

DENTALIST

Brezplačni izvod

#04

December / Januar

2016 / 2017

NEGA
OTROŠKIH
ZOB

Odgovornost
staršev

NASMEH
MESECA

Eva
BREZNIKAR

Škripanje z zobmi

Vzrok je v psihi

Kaj je
opornica SCi?

DARILA IZ DENTOTEKE

Obdarite najbližje izvorno



Mihael VRČKOVNIK, dr.dent. med.

zobozdravnik in lastnik Dentalnega centra Clarus ter trgovine Dentoteka

Kaj delamo ponoči?

Vprašanje tokrat ne leti na tisti prijetni del začetka noči, ko skupaj s partnerjem zlezemo v posteljo. Vprašanje leti na tisti del noči, ko trdno spimo oziroma mislimo, da trdno spimo. Če spanje spremlja smrčanje, slinjenje, dihanje skozi usta, apneja oziroma prekinjeno dihanje, potem govorimo o fizioloških oziroma mehanskih motnjah spanja.

Huje je, kadar se v nočno dogajanje vključijo možgani oziroma psiha posameznika. Nihče ne ve natančno, kaj se dogaja v naših ustih, ko ležemo k počitku. V globoki fazi spanja začne naš žvečno-mišični sistem delati po svoje. Brez zavesti. V tej fazi lahko zobe močno stiskamo, z njimi škrtamo in škripamo. Na ta način se količina sklenine na ploskvah zmanjšuje, počasi jo »radiram« in naš griz se vedno bolj seseda sam vase. Sprednji zobje vedno bolj drsijo drug po drugem, enice in trojke z leti ali desetletji postanejo enako dolge. Dobimo nasmeh z zobmi v ravni vrsti.

To seveda ni končno stanje, saj imamo na zgornjo in spodnjo čeljust pripete mišice in ligamente, spodnji čeljusti pa pri odpiranju in zamikanju levo in desno pomaga še čeljustni sklep. Ko se zobje dlje časa obrabljajo, je nujna posledica prilagoditev mišičja in obeh čeljustnih sklepov, kar vodi v večje napetosti obraznih, naglavnih in vratnih mišic. Ljudje se velikokrat ponoči predčasno zbudijo in zato sploh ne preidejo v fazo globokega spanja. To se lahko zgodi tudi zaradi katere od interferenc med zobmi, ki lahko nastanejo zaradi nepravilne protetične oskrbe, nepravilnih stikov med vrški novih plomb ali zaradi podrtega griza, vzrok katerega so manjkajoči ali krivi zobje. Ljudje se zbudijo in se s tem vrnejo na začetek plitve faze spanja. Pred globoko fazo spanja se nato spet predčasno zbudijo in ta cikel se ponavlja celo noč. Tako se enostavno ne naspijo, zbudjajo se že utrujeni, njihova stalnica so pogosti glavoboli, večkrat se lahko pojavijo tudi migrene.

Mit o »vikend glavobolih« zaradi preobremenjenosti, ki jo trpimo med tednom, bi bil lahko na ta način ovržen. Tako trdi angleški zobozdravnik **Pau Kheira**, ki se je v preteklosti tudi sam zdravil zaradi migren. Po njegovi teoriji bi zaradi tega, ker lahko v soboto in nedeljo dlje spimo, v vsaki uri podaljšanega spanja še enkrat prešli v fazo škrtanja, stiskanja in drugih motenj. Zato naj bi se zbudili še bolj obremenjeni in cikel glavobolov oziroma migrene naj bi se zato pohitil.

Kot človek, ki je prebolel migrene, navdušeno predava na temo SCI (Sleeping clench inhibitor) opornic oziroma splintov, ki jih uporabljamo kot 'nočne stražarje' (night guards) pred samim sabo. V svojem Migraine care inštitutu v Londonu se s tenzijskimi glavoboli in migrenami intenzivno ukvarja že več kot desetletje. Pravi, da je migrena ozdravljiva, oziroma da jo lahko izboljšamo v 85 % primerih. Preostali neozdravljivi odstotek pacientov pa predstavlja populacijo, ki migreno razume kot svoj življenjski slog. Če česa ne želijo, imajo lahko migreno vedno kot dober izgovor. »Ne morem z vami, imam migreno.«

Strinjam se s psihoterapevti, ki trdijo, da je treba raziskati in odpraviti vzrok, zaradi katerega dejansko prihaja do škrtanja, stiskanja in še česa, a SCI-opornica je lahko prvi in najhitrejši korak do začetka boljšega življenja.

*Dentalist je oseba, ki prepoznava krivce za vso zlobo in zarote, ki se dogajajo v vaših ustih in na ustnicah. Iz slinle ugotavlja s čim se prehranjujete. S pogledom na vašo porušeno zobno ščetko ugotovi ali ste levičar ali desničar. Po vzorcu obrabe zob ve, koga in na kakšen način sanjate. Irina nasmeha mu izda vašo iskrenost ali stisko. Iz gubic okoli ust razbere vašo dolgoletna rapoloženjska nihanja ali prepozna plastičnega kirurga, ki je položil roko na vas. Po premeru herpesa lahko do ure natančno ugotovi, kdaj ste se nastavljali soncu ali bili na plaži in po stopnji pekočega občutka afte, kako dolgo ste že pod stresom. Dentalistu ne uide nobeden, ki si želi beline, zdravja in svežine v ustih.

CLARUS DENTAL IN PARTNERJI d.o.o.
Šmartinska cesta 152, 1000 Ljubljana
tel: 01 810 90 30, 051 252 787
pon-čet: 9:00-18:00
pet: 8:00-13:00
E-mail: info@clarus-dental.si

FB: www.facebook.com/Dentalni center Clarus

Brezplačnik Dentalist
Uredila in oblikovala: Nina Jerančič
Fotografije: Domen Grögl,
Shutterstock, arhiv Dentalnega centra Clarus
naklada: 400 izvodov
Lektoriala: Mateja Grahovec
Tisk: Paratiskarna

Vzrok je v psihi



Bruksizem je izraz, ki poimenuje pojav stiskanja in škrtanja z zobmi med spanjem. Škripanje je največkrat posledica škrtanja z zobmi, ni pa nujno, da če stiskamo, tudi škripamo. Večinoma z zobmi stiskamo in škripamo ponoči. Lahko pa tudi podnevi, vendar v tem delu dneva stisk z zobmi traja le kratek čas, ker se tega zavedamo, ponoči pa lahko stisk traja od 4 do 40 sekund, kar je bistveno več kot podnevi. Če se navada dogaja ponoči, se tega ne zavedamo.

Na vprašanja je odgovarjal **Mihael Vrčkovnik, dr.dent.med**

Kako lahko ugotovimo, da imamo to težavo?

Največkrat zobozdravnik ugotovi, da imamo to težavo, ker so zobje obrabljeni in povečini skrajšani za od 1 mm do 2 mm, v hujših oblikah celo več. Zobje nas ponavadi ne bolijo, ker so se že adaptirali na bolečino in obrabo. Tako da bolečine, ki bi nastala ob stiskanju zob, niti ne čutimo. Seveda mnogi ne pomislijo na bruksizem, dokler jim zobozdravnik tega ne razloži.

Če sumimo, da imamo bruksizem, pri komu moramo najprej poiskati pomoč?

Če ugotovimo, da se soočamo z bruksimom, je dobro vprašanje, koga bi bilo treba najprej obiskati. Priporočam, da najprej obiščemo zobozdravnika, da nas fizično zaščiti pred nadaljnjim obrabljanjem zob. Bruksizem je stanje, ki ga moralo zdraviti več strokovnjakov. Eden izmed najbolj pomembnih je psihoterapevt, ki naj bi odkril dejanski vzrok težave.

Kaj je vzrok za to zdravstveno nevšečnost?

Vzrok za to zdravstvene nevšečnosti je zagotovo nekje v psihi in stiskah oziroma v stvareh, ki jih možgani ponoči nezavedno prelevajo.

Kako je mogoče omiliti ali odpraviti posledice?

Kot sem že navedel, je vzrok za bruksizem v človeški psihi. Pa vendar ni nujno, da bo dolgotrajna psihoterapija pripeljala do tega, da bo pacient prenehal stiskati in škripati z zobmi med spanjem. Zato je bistveno, da zobozdravniki pacienta fizično zaščitimo z eno izmed opornic, ki so na tržišču, saj vse niso najbolj primerne.

Če težave ne zdravimo, do kakšnih poškodb lahko pride na dolgi rok?

Na dolgi rok pride do tega, da je sklenina obrabljena tudi do dveh milimetrov ali več. To se vidi na griznih ploskvah in na sprednjih zobeh, in sicer tako, da so vsi zobje v isti vodoravni liniji, kar kaže na njihovo obrabljenost, namesto da bi bile enke malo daljše, dvojke malo krajše in trojke spet malo daljše ... skratka normalnih dimenzij. Prav tako žvečne mišice, lica in mišice okrog čeljustnih sklepov izgledajo bolj polne, nabuhle – temu rečemo, da so hipertrofirane. Prisotne so tudi poškodbe čeljustnega sklepa, pri katerih prihaja do

BRUKSIZEM

preskakovanja v sklepu ali do bolečin in značilnih glasnih znakov in zvokov, zaklepanja in odklepanja pri odpiranju in zapiranju ust.

Na tržišču so prisotne posebne okluzijske opornice za zobe. Kakšno funkcijo opravljajo in kdo je primeren zanje?

Na tržišču obstajajo različne okluzijske opornice za zaščito zob. Ene izgledajo tako, da so prozorne in so nameščene na zobni lok zgornjih in spodnjih zob ter zajamejo vse zobe, zgornje in spodnje. Načeloma se redko odločamo za opornice, ki zajamejo vse zobe. Tudi te opornice so različnih trdnosti iz plastičnih materialov. Lahko so mehkejše, bolj trde in zelo trde, odvisno od tega, kako močno pacient stiska z zobmi in v kolikšni meri lahko opornico tudi pregrizne. V naši ordinaciji najpogosteje uporabljamo SCI-opornico, ki je postavljena samo na sprednje zobe, in sicer ne dlje od sprednje leve in desne dvojke. Funkcija vseh opornic je, da preprečujejo obrabo griznih površin oz. griznih ploskev zob takrat, ko bi jih mi stiskali. Vendar večina njih ne preprečuje oziroma ne zmanjšuje griznih sil, ki se potem pojavijo na zadnjih zobeh. Izjema je SCI-opornica, ki sem jo omenil prej, saj je nameščena na sprednjih zobeh. V kontaktu so torej samo sprednji zobje, zadnji pa med spanjem ne pridejo v kontakt, s čimer jih izključimo iz griza. Dokazano je, da če vstavimo opornico v zadnji sektor zob, grizemo s še 20 % večjo silo, kot pa takrat, ko nimamo opornice. To pomeni, da na zadnje zobe pritiskamo s 120 % silo, kar nam dejansko ne pomaga pri tem, da bi razbremenili žvečne mišice in čeljustni sklep. Nam pa vseeno zaščititi zobe, da se ne obrabijo.

Zato je polemika med tradicionalno michigansko opornico, ki sega preko celega zobovja, in med opornico SCI, velika. Eni pravijo, da je vsaka opornico boljša kot nobena, sam pa

Pri bruksizmu pride do tega, da se sklenina obrabi tudi do dveh ali več milimetrov.



sem prepričan, da je za vsakega pacienta treba najti ustrezno opornico, hkrati pa nisem proti uporabi tradicionalnih opornic. Za vsakega pacienta je treba najti opornico, ki mu bo pomagala. V primeru, da je bil pacient ortodontsko zdravljen in morajo ostati zobje v popravljenih linijah, potem ena sama opornica na sprednjih zobeh ne bo pomagala, če je ne bomo povezali z zadnjimi zobmi.

Ali so opornice plačljive ali jih lahko dobimo prek zdravstvenega zavarovanja?

V Sloveniji so opornice plačljive. Cene so zelo različne, odvisno od tega, kje se je zobozdravnik izobraževal in katere opornice ponuja. Klasične michiganske okluzijske opornice stanejo med 100 in 300 evri, SCI-opornice, ki jih povečini izdelujemo pri nas, pa stanejo med 300 in 500 evri.

Kako za dostojno ceno izbrati najbolj primerno opornico?

To je kompleksno vprašanje, ker nekaterim pacientom ustreza katerakoli opornica, drugi pa klasične opornice neprestano 'lomijo', če so premehke, jih pregriznejo, če so pretrde, jih

Estetsko bruksizem rešujemo tudi s porcelanskimi luskami.





zlomijo. Vsakemu primeru se posvetimo individualno in v primerih, kjer so sile prevelike, skušamo rešiti težavo s kombinacijo SCI-opornic ter zgornje in spodnje opornice. Vse je odvisno od izkušenj in rezultatov posameznih terapevtov. Treba pa se je zavedati, da se večina terapevtov ali zobozdravnikov ne zaveda oziroma ne prepoznajo stanja bruksizma. Ne zavedajo se uporabe različnih opornic za različne paciente, določene stvari posledično zavračajo in jih ne sprejemajo kot novosti. Najbolj pomembno je, da pacientu pomagamo, da ga rešimo glavobolov, potencialnih migren, kronično neprespanih noči. Če terapevtu to uspe, potem sploh ni važno, katera opornica je in za kakšno ceno je dostopna, saj je cilj dosežen in pacientu se lahko kvaliteta življenja bistveno izboljša. To pa je v končni fazi tudi naš namen.

Kaj je opornica SCi?

Opornica SCi (Sleep Clench Inhibitor) je klinično dokazano najbolj učinkovita opornica odobrena s strani ameriške organizacije FDA za zdravljenje temporomandibularnih motenj, bruksizma in medicinsko diagnosticiranih migren. Za temporomandibularne motnje je značilno neravnovesje med čeljustnim sklepom, žvečnimi mišicami in zobmi. Vse te nepravilnosti navadno vodijo k bolečinam v sklepu, glavobolom in migrenami. Z ustrezno opornico lahko večina bolnikov bolečine prežene dolgoročno in brez zdravil. Navadno so prvi rezultati vidni že v nekaj dneh.

Kako deluje SCi opornica?

SCi opornico pred spanjem namestimo na sprednje zobe in tako pripomoremo k



Vid GJURIN, dr.dent. med.
Dentalni center Clarus

počitku čeljustnega sklepa, saj razen na sprednjih zobeh nikjer ne moremo priti v stik. Tako SCi zmanjša parafunkcijsko intenzivnost vseh žvečnih mišic, velikih in malih. Parafunkcije pomenijo nenadzorovana in nepravilna gibanja mišičja. Zaradi tega, ker jo namestimo na sprednje zobe onemogoča stik zgornjih in spodnjih stranskih in zadnjih zob. Zaradi tega med spanjem kadar nezavedno izvajamo parafunkcije, drsimo naprej in nazaj ter levo in desno po opornici. Tako izvajamo zgolj minimalne sile na sprednje zobe ter zmanjšamo krčenje žvečnih mišic.

Indikacije za SCi

Primerna je za vsa stanja, kadar ne želimo, da pacient stiska ali škrti z zobmi oziroma si želimo sprostitev žvečnih mišic. Opornico SCi uporabljamo pri lajšanju simptomov, ki so povezani z bruksizmom in pri zdravljenju nekaterih temporomandibularnih motenj. Vedno večjo vlogo ima SCi opornica pri zdravljenju kroničnih glavobolov in migren. Z njo tudi zaščitimo restavracije ali implantate v primerih hudega bruksizma. Po končanih popolnih ustnih rehabilitacijah jo priporočimo in izdelamo kot obvezno zaščito novih zob, plomb, inlejev, mostičkov in ostalih protetičnih nadomestkov. Opornica je obvezna pri pacientih z zgodovino parafunkcij, še posebej v prvih mesecih in letih po totalnih ustnih rehabilitacijah.



Špela Blažič, ustna higieničarka
Dentalni center Clarus



Odgovornost staršev

Skrb za zdravo otrokovo zobovje se začne že med nosečnostjo. V šestem tednu razvoja zarodka že nastajajo zasnove mlečnih zob, v četrtem mesecu nosečnosti pa se začne mineralizacija zob. Da bi imel otrok zdrave in močne zobe, mora bodoča mati še posebej paziti na pravilno prehrano. Ko otroku izraste prvi mlečni zob, je že treba začeti z ustno higieno. Do tretjega leta starosti morajo otroku zobe umivati starši, okrog četrtega leta pa naj si jih poskuša umivati sam, vendar mu morajo starši obvezno pomagati in preveriti čistočo zob. Torej, otroka preverjamo do 10. leta starosti.

Pravočasni in redni obiski pri zobozdravniku preprečujejo nastanek zobnih bolezni, med katerimi je najpogostejša zobna gniloba. Starši in vzgojitelji ne morejo opaziti vseh nepravilnosti zob in zaradi prepoznega ukrepanja lahko pride do močnejše in nepotrebne bolečine. Zato je pomembno, da se otrok že v predšolski dobi navadi na obisk zobozdravnika. Otroka je treba primerno pripraviti na prvi obisk pri zobozdravniku. Obiskuje naj ga takrat, ko so zobje v ustni votlini zdravi, saj bo na takšen način razumel, da je obisk nujen in ne le neprijeten.



Otrok je v predšolskem obdobju najbolj dovzeten za pridobivanje zdravih šolskih navad, zato mu moramo biti odrasli za vzor in spodbudo. Predšolski otroci naj bi bili že seznanjeni s tem, kako pomembno je redno umivanje zob in pravilna ter zdrava prehrana, ki vsebuje čim manj sladkorja in čim več sadja in zelenjave. S tem, ko otroka spodbudimo k boljši skrbi za svoje telo, pripomoremo tudi k boljšemu počutju in bolj zdravi otrokovi samopodobi.

Dokazano je, da imajo tisti otroci, katerih matere so imele nezdravljene zobe, v prvih letih življenja več obolelih zob kot otroci mater z zdravim zobovjem. Mati namreč na otroka prenese bakterije, ki sodelujejo pri nastanku zobne gnilobe.

Nega otroških zob

Čiščenje zob pri otroku in odrasli osebi poteka sistematično, torej po istem vrstnem redu. Zajete morajo biti vse zobne površine z enakim številom potegov z zobno ščetko. S ščetkanjem ponavadi začnemo na zunanji strani otrokovih zob, uporabimo mehko ščetko, seveda ne s preveliko glavo. Po umitih zunanjih ploskvah zob se lotimo notranje strani zob in na koncu še vrhnje zobne ploskve. Posebno pozornost namenimo težje dostopnim ploskvam; notranji strani sekalcev, podočnikov in kočnikov. Uporabljamo krožno tehniko čiščenja. Krtačko postavimo pod kotom 45 stopinj na podložno os zoba in jo rahlo potisnemo proti dlesni. Pri otrocih uporabljamo paste s fluoridi (vsebujejo naj 3 - krat manj fluorja kot zobne paste za odrasle), njihova količina na ščetki naj bo v velikosti majhnega graha in nič večja. Ko pa govorimo o času ščetkanja, je pa zgodba od otroka do otroka drugačna. Poskusimo čim bolj natančno očistiti vse ploskve, vendar po

izkušnjah vemo, da včasih to res ni mogoče. Pri tem je pomembno, da ne izgubimo živcev, ker bo naslednji dan povsem nov in z njim tudi novi izzivi ... Veliko domišljije in potrpljenja se bo vam in otroku vedno obrestovalo.

Največji vpliv na naše otroke imamo mi, starši. Otroke vsak dan znova motiviramo, spodbujamo in jim pomagamo pri negi zob in ustne votline. Spodbujamo jih, naj po vsaki zaužiti hrani ali pijači ustno votlino splaknejo z vodo. Te malenkosti se obrestujejo v poznejši dobi odraščanja, saj večina otrok, ki skrbi za lep in zdrav nasmeh kasneje nima nobenih težav s kariesom (zobno gnilobo).

Iz prve roke vam zagotavljam, da sem si sama kot mati že od samega začetka, torej od prvega zobka, ki je pokukal v ustno votlino, do danes, ko sta oba otroka najstnika in imata skorajda že vse izraščene stalne zobe, močno prizadevala, da jima privzgojim skrb za ustno higieno. Noben od mojih fantov nima še zalivke, na zobozdravstvene preglede hodita redno in ponavadi komaj čakata, da pride čas redne kontrole zobovja. Zato imamo starši pomembno vlogo tudi pri opazovanju morebitnih sprememb in nepravilnosti zobovja. Z znanjem lahko otroku prikrajšate nepotrebne terapije.

Veliko uspehov in zdravih zobkov želim.



V Dentalnem centru Clarus želimo razvijati tudi vaše najmlajše člane družine. sodobno zobozdravstvo temelji na preventivi, zato ne čakajte več let, da bodo otroka začeli boleti zobje. Vsaj enkrat pred drugim letom starosti ga peljite k zobozdravniku, potem pa naj mu redni obiski preidejo v navado. Izredno pomembno je, da ne odlašate z obiskom, ker ko se pojavi bolečina, je že prepozno. Prizadet je zobni živec, luknja v zobu je velika in vrtanje je žal nujno zlo.

Prepričani smo, da se še spomnite vašega prvega obiska zobozdravnika in pri večini je prva asociacija najbrž povezana z bolečino in posledično z begom. Zato pomislite na svoje malčke in jim prihranite stres, saj boste s pravilnim pristopom tudi sebi olajšali nepotrebne skrbi. Ker nas že dobro poznate in nam zaupate, imate lažjo nalogo, kako otroka pripraviti na prvi obisk pri nas. Da postane obisk zobozdravstvene ordinacije zabava, je največ odvisno od vašega pristopa, za čimbolj prijetno izkušnjo vašega malčka pa bo poskrbela celotna ekipa Dentalnega centra Clarus.

Zato smo se odločili, da staršem, ki ste naši pacienti in nam zaupate skrb za svojo ustno votlino, nudimo brezplačne storitve otroškega zobozdravstva. Vaši otroci do 12. leta bodo pri nas lahko deležni brezplačnih storitev preventive in kurative, tako da od zdaj naprej dobi vaša družina kompletno oskrbo na enem mestu.



Pridružite se nam tudi vi in spremljajte novosti in akcije!

www.facebook.com/DentalnicenterClarus

NASMEH MESECA

Eva
BREZNIKAR

Foto: Tjasha Vinković



Od mikrofona do škarij✂

Med največje življenjske uspehe zagotovo lahko štejemo pravo izbiro poklica. Ko se vsak dan znova vračaš na svoje delovno mesto in ustvarjaš tisto, kar čutiš in kar najbolje znaš. Ko te tvoje delo sprošča in v katerem neznansko uživaš. To je uspelo Evi Breznikar.

Kot majhna deklica se je zaljubila v plavanje. Še vedno je lastnica nekaj državnih rekordov, na televizijskih zaslonih pa smo jo kasneje spremljali kot članico popularne skupine Makeup2. Eva je uspešno glasbeno pot nadaljevala kot solo pevka in sodelovala s številnimi svetovno znanimi skupinami, med drugim tudi z Laibach. Dokončno se je našla v svojem hobiju, ki je postal tudi njen poklic. Ustvarja neverjetne kreacije iz naravnega usnja. Nakit, torbice, denarnice, pasovi in še mnogo več ponuja v svoji trgovini Evil Eve v osrčju Ljubljane, na Židovski ulici številka 3, kjer tudi nastajajo njeni čudoviti izdelki. Vsi imajo svojo zgodbo in vsi so unikatni. Tako kot Eva sama. Pred letom dni je v Milanu prejela eno največjih priznanj na področju ročnih del na svetu in nič nenavadnega ni, da se v njeno trgovino stranke vedno znova vračajo.

Evo Breznikar tokrat predstavljamo v naši rubriki Nasmeh meseca kot zadovoljno pacientko, ki je v Dentalnem centru Clarus doživela preobrazbo.

Nedvomno si posebna ženska s svojo življenjsko vizijo in mnogimi izkušnjami. Kako pa ti vidiš sebe?

Brez lažne skromnosti imam o sebi najboljše mnenje. Vem, da sem dober človek in oseba, na katero se lahko zaneseš, prideš po nasvet brez zavijanja v celofan. Ponosna sem, da se stvari nikoli ne lotim na pol, da ne odneham kar tako in da sem imela v življenju možnost početi veliko takih stvari, ki so mi res všeč, od športa do glasbe in zdaj ustvarjanja unikatnih usnjenih izdelkov. Imam zelo dolg jezik, ki me včasih tepe, ampak tako je že od malih nog, ko se me je prav zaradi nabrušenega jezika prijel vzdevek EvilEve.

Kaj je največji navdih za tvoje kreacije?

Nimam posebnega navdiha, ne sledim modi, ne gledam, kaj delajo drugi. Preprosto se usedem za mizo in roke začnejo »same delat'«. Potem delam, dokler mi izdelek ni všeč. Gre za podobno muzo kot pri ustvarjanju glasbe in pisanju besedil – je ali pa je ni. Svojemu notranjemu občutku v celoti zaupam in res ustvarjam z največjim veseljem, navdušenjem in srcem, to pa prepoznajo in začutijo tudi moje stranke. Moji kosi so preprosto drugačni. Sama naredim vse, od začetne ideje do končne realizacije, vmes ni tretjih oseb.

Kako prezentiraš svoje kreacije in na kakšen način jih prodajaš?

Največ se zgodi od ust do ust, dobra beseda in priporočilo veliko štejeta v današnjem času, ko smo preplavljeni z vrhunsko oglaševanimi povprečnimi ali celo slabimi izdelki. Pri prodaji pa delam po lastni presoji in če vidim, da komu nek izdelek ne pristoji, mu ga ne prodam. Stavim na svojo brutalno iskrenost.

Nedvomno si velik estēt in stvari vidiš kot celoto. Če se osredotočimo na današnjo temo, tudi zobje imajo enega najmočnejših vplivov na naše življenje. S kakšnimi tegobami si se ti spopadala?

Posebni tegob nisem imela, sem pa od vsega začetka v celoti zaupala nasvetom Mihe Vrčkovnika, ki ga na srečo poznam še iz študentskih časov. Že takrat je pridobil moje zaupanje in ga je v letih sodelovanja v celoti



Foto: Matjash Fartek



Foto: Matjash Fartek

upravičil. Tako mi je že pred leti svetoval zobni aparat z besedami, da je bolje urediti stanje takoj, kot pa čakati 15 let, da se bo poslabšalo. Sprva sem bila namreč zmotno prepričana, da je aparat primeren samo za tiste z velikimi težavami, vsi mi ostali pa smo z majhnimi nepravilnostmi lahko mirno zadovoljni in naj ne kompliciramo, ko je vendarle toliko ljudi s hujšimi tegobami. Predvsem me je prepričalo to, da pravilna postavitev zob pomeni neprimerno boljšo higieno ustne votline. Morda se to zdaj komu zdi majhna stvar, a verjamem, da pri 50. ali 60. letih vse to zelo šteje in se pozna na vsem, kar si »pridelak« prej. Da je v estetskem smislu zdaj moj nasmeh lepši, mi je bilo sicer sekundarnega pomena, ker na prvi pogled niti ni velike razlike, kot jo recimo lahko opazimo pri fistih, ki imajo resne in velike težave s postavitvijo zob, je pa seveda tudi to zelo prijetna in dobrodošla sprememba za vsakogar. Bližnji razliko opazijo in so bili, tako kot jaz, navdušeni. Spoznala sem, da se splača redno hoditi k zobozdravniku in tudi sproti upoštevati male nasvete, četudi nimaš nobene velike nepravilnosti – čakanje na zadnji hip se ne izplača. Zobozdravnik ni samo za tiste, ki jih nekaj boli, ali za tiste, ki se jim že na kilometer vidi, da imajo krive zobe.

Kdo ti je priporočil Dentalni center Clarus?

Miha Vrčkovnik.

Koliko časa je potekalo zdravljenje?

Zdravljenje je potekalo dobri dve leti, vendar odtlej hodim k zobozdravniku redno, tudi samo na higieno.

Kako je sprememba vplivala na tvoje življenje?

Sprememba je zelo vplivala na moje življenje. Poleg veselja ob lepšem nasmehu sem tudi opazila, da odkar imam v celoti urejene zobe, ne zbolim več. Prej sem bila po nekajkrat na sezono v postelji z gripo ali angino, zadnja leta pa sem zdrava kot riba in verjamem v to, da se vse začne pri ustni higieni, da je prav ustna votlina lahko žarišče za razne bolezni. Če zobje niso lepo v liniji, kot morajo biti, določenih koticov z ničemer ne dosežeš in ne moreš v celoti sčistiti – in laično predvidevam, da se tam nabere marsikaj, kar neugodno vpliva na zdravje. Naj poudarim, da nimam medicinskega znanja in so zato to zgolj moja laična opažanja in predvidevanja. Kakorkoli, zadovoljna sem, da sem se odločila za zdravljenje.

Kako skrbiš za ustno higieno?

Po nasvetu že dlje časa uporabljam električno zobno ščetko, sicer pa mi ustreza ustna voda brez alkohola. Vedno pa upoštevam vse nasvete, ki jih dobim v Dentalnem centru Clarus ob terminu za ustno higieno.

Kaj bi sporočila vsem, ki so nezadovoljni zaradi stanja v svoji ustni votlini?

Res se splača vse, kar je povezano z zobmi, urediti takoj. Razlike med zobozdravniki so velike in iščite vse dokler ne najdete nekoga, ki vam ustreza. Jaz sem to našla v Dentalnem centru Clarus, zato sem kot oseba, ki se je nekoč bala zobozdravnika in je obenem zahtevna stranka, ki ni zadovoljna s povprečnim, prepričana, da ga boste zagotovo tu našli tudi vi.

Darila iz Dentoteke

December je čas za druženje z družino in prijatelji. Je tudi čas obdarovanja. Bodite izvirni in letos podarite koristno in atraktivno darilo. Ponujamo vam nekaj idej, seveda pa vam v naši trgovini sestavimo tudi paket po vaših željah, saj Dentoteka nudi bogato paleto vseh vrst izdelkov za ustno higieno.



Darilni boni za zobozdravstvene storitve, ustno higieno ali beljenje zob.



... še več idej vam postrežemo v trgovini



Vse in še več od nas pričakujte
tudi v letu 2017!

Dentalni Center Clarus

DOŽIVITE POZITIVNO ZOBOZDRAVSTVENO IZKUŠNJO

CLARUS DENTAL IN PARTNERJI d.o.o.

Šmartinska cesta 152, 1000 Ljubljana

tel: 01 810 90 30, 051 252 787

pon-čet: 9:00-18:00

pet: 8:00-13:00

E-mail: info@clarus-dental.si

FB: [www.facebook.com/Dentalni center Clarus](https://www.facebook.com/Dentalni-center-Clarus)



DENAR NAZAJ PRI VSAKEM NAKUPU

Z našo kartico ugodnosti si vedno lahko pridobite dodatni 3% popust.

VEČ INFORMACIJ NA 040 278 410

