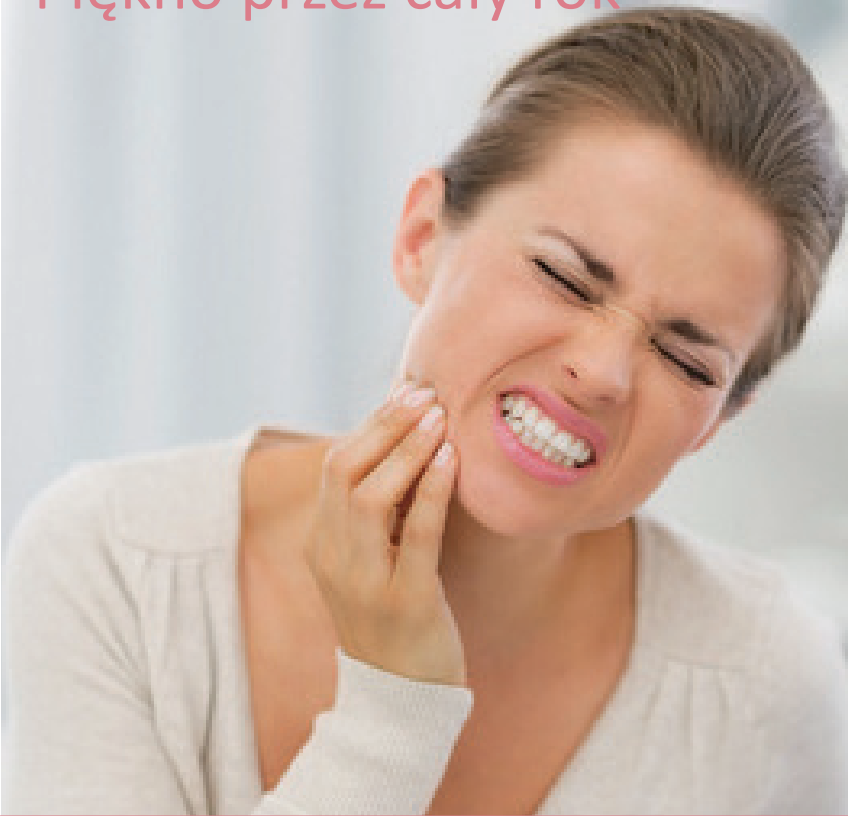


Dr Styczeń radzi

Piękno przez cały rok



BRUKSIZM

czyli zęby w niebezpieczeństwie!

Bruksizm dotyka najczęściej osoby wrażliwe, zestresowane, mające problemy rodzinne lub piastujące wysokie i odpowiedzialne stanowiska. Pacjenci są często zupełnie nieświadomi istnienia tej choroby i o tym, że mimowolnie ścierają zęby dowiadują się zwykle dopiero od stomatologa.

Bruksizm (z greckiego: zgrzytanie zębami) to medyczny termin określający niekontrolowane, mimowolne zaciskanie zębów i/lub zgrzytanie nimi. Zmaga się z nim ogromna grupa pacjentów.

Bruksizm daje o sobie znać najczęściej w nocy, podczas snu oraz w sytuacjach stresowych. Prowadzi do pęknięcia szkliwa i ścierania zębów oraz do ich wyraźnego osłabienia, a czasem nawet

rozchwiania. Może również powodować zmiany zwyrodnieniowe w stawach skroniowo-żuchwowych. Dzieje się tak, ponieważ w momencie, gdy dochodzi do mimowolnego zaciskania zębów, człowiek zaciska je nawet do 10 razy silniej niż podczas przeżuwania pokarmu.

Choroba ta często leży u podłoża niezdiagnozowanych, przewlekłych bólów głowy, dolegliwości bólowych karku oraz mięśni obręczy barkowej. Nocne zgrzy-

tanie zębami często wywołuje również frustracje i zaburzenia snu u partnerów śpiących w tym samym pomieszczeniu.

RÓŻNE PRZYCZYNY

Przyczyną bruksizmu jest nadmierne napięcie mięśni żwaczy i mięśni skroniowych, które najczęściej spowodowane jest stresem i napięciem emocjonalnym. Napięcie to jest nieuświadomiane i niekontrolowane przez pacjenta. Czę-

sto jedynym dostrzeganym objawem choroby jest poranny ból głowy, zuchwy lub szcęk.

Bóle głowy w przypadku bruxizmu powstają w wyniku wzmożonego napięcia mięśni głowy i szyi. Źródłem tego napięcia są nadmierne, często asymetryczne przeciążenia w obrębie narządu żucia. Po-

LECZENIE

Konwencjonalna metoda leczenia bruxizmu polega na stosowaniu specjalnych nakładek na zęby oraz szyn relaksacyjnych, które zakładane są przez pacjentów na każdą noc. Są one wykonywane zawsze indywidualnie, czyli „na miarę”. Stomatolog pobiera najpierw wyciski

od jej podania. Co prawda pierwsze korzystne zmiany są już widoczne przeważnie po 2-3 dniach, ale pełny efekt rozwija się w ciągu 2 tygodni i utrzymuje przez kilka miesięcy.

KORZYSTNE EFEKTY

Stosowanie botoksu powoduje wyraźne zmniejszenie lub całkowite ustąpienie niekorzystnych objawów bruxizmu. Pacjenci przestają zgrzytać i ścierać zęby, a siła ich mimowolnego zaciskania ulega znacznemu złagodzeniu. Bóle głowy mijają lub stają się o wiele łagodniejsze i znacznie rzadsze.

Jeżeli zależy nam na podtrzymaniu korzystnych efektów działania toksyny botulinowej, kolejny zabieg warto wykonać po zaobserwowaniu słabnięcia efektu poprzedniej iniekcji.

Bardzo często, po ponownym wstrzyknięciu toksyny, obserwuje się dłuższy efekt jej działania. Przy kolejnych iniekcjach botoksu wstrzykujemy go bowiem w mięśnie, który przez kilka ostatnich miesięcy nie pracowały tak intensywnie, jak poprzednio, w związku z czym ich masa uległa zmniejszeniu. Powoduje to, że efekty kolejnych zabiegów utrzymują się dłużej.

Bardzo skuteczną metodą leczenia bruxizmu jest toksyna botulinowa, czyli popularny botoks.

wodować je mogą wady zgryzu, źle dopasowane plombi, mostki, protezy, korony albo bardzo częste żucie gumy.

Wiele osób cierpiących na bóle głowy w okolicy skroniowej i czołowej uważa je za migrenę. W rzeczywistości bardzo często dolegliwości te są spowodowane właśnie bruxizmem.

Nieświadome zaciskanie zębów jest schorzeniem psychosomatycznym, podobnie jak np. choroba wrzodowa żołądka. Najważniejszym czynnikiem sprawczym jest więc tutaj czynnik emocjonalny.

PRZYKRE OBJAWY

Bruxizm może powodować bardzo wiele przykrych objawów, w tym takie, które niekoniecznie są związane bezpośrednio z narządem żucia. Oprócz bólów głowy, najczęściej obserwuje się ścieranie zębów i pęknięcie szkliwa, rozchwianie zębów, zaniki przyzębia, krwawienia dziąseł, przygryzanie policzków lub języka, bolesność okolicy stawów skroniowych lub kąta zuchwy oraz trzaski i przeskakowanie zuchwy przy szerokim otwieraniu ust.

Niektórzy pacjenci skarżą się na okresowo występujące nieostre widzenie, objawy suchego oka, szum w uszach lub zaburzenia równowagi.

Z estetycznego punktu widzenia, bruxizm często prowadzi do zmiany rysów twarzy – twarz staje się „kwadratowa”, „męska”, z silnie zarysowaną linią zuchwy. Dzieje się tak, gdy dochodzi do przerostu mięśni żwaczy, w wyniku ich stałego, nadmiernego napięcia.

zębów i na ich podstawie przygotowuje odpowiednią nakładkę lub szynę. Mają one izolować zęby od siebie w trakcie snu i uniemożliwiać ich ścieranie. Wielu pacjentów nie akceptuje jednak takiej formy leczenia.

Korzystne efekty daje zmiana trybu życia, systematyczna aktywność fizyczna, psychoterapia, fizjoterapia oraz nauka i stosowanie technik relaksacyjnych. Niektórzy pacjenci korzystają z leków uspokajających.

Skuteczną metodą leczenia bruxizmu jest toksyna botulinowa, czyli popularny botoks. Jego obustronnie podawanie do mięśni żwaczy znacząco zmniejsza ich napięcie. Co istotne, odbywa się to bez negatywnego wpływu na ich funkcjonowanie i zdolność do przeżuwania pokarmów. Już po krótkim czasie od podania botoksu znika objaw niepożądanego zgrzytania zębami, a rysy twarzy w okolicy kątów zuchwy ulegają złagodzeniu.

JAK WYGLĄDA ZABIEG?

Przed wstrzyknięciem botoksu do mięśni żwaczy nie stosuje się żadnego znieczulenia, ponieważ zabieg jest praktycznie bezbolesny. Przez kilka godzin po podaniu botoksu miejsca wkłucia mogą być lekko tkliwe. Możliwe jest także wystąpienie zasinień, ale w praktyce zdarza się to niezwykle rzadko.

Pacjent może wrócić do pełnej aktywności życiowej i zawodowej od razu po wyjściu z gabinetu.

Efekt działania toksyny botulinowej można ocenić najwcześniej po 14 dniach



O AUTORZE

DR PRZEMYSŁAW STYCZEŃ

Lekarz medycyny estetycznej, absolwent Akademii Medycznej w Katowicach, absolwent Podyplomowej Szkoły Medycyny Estetycznej PTL, członek Polskiego Towarzystwa Medycyny Estetycznej i Anti-Aging, członek-założyciel Polskiego Towarzystwa Leczenia Ran. Autor wielu artykułów prasowych z zakresu medycyny estetycznej. Swoją wiedzę na temat najnowszych osiągnięć medycyny estetycznej systematycznie pogłębia, uczestnicząc w licznych szkoleniach i warsztatach oraz w konferencjach i kongresach – zarówno krajowych, jak i zagranicznych. Prowadzi gabinet medycyny estetycznej w Warszawie.
tel. +48 608 555 664
e-mail: witam@drstyczen.pl
www.drstyczen.pl
www.mezoterapia.pl
<https://www.facebook.com/DrStyczen>