

Nie powinno nikogo dziwić, że w rozwoju prawidłowego zgryzu i ładnych rysów twarzy, kluczowy jest okres dzieciństwa. To czas, kiedy każdy człowiek rośnie, rozwijają się więc również kości jego twarzoczaszki. Nie każdy natomiast wie, że etap ten w 99 proc. realizuje się do ok. 10 roku życia! Dlatego jak mówi lek. stom. Kamila Wasiluk – ortodonta z warszawskiej kliniki L'experta, autorka bloga Mama Ortodonta, okres przedszkolny i wczesnoszkolny jest najlepszym momentem na korygowanie występujących w tym względzie nieprawidłowości. Bardzo istotne jest również to, że do leczenia należy podejść interdyscyplinarnie, a więc nie tylko poprzez leczenie ortodontyczne, ale również eliminując inne czynniki środowiskowe i ćwicząc odpowiedni tor oddychania oraz postawę jamy ustnej. Dzięki temu w przyszłości młody człowiek będzie miał nie tylko prawidłowy zgryz i proste zęby, ale również ładne rysy twarzy oraz będzie cieszył się w dużym stopniu dobrym zdrowiem i kondycją psycho-fizyczną.

Jak mówi lek. stom. Kamila Wasiluk – ortodonta z warszawskiej kliniki L'experta, autorka bloga Mama Ortodonta, okres wzrostu u dzieci to najbardziej odpowiedni moment na korygowanie występujących w rozwoju ich szczęki i żuchwy nieprawidłowości, ponieważ takie postępowanie będzie przynosiło najbardziej naturalne i trwałe efekty. - *U dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym możemy zastosować najbardziej optymalne tzw. leczenie przechwytyjące, które polega na rozpoznaniu i „przechwyceniu” wady zgryzu w jej początkowej fazie rozwoju oraz zastosowaniu leczenia, mającego na celu zmianę kierunku wzrostu twarzy, tak aby zahamować rozwijającą się deformację łuków zębowych i twarzoczaszki dziecka. Jeśli pozostawimy kilkulatka z wadą zgryzu bez leczenia ortodontycznego, do czasu pojawienia się wszystkich zębów stałych, może ona pogłębić się na tyle, że będzie trudno osiągnąć bardzo dobre efekty późniejszego leczenia i wpłynąć na wygląd twarzy. Mogą one być mniej satysfakcjonujące niż gdyby zareagowano wcześniej. Dlatego tak ważne jest obserwowanie rozwoju dziecka i podjęcie leczenia na jak najwcześniejszym etapie – wyjaśnia specjalistka.*

Co wiąże się z nieprawidłowym rozwojem zgryzu?

Jest to o tyle istotne, że wady zgryzu i wiążący się z nimi niekorzystny rozwój wyglądu twarzy są jednymi z kilku objawów deformacji czaszkowo-twarzowych, pojawiających podczas nieprawidłowego wzrostu dziecka. To wierzchołek góry lodowej. Inne objawy dołączające się później to m.in. problemy laryngologiczne, bezdech senny i związane z nimi problemy układu sercowego, a także behawioralne (gorsza koncentracja i zdolności uczenia się oraz sterowania emocjami), choroby stawu skroniowo żuchwowego, zmiany w szyjnym odcinku kręgosłupa i w dalszych jego częściach. Sterując więc prawidłowym wzrostem kości twarzoczaszki w okresie dzieciństwa, wpływamy również na lepszy rozwój w powyższych względach.

Na jakie niesprzyjające czynniki zwracać uwagę?

Ekspertka dodaje, że najlepszym sposobem na skorygowanie nieprawidłowości i przestawienie rozwoju zgryzu dziecka na prawidłowe tory jest nie tylko leczenie go aparatami, ale również co istotne równoległe skoncentrowanie na wyeliminowaniu przyczyn powstającej wady zgryzu. - *Powinno się brać pod uwagę czynniki środowiskowe, które są od nas zależne i mamy na nie wpływ, a więc zwracać uwagę na to czy dziecko ma alergie, czy ma przerosnięte migdały, czy nie ma częstych infekcji górnych dróg oddechowych, a przez to nie może oddychać przez nos, czy nie towarzyszą mu szkodliwe nawyki np. ssanie kciuka, przedłużone ssanie smoczka lub obgryzanie ołówków, kredek itp. Wszystko to w dużej mierze przyczynia się do złego rozwoju szczęki i żuchwy, a co ważne możemy temu skutecznie przeciwdziałać! Zawracajmy również uwagę na wady wymowy, problemy z żuciem, gryzieniem tzw. polykaniem z tłoczeniem języka między zęby, moczenie nocne, zgrzytanie lub zaciskanie zębów, czy przedwczesną utratę zębów mlecznych z powodu próchnicy lub urazu, ponieważ są to niepokojące sygnały, które mogą również wskazywać na nieprawidłowy rozwój zgryzu – wymienia lek. stom. Kamila Wasiluk.*

Ortodontka wyjaśnia, że gdy wyeliminujemy powyższe czynniki i zaczniemy leczyć dziecko ortodontycznie aparatami, powinniśmy również zwrócić uwagę na dwie dodatkowe ważne kwestie: sposób jego oddychania i postawę jamy ustnej. – *Jeśli chcemy, aby terapia była naprawdę skuteczna, przynosiła trwałe efekty, trzeba dziecko nauczyć jak prawidłowo oddychać i utrzymywać zamkniętą postawę jamy ustnej z językiem spoczywającym na podniebieniu. Wtedy na stałe przyjmie ono*

pozycję, która nie tylko przyczyni się do poprawy istniejącego stanu, ale zawsze będzie sprzyjała jego wyglądowi i zdrowiu.

Właściwe oddychanie przez nos jest bardzo ważne dla prawidłowego rozwoju zgryzu i ogólnego zdrowia. Nie każdy wie, że oddychanie przez usta jest główną przyczyną powstawania wad zgryzu. To przez stale uchyloną buzię i nisko ułożony język na dnie jamy ustnej zamiast na podniebieniu rozwój szczęki, a co za tym idzie również zuchwy, jest nieprawidłowy. Jeśli od najmłodszych lat podczas wzrostu dziecka, jego usta są otwarte, jego łuki zębowe staną się węższe niż mogłyby być i nie będą w stanie pomieścić prawidłowo wszystkich zębów stałych, czego rezultatem będą słoczenia. Twarz w wyniku takiego rozwoju rośnie w kierunku pionowym, jest dłuższa i bardziej pociągła. Przez nieprawidłową postawę jamy ustnej, u dziecka powstanie wada zgryzu. W skrajnych przypadkach, może ona być na tyle nasiloną, że pacjent może wymagać operacji ortognatycznej. Poza tym oddychanie przez usta zamiast przez nos przyczynia się również do rozwoju astmy, nieżytu nosa, chrapania i obturacyjnego bezdechu sennego, problemów behawioralnych, czy też przerośniętych migdałków. Niestety, obecnie bardzo dużo dzieci oddycha nieprawidłowo. Wielu kilkulatków (szacuje się, że jest ich nawet 70-80 proc.) chodzi na co dzień z otwartą buzią i ma niewłaściwy tor oddychania.

Także prawidłowa postawa jamy ustnej jest warunkiem nie tylko rozwoju dobrego zgryzu, ale również ładnych rysów twarzy oraz właściwych funkcji takich jak dobra wymowa i szerokie drogi oddechowe. Język i mięśnie jamy ustnej są naszymi naturalnymi aparatami, wywołującymi siły, które wpływają na układ i wzrost narządu żucia. Jeśli ich pozycja spoczynkowa jest zła, cała reszta też będzie rozwijać się nieprawidłowo. Dlatego należy ją korygować już od najmłodszych lat.

Jak eliminować nieprawidłowości?

Na wiele niekorzystnych czynników mamy wpływ i powinniśmy z nimi walczyć. Jeśli sytuacja tego wymaga, dziecko powinno być pod opieką nie tylko ortodonta, ale również alergologa, laryngologa, logopedy czy fizjoterapeuty. Równoległe z terapią ortodontyczną powinny być wprowadzone terapie wspomagające ogólne zdrowie dziecka.

- Wiem, że dla rodzica zaakceptowanie tego, że wyleczenie wady zgryzu jego dziecka nie powinno polegać tylko na założeniu aparatu czasami bywa trudne. Taka ścieżka postępowania wymaga bowiem dużego zaangażowania z jego strony i wprowadza do terapii kilku innych specjalistów. Zapewniam jednak, że taka terapia jest najlepsza, bo nie dość, że pozwala uzyskać dobre efekty, to są one również bardzo naturalne i trwałe. Dziecko będące w takiej terapii zespołowej ma nie tylko prostowane zęby, ale także rysy twarzy ulegają poprawie, a przede wszystkim jego dobrostan. Opiekunowie moich pacjentów szybko zauważają i doceniają, że dziecko przestaje chrapać, lepiej śpi, przestaje często chorować i jego kondycja psychofizyczna ulega poprawie, co przekłada się na naukę w szkole. Biorąc pod uwagę wszystkie te aspekty stworzyłam w klinice L'experta autorską metodę postępowania Orthokids Therapy Program, którego obszary łączą oprócz leczenia aparatem ortodontycznym także trening oddychania i prawidłowej postawy jamy ustnej – tłumaczy lek. stom. Kamila Wasiluk.

Wygląd twarzy, zdrowie i piękny uśmiech są bardzo ważne dla każdego człowieka i wpływają na samoocenę. Warto więc zaangażować się w prawidłowy rozwój dzieci w momencie, gdy jeszcze mamy na to wpływ. Wielowymiarowe, interdyscyplinarne działanie składające się nie tylko z leczenia aparatami ortodontycznymi, ale również równoległym skoncentrowaniu na wyeliminowaniu przyczyn powstającej wady zgryzu według ekspertów daje najlepsze efekty.

Kamila Wasiluk - lekarz stomatolog, ortodonta (Master of Science in Orthodontics). Współwłaścicielka warszawskiej kliniki L'experta www.lexperta.pl, Autorka książki „Zdrowe zęby. Opowieść o pięknym uśmiechu oraz bloga Mama Ortodonta www.mamaortodonta.pl.