

Ιωάννα Λύκα - Βούλα Παπαγιάννη

Το αλφαβητάρι των δοντιών

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΜΕΝΟ ΛΕΞΙΚΟ

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών
ΚΕΝΤΡΟ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Αθήνα 2007

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα:	Αρχική επαγγελματική εκπαίδευση και κατάρτηση II.
Άξονας Προτεραιότητας 1:	Προώθηση της ισότητας ευκαιριών πρόσβασης στην αγορά εργασίας για όλους και ιδιαίτερα για εκείνους που απειλούνται με κοινωνικό αποκλεισμό.
Μέτρο 1. 1:	Βελτίωση των συνθηκών ένταξης στο εκπαιδευτικό σύστημα ατόμων ειδικών κατηγοριών.
Ενέργεια 1. 1. 1:	Προγράμματα ένταξης παιδιών με πολιτισμικές και γλωσσικές ιδιαιτερότητες στο εκπαιδευτικό σύστημα.
Πράξη:	Ένταξη των παιδιών παλινοστούντων και αλλοδαπών, ομογενών στο σχολείο για την Α/θμια εκπαίδευση.
Χρηματοδότηση:	Ευρωπαϊκή Ένωση - ΕΚΤ Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων
Φορέας παρακολούθησης:	ΥΠΕΠΘ Ειδική Γραμματεία Π.Ο.Δ.Ε.
Ειδική Γραμματέας:	Ισμήνη Κριάρη Διεύθυνση Γ' ΚΠΣ
Φορέας υλοποίησης:	Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών Επιτροπή Ερευνών Τμήμα Φ.Π.Ψ. Κέντρο Διαπολιτισμικής Αγωγής Πανεπιστημιούπολη Ζωγράφου Ιλίσια 15784 Τηλ.: 210-7277522 E-mail: information@keda.gr Website: http://www.keda.gr
Επιστημονικός υπεύθυνος:	Καθ. Ιωάννης Κ.Καράκωστας
Επιστημονικός Σχεδιασμός:	Βούλα Παπαγιάννη
Υπεύθυνη δράσης:	Βούλα Παπαγιάννη
Συγγραφή:	Ιωάννα Λύκα (υπεύθυνη οδοντίατρος) Βούλα Παπαγιάννη
Γλωσσική Επιμέλεια:	Κατερίνα Κουτουμάνου
Εικονογράφηση:	Κυριάκος Γουνελάς

2η έκδοση

Το βιβλίο δημιουργήθηκε στο ατελιέ: MULTIMEDIA ΑΕ
Εκτύπωση - βιβλιοδεσία: ΒΙΒΛΙΟΣΥΝΕΡΓΑΤΙΚΗ ΑΕΠΕΕ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Αδαμαντίνη, Απόστημα, Απονεύρωση	.5
Βούρτσισμα	.6
Γέφυρα, Γλώσσα, Γνάθος	.7
Δόντια, Δροσερή Αναπνοή	.8
Εξαγωγή, Έλεγχος στοματικής κοιλότητας, Επίσκεψη στον οδοντίατρο	.9
“Ζωντανό” δόντι	.10
Ηλικία των δοντιών	.11
Θεραπεία, Θήκες, Θυλάκιο	.12
Ίσια δόντια	.13
Καθαρισμός, Κόκαλο	.14
Λαμπερό χαμόγελο	.15
Μασέλα, Μικρόβια, Μόνιμα δόντια	.16
Νάρκωση, Νέκρωση δοντιού, Νεογιλά δόντια	.17
Ξηροστομία	.18
Οδοντίατρος, Οδοντίνη, Οδοντική πλάκα, Οδοντόκρεμα, Οδοντόβουρτσα	.19
Πέτρα, Πολφός- “νεύρο”, Πόνος	.20
Ροδαλό είναι το υγιές ούλο	.21
Σάλιο, Σύγκλειση, Σφράγισμα	.22
Τερηδόνα	.23
Υγιεινή στόματος, Υπερουλικά, Υποουλικά	.24
Φατνίο, Φθόριο-Φθορίωση, Φλεγμονή	.25
Χείλη, Χρώμα δοντιών	.26
Ψεύτικα δόντια	.27
Ωραία δόντια	.28



Αδαμαντίνη

Αδαμαντίνη είναι το εξωτερικό προστατευτικό στρώμα των δοντιών, η πανοπλία τους, που τα προστατεύει από τις τροφές, το κρύο αλλά και τη ζέστη που μπορεί να τα ενοχλήσει. Είναι το γνωστό "σμάλτο" των δοντιών που στα μόνιμα δόντια είναι ανθεκτικότερα από ό,τι στα νεογιλά μας.

Απόστημα

Απόστημα είναι το πρήξιμο που εμφανίζεται στο τελείωμα της ρίζας ενός δοντιού. Στην περιοχή της γνάθου όπου υπάρχει απόστημα κατά καιρούς νιώθουμε πόνο ή μούδιασμα.

Απονεύρωση

Απονεύρωση είναι το είδος θεραπείας που καλείται ο οδοντίατρος να κάνει σε δόντι που το νεύρο του επειδή έχει νεκρωθεί πρέπει να απομακρυνθεί. Η νέκρωση του νεύρου προκαλείται από μικρόβια που συγκεντρώνονται στο εσωτερικό του δοντιού. Αυτά απομακρύνονται με τη βοήθεια μικρών εργαλείων που "ξύνουν" τα τοιχώματα του καναλιού όπου υπάρχει το άρρωστο νεύρο. Μετά την απομάκρυνση των μικροβίων μένει η περιοχή καθαρή για το φάρμακο και για το μόνιμο υλικό απονεύρωσης που θα σφραγίσει το κανάλι. Έτσι δεν μπορούν πλέον καινούργια μικρόβια να εισχωρήσουν και να ενοχλήσουν την περιοχή.



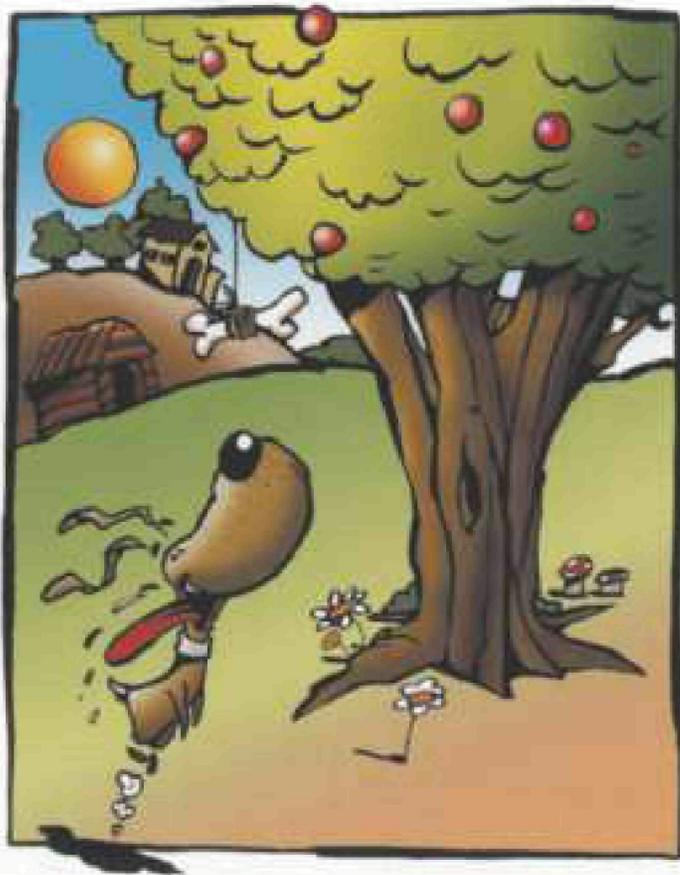
B



Βούρτσισμα

Πρέπει να βουρτσίζουμε τα δόντια μας κάθε βράδυ πριν κοιμηθούμε. Ο οδοντίατρος μας υποδεικνύει τον τρόπο βουρτσίσματος. Επίσης, μας δίνει πληροφορίες για το πώς θα χρησιμοποιούμε την οδοντόβουρτσα, για το αν πρέπει να είναι μαλακή ή μέτρια η σκληρότητα της τρίχας της και για το ποια ή πόση οδοντόκρεμα χρειάζεται να χρησιμοποιούμε.





Γέφυρα

Αρκετές φορές βλέπουμε στο στόμα κάποιου ενήλικα να υπάρχει κενό μεταξύ δύο δοντιών. Αυτό οφείλεται στο ότι, εξαιτίας της αμέλειας του ίδιου του ατόμου, χάνονται δόντια από το στόμα γιατί χαλούν σε τόσο μεγάλο βαθμό, που είναι αδύνατο πια για τον οδοντίατρο να τα σώσει και αναγκάζεται να κάνει εξαγωγή. Το κενό που δημιουργείται στο χώρο μετά την εξαγωγή μπορεί ο οδοντίατρος να το «κλείσει» με τη βοήθεια ενός ψεύτικου δοντιού που θα στηρίζεται στα διπλανά δόντια του ασθενούς. Αυτό το δόντι το ονομάζουμε γέφυρα!

Γλώσσα

Γλώσσα είναι το όργανο του στόματος που μας βοηθάει να μιλάμε και να αισθανόμαστε το ξινό, το γλυκό, το πικρό και το αλιυρό.

Γνάθος

Όταν ο οδοντίατρος μιλάει για τη γνάθο, εννοεί το σαγόνι, το κόκαλο όπου δημιουργούνται, αναπτύσσονται και παραμένουν τα δόντια μας κατά τη διάρκεια της ζωής μας. Υπάρχει η άνω και η κάτω γνάθος.





Δόντια

Τα δόντια είναι απαραίτητα για τη μάσηση των τροφών και για τη σωστή ομιλία. Τα πρώτα δόντια που βγάζουμε στο στόμα μας όταν ακόμη είμαστε μηνών τα ονομάζουμε νεογιλά και είναι 20 στον αριθμό τους. Στην ηλικία των έξι ετών κάνει την εμφάνισή του το πρώτο μόνιμο δόντι που ονομάζεται γομφίος. Στην ηλικία των έξι ετών κάνει την εμφάνισή του το πρώτο μόνιμο δόντι που ονομάζεται γομφίος. Όταν κάνουν την εμφάνισή τους όλα τα μόνιμα δόντια οι κατηγορίες στις οποίες χωρίζονται, ξεκινώντας από πίσω προς τα εμπρός, είναι: οι γομφίοι που είναι τα τρία τελευταία δόντια προγόμφιου, ο κυνόδοντας και οι δύο τομείς, ο πλάγιος και ο κεντρικός.

Δροσερή Αναπνοή

“Δροσερή αναπνοή” έχουμε όταν το στόμα μας αναδύει μια ευχάριστη αίσθηση δροσιάς και καθαριότητας. Βασική προϋπόθεση για ευχάριστη αναπνοή είναι ο σχολαστικός και καθημερινός της στοματικής κοιλότητας.





Εξαγωγή

Κάποιες φορές δυστυχώς αναγκάζεται ο οδοντίατρος μας να βγάλει από το στόμα μας το δόντι που αρρώστησε, και μπορεί να μας πονάει, για να μας θεραπεύσει. Κάνει δηλαδή εξαγωγή και είναι η τελευταία του επιλογή προκειμένου να αποκαταστήσει την καλή υγιεινή στη στοματική μας κοιλότητα.

Έλεγχος στοματικής κοιλότητας

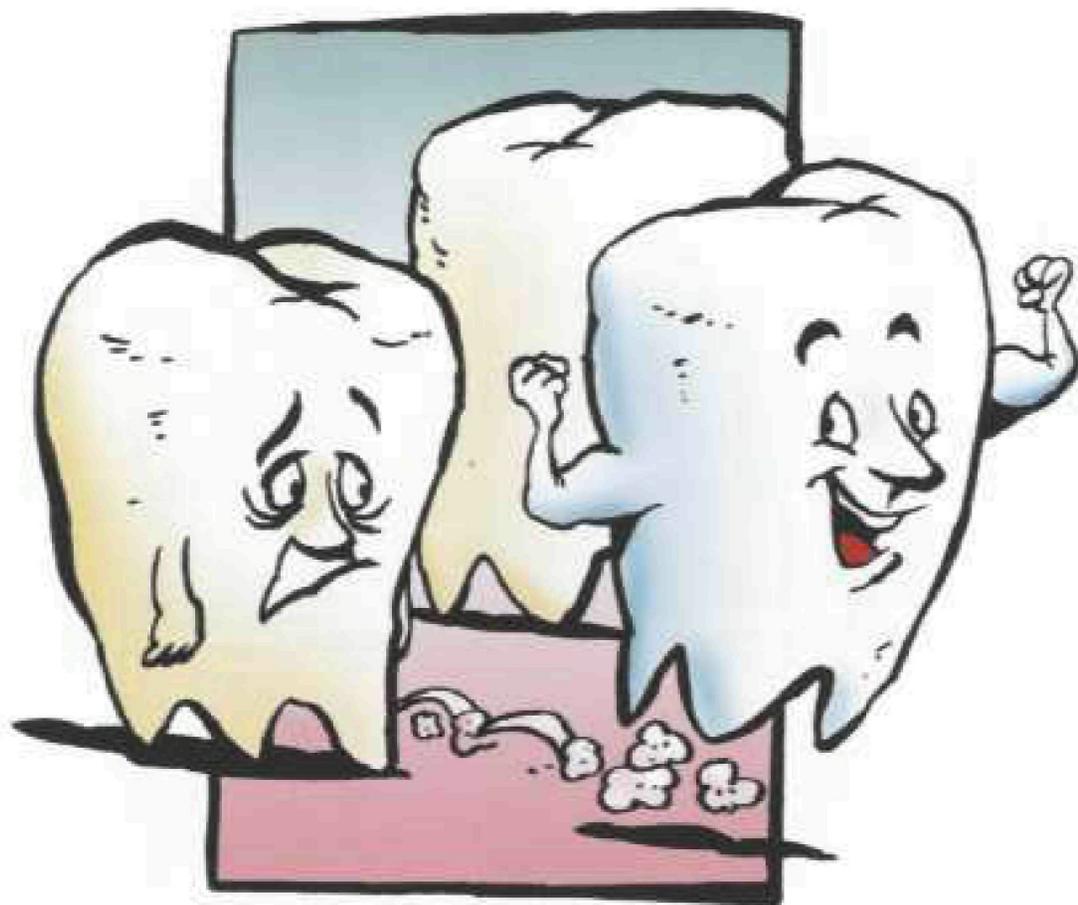
Έλεγχος της στοματικής κοιλότητας γίνεται κάθε φορά που πηγαίνουμε στον οδοντίατρο για να εξετάσει τα δόντια μας, τα ούλα, τη γλώσσα και το εσωτερικό μέρος των χειλιών και των μάγουλων. Οι επισκέψεις μας στον οδοντίατρο για έλεγχο του στόματος πρέπει να γίνονται σε τακτά χρονικά διαστήματα

Επίσκεψη στον οδοντίατρο

Η πρώτη επίσκεψή μας στον οδοντίατρο πρέπει να γίνεται με τη συνοδεία γονέα μετά την εμφάνιση των πρώτων δοντιών στο στόμα μας. Ακολουθεί ένα πρόγραμμα ελέγχου της στοματικής κοιλότητας κάθε εξάμηνο ή κάθε χρόνο, ανάλογα με το κατά πόσο προσέχουμε τα δόντια μας ως το επόμενο ραντεβού με τον οδοντίατρο.



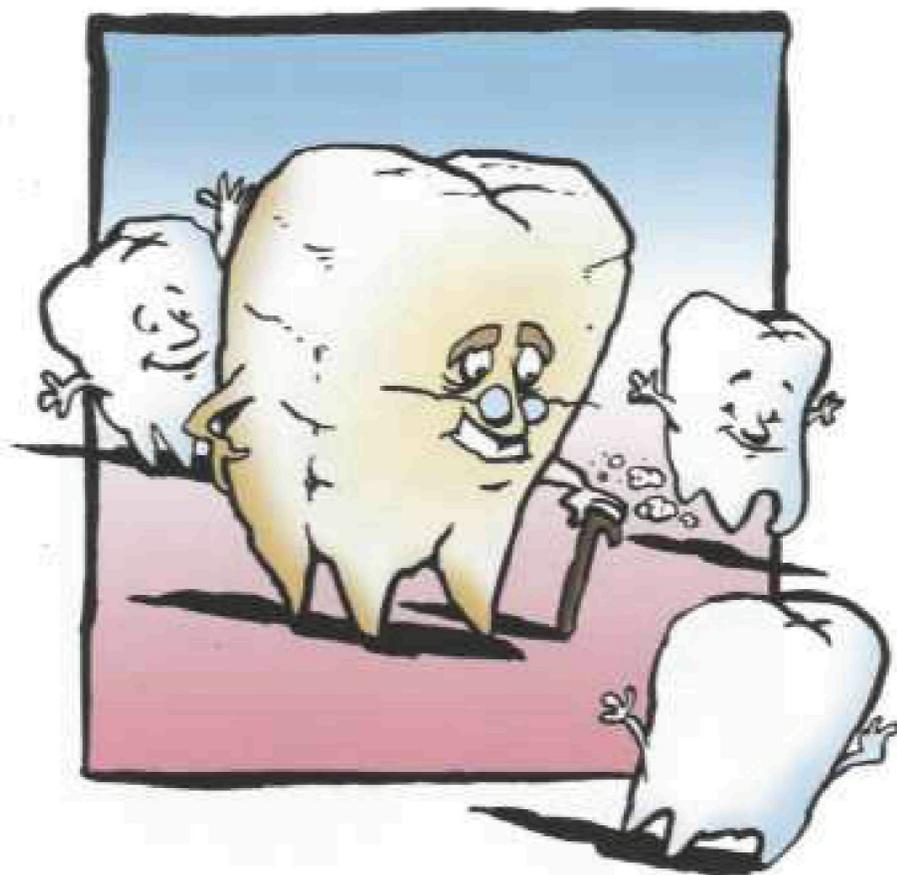
Z



«Ζωντανό» δόντι

Ζωντανό είναι κάθε δόντι στο στόμα μας που τρέφεται από το αίμα που κυκλοφορεί στα αγγεία του στόματος, τα οποία φτάνουν στο δόντι μέσα από το κανάλι του νεύρου. Όταν ένα ζωντανό δόντι αρχίζει να πονάει, είναι ένας σοβαρός λόγος να επισκεφθούμε τον οδοντίατρό μας για να το εξετάσει και να το θεραπεύσει.

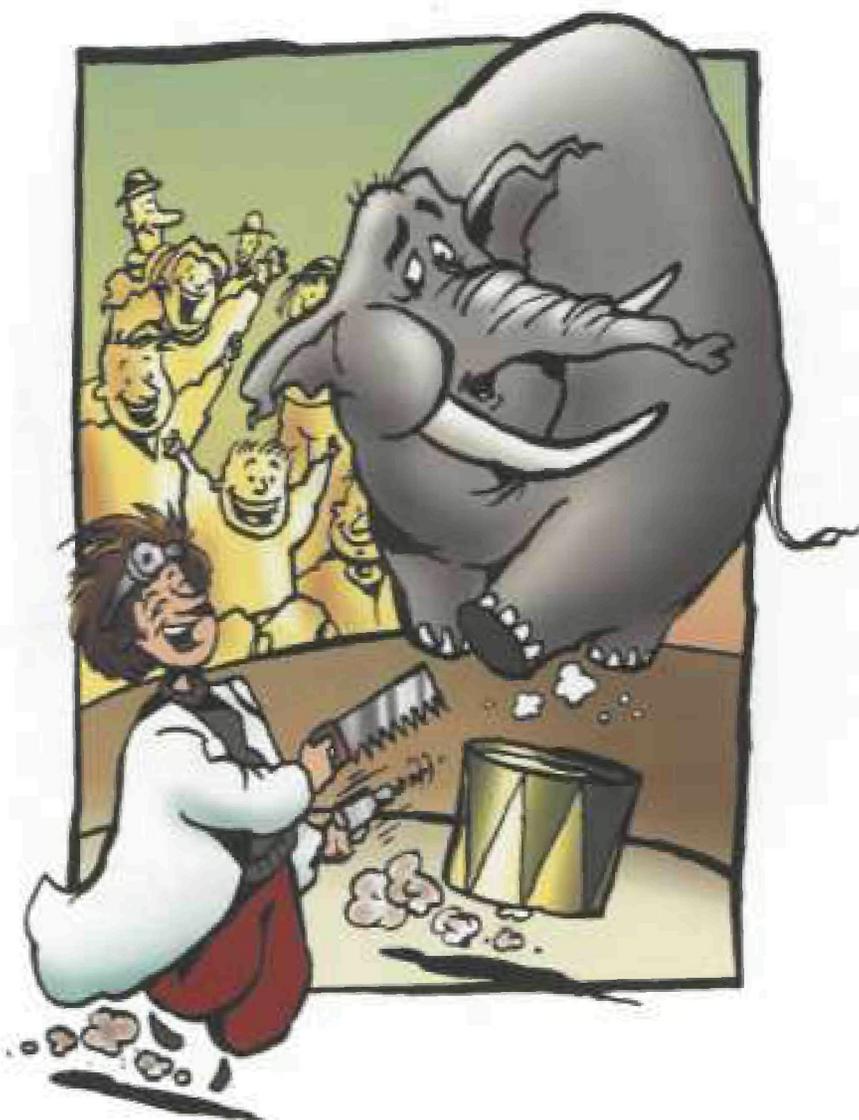




Ηλικία των δοντιών

Τα δόντια που πρωτοεμφανίζονται στο στόμα μας ονομάζονται νεογλά και κάνουν αισθητή την παρουσία τους όταν είμαστε μόλις λίγων μηνών μωρά. Εμφανίζονται δειλά-δειλά και όχι όλα μαζί, ώσπου στην ηλικία των τριών περίπου χρόνων μας να έχουμε στο στόμα μας 20 μικρά, κορτερά και κάτασπρα δόντια. Αυτά θα ζήσουν στο στόμα μας για κάποια χρόνια και θέλουν την προσοχή μας για κάποια χρόνια. Ήδη από τα έξι μας αρχίζουν να φεύγουν τα πρώτα νεογλά και στη θέση τους εμφανίζονται ολοκαίνουργια και πιο μεγάλα δόντια που ονομάζονται μόνιμα. Είναι δόντια που έρχονται για να μείνουν στο στόμα μας για όλη μας τη ζωή, εφόσον βέβαια εμείς τα περιποιούμαστε καθημερινά όπως μας έχει δείξει ο οδοντίατρός μας.





Θεραπεία

Όταν ένα δόντι μας ενοχλήσει ή μας πονέσει, θα πρέπει να συμβουλευτούμε τον οδοντίατρό μας. Όταν αυτός βρει την αιτία της ενοχλήσης του δοντιού, θα ορίσει και την αντίστοιχη θεραπεία του.

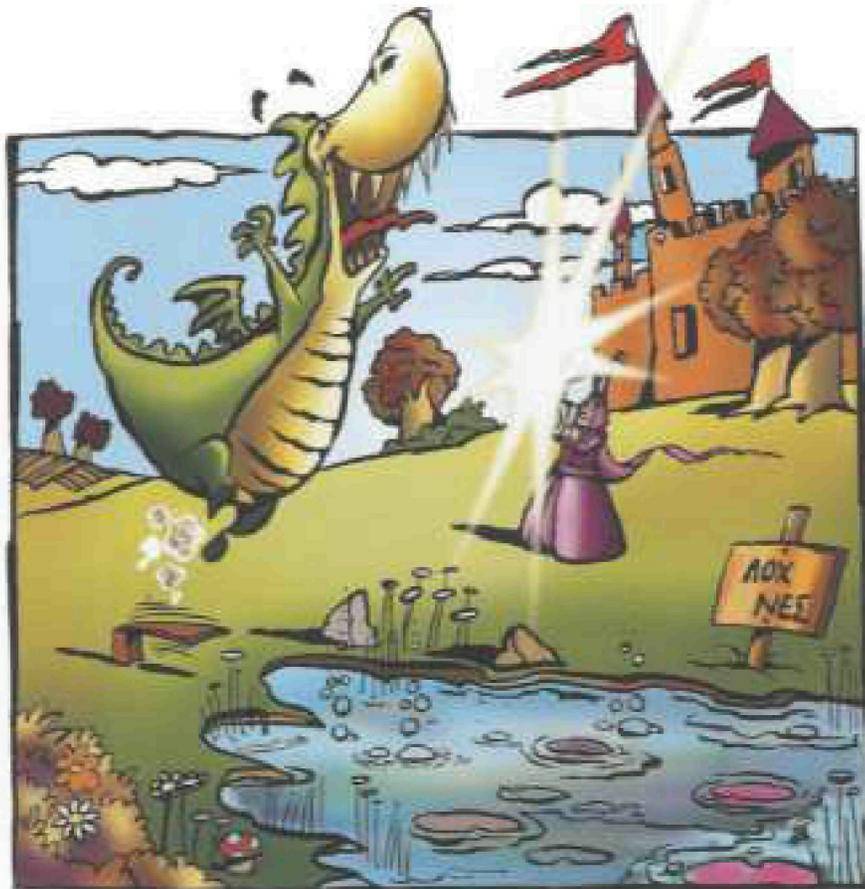
Θήκες

Ο οδοντίατρος «ντύνει» ένα δόντι σε θήκη όταν αυτό είναι χαλασμένο τόσο, ώστε το υγιές μέρος του να έχει μείνει λίγο. Η θήκη αυτή καλύπτει όλη την επιφάνεια του δοντιού και είναι φτιαγμένη από υλικά που πρέπει να αντέχουν στις δυνάμεις που αναπτύσσονται στο στόμα κατά τη μάσηση, αλλά ταυτόχρονα να δίνουν και την εικόνα ενός φυσικού, αληθινού δοντιού.

Θυλάκιο

Το τμήμα του ούλου που αγκαλιάζει το δόντι στο πάνω μέρος του δεν είναι σταθερό πάνω στην επιφάνεια του δοντιού. Αυτό το τμήμα το ονομάζουμε θυλάκιο και μπορεί να παρομοιαστεί με μια «τσέπη» μέσα στην οποία βρίσκουν χώρο για να «κρυφτούν» τα υπολείμματα των τροφών. Όταν μάλιστα δεν βουρτσίζουμε καλά τα δόντια μας, το θυλάκιο των δοντιών αιμορραγεί. Τότε συμβαίνει αυτό που συχνά λέμε στον οδοντίατρό μας - «μου ματώνουν τα ούλα».





Ίσια δόντια

Πολλοί νομίζουν πως για να έχουμε ένα όμορφο χαμόγελο θα πρέπει να έχουμε δόντια ίσια, τοποθετημένα το ένα δίπλα στο άλλο χωρίς καμία απόκλιση. Αυτή η άποψη είναι λίγο ακραία. Όμορφο χαμόγελο είναι το υγιές χαμόγελο. Δεν περάζει αν κάποιος ή κάποια δοντάκια είναι ελαφρώς στραβά, ακόμη και στο μπροστινό τμήμα του στόματός μας. Αυτό είναι το δικό μας καθαρά προσωπικό χαμόγελο που κανείς άλλος - κι αν έχει τα ίδια δόντια - δεν μπορεί να «αντιγράψει». Ίσια δόντια μπορούμε όλοι, μικροί και μεγάλοι, να αποκτήσουμε με τη βοήθεια του ειδικού οδοντιάτρου που ονομάζεται ορθοδοντικός. Οι ανάγκες όμως και τα «θέλω» του καθενός μας είναι διαφορετικά.



Καθαρισμός

Ο καθαρισμός των δοντιών γίνεται καθημερινά στο σπίτι από εμάς με τη βοήθεια της οδοντόβουρτσας και 1-2 φορές τον χρόνο στο οδοντιατρείο με τη βοήθεια ειδικών εργαλείων. Τα δόντια χρειάζονται καθαρισμό στην περιοχή των θυλάκων. Με το καθημερινό μας βούρτσισμα εμποδίζουμε τα μικρόβια και τα υπολείμματα τροφών να διεισδύσουν στα θυλάκια των δοντιών. Με τον καθαρισμό στο οδοντιατρείο καθαρίζονται τα ούλα στο βάθος των θυλάκων, όπου η βούρτσα αδυνατεί να φτάσει.

Κόκαλο

Το κόκαλο που περιβάλλει τα δόντια μας είναι αυτό που τα στηρίζει και τα σταθεροποιεί, με τη βοήθεια μικρών ινών, στο στόμα μας. Όταν το κόκαλο γύρω από ένα δόντι αρχίζει να υποχωρεί για κάποιους λόγους, τότε το δόντι αυτό παρουσιάζει κινητικότητα. Αν το πρόβλημα δεν αντιμετωπιστεί εγκαίρως, μπορεί να χάσουμε το δόντι.

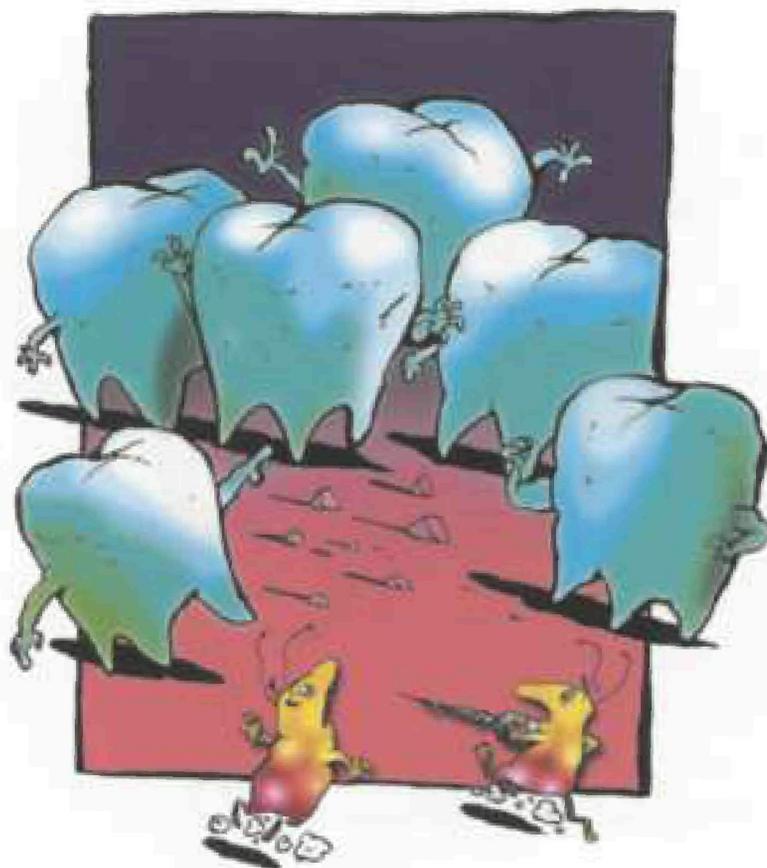




Λαμπερό χαμόγελο

Αν ρωτήσει κάποιος ποιο χαμόγελο θεωρείται λαμπερό, οι απαντήσεις που θα πάρει θα είναι πολλές και διαφορετικές μεταξύ τους. Κι αυτό συμβαίνει επειδή η έννοια του λαμπερού χαμόγελου είναι υποκειμενική. Για άλλους μπορεί να είναι το φωτεινό χαμόγελο με κατάλευκα δόντια, για άλλους το χαμόγελο όπου όλα τα δόντια είναι ίσια και συμμετρικά στο χώρο, για άλλους το ζεστό και αβίαστο χαμόγελο που προδιαθέτει ευχάριστα το συνομιλητή μας. Ο κυριότερος όμως λόγος για να είναι λαμπερό ένα χαμόγελο, είναι το χαμόγελο αυτό να αναδεικνύει δόντια υ γ ι ή και κ α θ α ρ ά.





Μασέλα

Κάποιοι από μας μπορεί να έχουμε δει τον παππού ή τη γιαγιά μας να βγάζουν τα δόντια τους το βράδυ πριν κοιμηθούν! Φυσικά και δεν είναι τα αληθινά τους! Είναι δόντια ψεύτικα που ο οδοντίατρος έχει φτιάξει για να μπορεί ο παππούς ή η γιαγιά μας να τρώει αλλά και να γελάει χωρίς να νιώθει άσχημα που δεν έχει τα δικά του δόντια στο στόμα. Τα ψεύτικα αυτά δόντια ονομάζονται μασέλα.

Μικρόβια

Τα «κακά ζώακια» όπως αποκαλούμε καιδευτικά τα μικρόβια, μολύνουν τη στοματική κοιλότητα, δημιουργούν την οδοντική πλάκα, και προκαλούν την τερηδόνα. Όλοι οι άνθρωποι έχουν στο σώλο τους μικρόβια που μπορούν να προκαλέσουν ζημιά στο στόμα, αλλά τα μικρόβια αυτά δεν είναι το ίδιο επικίνδυνα για όλους. Το πόσο επικίνδυνα είναι για τον καθένα από εμάς εξαρτάται από το πόσο καλά φροντίζουμε το στόμα μας με το βούρτσισμα, από τις τροφές που τρώμε και από το αν επισκεπτόμαστε τον οδοντίατρό μας συχνά.

Μόνιμα δόντια

Τα μόνιμα δόντια είναι στο σύνολό τους 32, 16 στην άνω γνάθο (μαζί με τους φρονιμίτες) και 16 στην κάτω γνάθο. Είναι τα δόντια που θα πρέπει να διατηρήσουμε σε πάρα πολύ καλή κατάσταση για όλη μας τη ζωή γιατί στη θέση τους δεν θα έρθουν καινούργια. Κάθε μόνιμο δόντι που χάνεται, αφήνει κενό στο στόμα μας, χωρίς να αντικαθίσταται από καινούργιο. Ο οδοντίατρός μας μπορεί να καλύψει το κενό με διάφορους τρόπους, αλλά τίποτα δεν μπορεί να αντικαταστήσει το δικό μας δόντι. Γι' αυτό πρέπει να φροντίζουμε τα δόντια μας καθημερινά και να επισκεπτόμαστε τον οδοντίατρό μας συχνά.





Νάρκωση

Όταν κάποιο δόντι μας χαλάσει κι ο οδοντίατρός μας πρέπει να το φτιάξει, τότε χρησιμοποιεί ένα φάρμακο για να «κοιμίσει» το δόντι μας, ώστε ούτε αυτό αλλά ούτε κι εμείς να πονέσουμε καθόλου. Αυτή η διαδικασία ονομάζεται νάρκωση και βοηθάει πολύ και εμάς γιατί δεν νιώθουμε πόνο, αλλά και τον οδοντίατρο που μπορεί να εργάζεται ήρεμα και να θεραπεύει τα δόντια μας.

Νέκρωση δοντιού

Κάθε δόντι που βρίσκεται στο στόμα μας είναι ζωντανό και μας πονάει όταν αρχίζει να χαλάει. Εάν εμείς δεν δώσουμε τη σημασία που πρέπει στα μηνύματα του δοντιού, τότε το κεντρικό τμήμα του δοντιού που είναι το νεύρο, καταστρέφεται τελείως, με αποτέλεσμα το δόντι μας να νεκρώνεται. Όταν έχουμε ένα νεκρό δόντι στο στόμα, μπορεί να πονέσουμε κάποια στιγμή υπερβολικά, ή μπορεί ακόμη και να πρηστεί η γύρω περιοχή εξαιτίας του μεγάλου αριθμού μικροβίων.

Νεογιά δόντια

Τα νεογιά δόντια είναι τα πρώτα δόντια που εμφανίζονται στο στόμα μας κατά την παιδική ηλικία, μένουν στο στόμα μας για λίγα χρόνια και κατόπιν τα αλλάζουμε για να πάρουν τη θέση τους τα μόνιμα δόντια. Είναι μικρά και συνήθως έχουν πολύ ωραίο άσπρο χρώμα που διατηρείται όσα χρόνια παραμένουν στο στόμα, αν εμείς τα περιποιούμαστε σωστά. Ο αριθμός των νεογίων δοντιών είναι μικρότερος από αυτών των μόνιμων, 10 στην επάνω γνάθο και 10 στην κάτω γνάθο, συνολικά δηλαδή 20 δόντια.





Ξηροστομία

Όταν ο άνθρωπος μεγαλώνει σε ηλικία, μπορεί το σάλιο που παράγεται στο στόμα να ελαττωθεί. Αυτό στην Οδοντιατρική ονομάζεται ξηροστομία δηλαδή «ξηρό στόμα». Αποτέλεσμα της ξηροστομίας είναι το τσούξιμο που νιώθουμε στο στόμα όταν καταπίνουμε, η δυσκολία να μιλήσουμε καθαρά και η εμφάνιση χαλασμένων δοντιών.





Οδοντίατρος

Οδοντίατρος είναι ο γιατρός των δοντιών και γενικότερα όλου του στόματος. Εξετάζει τη στοματική κοιλότητα και αποφασίζει για το είδος της θεραπείας, όταν και όπου αυτή είναι απαραίτητη.

Οδοντίνη

Το αμέσως επόμενο από την αδαμαντίνη και προς το εσωτερικό του δοντιού στρώμα είναι η οδοντίνη. Η οδοντίνη είναι το στρώμα που βρίσκεται αμέσως μετά την αδαμαντίνη προς το εσωτερικό του δοντιού. Η οδοντίνη αποτελείται από πολλούς λεπτούς σωλήνες που έχουν την ιδιότητα να μεταφέρουν την ενόχληση που υπάρχει στην αδαμαντίνη του δοντιού προς το κεντρικό τμήμα του, που είναι το νεύρο. Τότε αρχίζει το δόντι μας να πονάει.

Οδοντική πλάκα

Σε περίπτωση που δεν είμαστε σχολαστικοί με την καθημερινή υγιεινή του στόματός μας, συσσωρεύονται υπολείμματα τροφών στην αδαμαντίνη των δοντιών. Έτσι και δημιουργείται ένα στρώμα λευκοκίτρινο ακριβώς εκεί όπου σταματάει το δόντι και ξεκινάει το ούλο. Το στρώμα αυτό ονομάζεται οδοντική πλάκα.

Οδοντόκρεμα

Για να βουρτσώσουμε τα δόντια, χρησιμοποιούμε, εκτός από την οδοντόβουρτσα, και την οδοντόκρεμα. Μπορούμε να βρούμε οδοντόκρεμες στα φαρμακεία και στα παντοπωλεία σε πολλές γεύσεις και χρώματα, όμως το πιο σημαντικό είναι να περιέχει φθόριο που απελευθερώνεται κατά το βούρτσισμα και δυναμώνει την αδαμαντίνη των δοντιών.

Οδοντόβουρτσα

Η οδοντόβουρτσα είναι ο ακώριστος φίλος των δοντιών μας. Οι τριχούλες της οδοντόβουρτσάς μας καλό θα είναι να είναι μαλακές για να μην τραυματίζουν την περιοχή που βουρτσίζουμε. Την οδοντόβουρτσα την αντικαθιστούμε κάθε τρεις μήνες.





Πέτρα

Όταν η οδοντική πλάκα παραμένει επάνω στην αδαμαντίνη του δοντιού, δεν προκαλεί μόνο τερηδονισμό του δοντιού, αλλά και δημιουργία πέτρας. Στο μαλακό στρώμα της οδοντικής πλάκας και εφόσον αυτό δεν αφαιρείται με το βούρτσισμα, προστίθενται κατά τη λήψη τροφής καινούργια μικρόβια και ιόντα ασβεστίου που περιέχονται στο σάλιο μας. Με αυτόν τον τρόπο το αρχικά μαλακό στρώμα της οδοντικής πλάκας κρυσταλλώνεται και είναι πλέον δύσκολο να απομακρυνθεί με το βούρτσισμα στο σπίτι. Η οδοντική πλάκα έχει πια μετατραπεί σε πέτρα και ο καθαρισμός στο οδοντιατρείο είναι αναγκαίος για να ελευθερωθούν τα δόντια μας και να αναπνεύσουν και πάλι γεμάτα υγεία. Εάν δεν ευαισθητοποιηθούμε να καθαρίσουμε την πέτρα από την επιφάνεια των δοντιών μας με τη βοήθεια του οδοντιάτρου μας, η πέτρα εσχωρεί στο εσωτερικό των ούλων που αγκαλιάζουν τα δόντια μας και τα μικρόβια μεταφέρονται σε βάθος. Τα ούλα απομακρύνονται έτσι από τη θέση τους σιγά, αλλά σταθερά και ενοχλούν το κόκαλο που με τη σειρά του στηρίζει και κρατάει τα δόντια στο στόμα μας.

Πολφός-«νεύρο»

Το κεντρικό τμήμα του δοντιού που δέχεται κάθε ερέθισμα και ενόχληση από το εξωτερικό περιβάλλον και το ανταποδίδει με το σύμπτωμα του πόνου, είναι το λεγόμενο νεύρο που οδοντιατρικά είναι γνωστό ως πολφός.

Πόνος δοντιού

Καθετί που μπορεί να διαταράξει την ηρεμία ενός δοντιού, είτε αυτό είναι τραύμα, είτε ευαισθησία στην αλλαγή θερμότητας του στόματος, είτε τρυπούλα στην αδαμαντίνη ή και οδοντίνη αυτού του δοντιού, είναι ικανό να μας προκαλέσει μια δυσφορία, ένα αίσθημα πόνου. Ο πόνος αυτός μπορεί να έχει μικρή ή μεγάλη διάρκεια, να είναι οξύς ή να δίνει την αίσθηση μουδιάσματος στην περιοχή. Κάθε φορά που νιώθουμε οποιονδήποτε πόνο στα δόντια μας, πρέπει να συμβουλευόμαστε τον οδοντίατρό μας.



Ροδαλό είναι το υγιές ούλο

Τα δόντια μας, και τα νεογλά και τα μόνιμά μας, χωρίζονται σε δύο τμήματα. Το ένα είναι αυτό που φαίνεται όταν χαμογελάμε ή μιλάμε και το ονομάζουμε κλινική μύλη, και το δεύτερο είναι η ρίζα που είναι κρυμμένη στο λεγόμενο ούλο, δηλαδή το ροδαλό κρέας που περιβάλλει το κάθε δόντι. Τα υγιή ούλα έχουν χρώμα ροζ, κάθονται σφιχτά γύρω από τα δόντια μας και δε ματώνουν κατά τη διάρκεια του βουρτσίσματος. Για να μπορούμε να έχουμε υγιή ούλα δεν αρκεί μόνο η δική μας προσπάθεια στο σπίτι με το καθημερινό βουρτσίσμα, αλλά θα πρέπει να επισκεπτόμαστε και τον οδοντίατρό μας κάθε έξι μήνες ή κάθε χρόνο.



Σάλιο

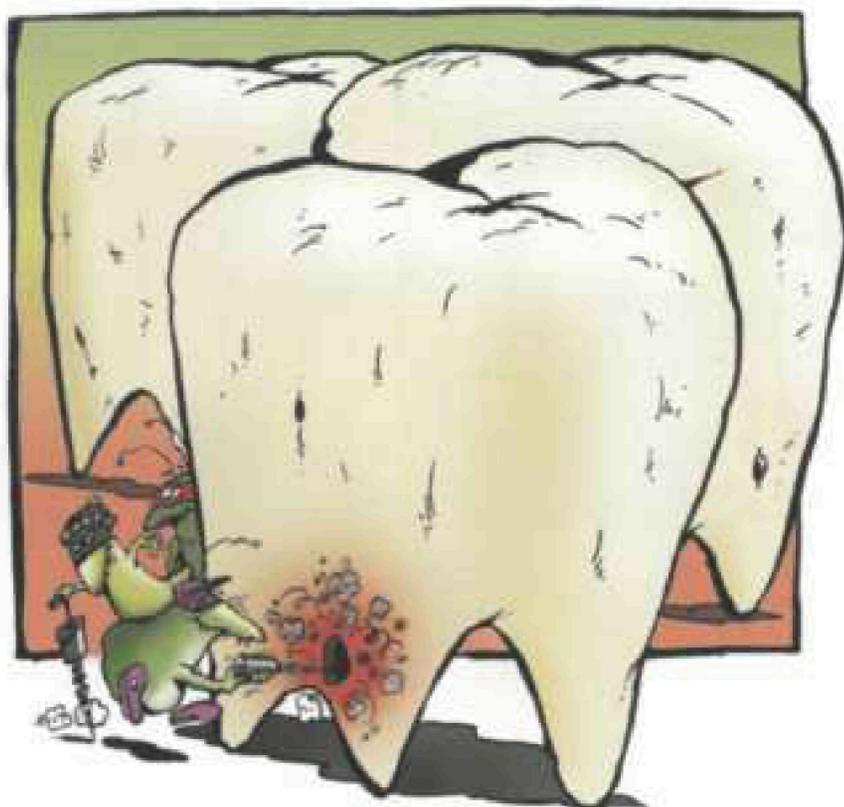
Το σάλιο παράγεται και βγαίνει στη στοματική μας κοιλότητα από κάποιους αδένες οι οποίοι λειτουργούν σαν βρυσούλες και ονομάζονται σιελογόνοι αδένες. Αυτοί βρίσκονται μέσα στο στόμα μας, επάνω προς τα πίσω δόντια μας στην περιοχή των γομφίων και από τις δύο πλευρές και κάτω στην εσωτερική πλευρά των μπροστινών δοντιών- των κοπτήρων και των πηγίλων. Το σάλιο είναι απαραίτητο για την καλή λειτουργία του στόματος κατά τη μάσηση και την ομιλία. Κατά τη διάρκεια της ημέρας που η παραγωγή του σάλιου είναι πλούσια, γίνεται ένα συνεχές «πλύσιμο» των δοντιών. Έτσι, τα δόντια προστατεύονται αρκετά καλά από τις επιθέσεις των διαφόρων τροφών που καταναλώνουμε μέχρι την ώρα που θα τα βουρτσίσουμε.

Σύγκλιση

Με τον όρο σύγκλιση περιγράφουμε την κατάσταση ηρεμίας του στόματός μας όταν τα δόντια της άνω και της κάτω γνάθου έρχονται σε επαφή και ξεκουράζονται. Μια σωστή σύγκλιση των άνω και κάτω γνάθων δίνει την ισορροπία που πρέπει να έχει το στόμα μας, ώστε να μην κουράζονται ούτε οι μύες του προσώπου μας αλλά ούτε και οι κρόταφοί μας.

Σφράγισμα

Σε περίπτωση που σε κάποιο δόντι μας παρουσιαστεί τρυπούλα λόγω βλάβης στη συγκεκριμένη επιφάνεια, θα πρέπει να επισκεφτούμε τον οδοντίατρό μας για να το θεραπεύσει. Η θεραπεία που γίνεται ονομάζεται σφράγισμα και είναι σαν να κλείνει την τρυπούλα του δοντιού με ένα είδος πλαστελίνης, ώστε να σταματήσει αυτό να μας πονάει και να μας ενοχλεί κάθε φορά που τρώμε ή πίνουμε κάτι.



Τερηδόνα

Όταν κάποιο δόντι μας πονάει, τότε μας στέλνει σινάλο πως κάτι του έχει συμβεί. Το πιο συνηθισμένο είναι να έχει τερηδόνα δηλαδή να έχουν μαζευτεί μικρόβια σε κάποιο σημείο του δοντιού και να έχουν μαλακώσει την επιφάνειά του. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να ενοχλείται το νεύρο του κάθε φορά που τρώμε κάτι, κυρίως γλυκό, ή πίνουμε κάτι πολύ κρύο.





Υγιεινή στόματος

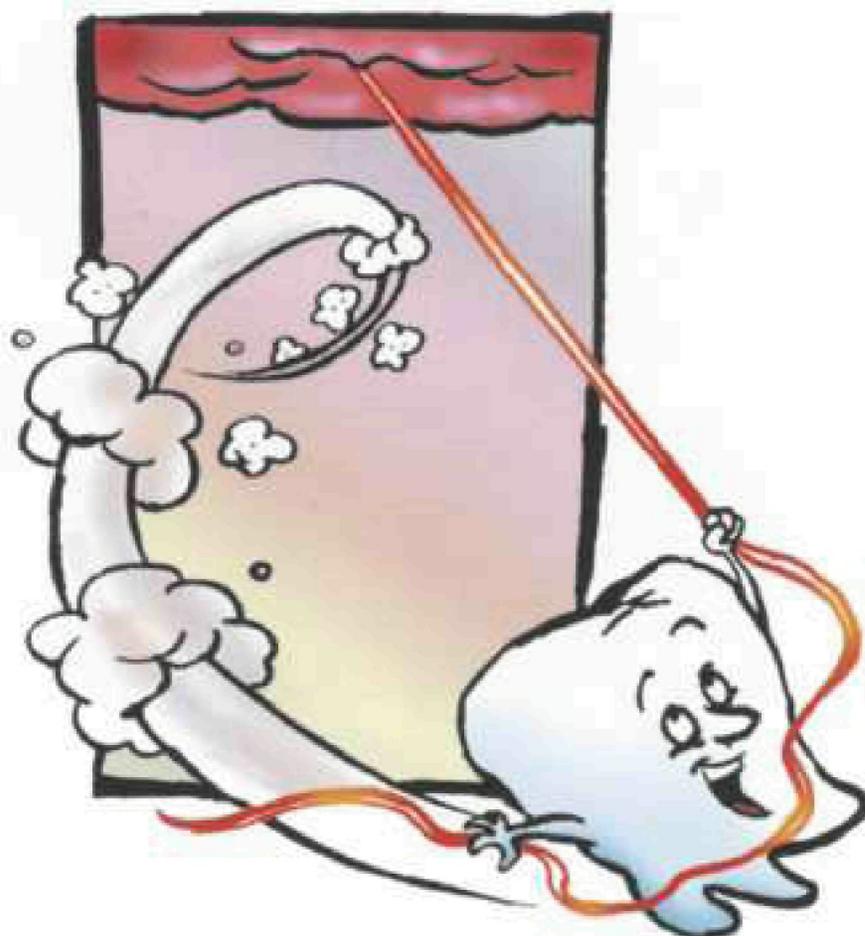
Η άριστη κλινική εικόνα του στόματος που χαρακτηρίζεται από καθαρά και υγιή δόντια, σφιχτά και υγιή ούλα και καθαρή και δροσερή αναπνοή είναι αποτέλεσμα της καλής υγιεινής του στόματος, του σωστού βουρτσίσματος σε καθημερινή βάση και της καλής επικοινωνίας με τον οδοντίατρο.

Υπερουλικά

Όπως αναδεικνύεται κι από την ίδια τη λέξη, ο όρος υπερουλικά αναφέρεται στο τμήμα του δοντιού που βρίσκεται πάνω από το ούλο.

Υποουλικά

Όταν αναφερόμαστε στον όρο υποουλικά, μιλάμε για το τμήμα του δοντιού που βρίσκεται κάτω από το ούλο. Η ακτινογραφία είναι απαραίτητη σε αυτό το σημείο για να έχουμε μία πλήρη και σωστή διάγνωση.



Φατνίο

Κάθε δόντι μεγαλώνει και κρατιέται στο στόμα από το κόκαλο της γνάθου που το περιβάλλει, το οποίο και ονομάζεται φατνίο. Μέσα σε αυτό κρατιούνται οι ρίζες των δοντιών με τη βοήθεια μικρών ευλύγιστων τριχών (ινών) δίνοντας στο δόντι μια μικρή ευελιξία στο χώρο του φατνίου.

Όταν υπάρχει πέτρα στα δόντια μας λόγω κακής στοματικής υγιεινής και αυτή σταδιακά προχωράει υποσουλικά, τότε κόβονται οι τριχούλες που κρατούν το κάθε δόντι στο κόκαλο και έτσι αρχίζει σιγά-σιγά το δόντι αυτό να κουνιέται. Εάν συνεχιστεί η απομάκρυνση του κόκαλου από το δόντι, τότε δυστυχώς το τελευταίο θα χάσει το στήριγμά του και δεν θα μπορεί πλέον να παραμείνει στο στόμα μας.

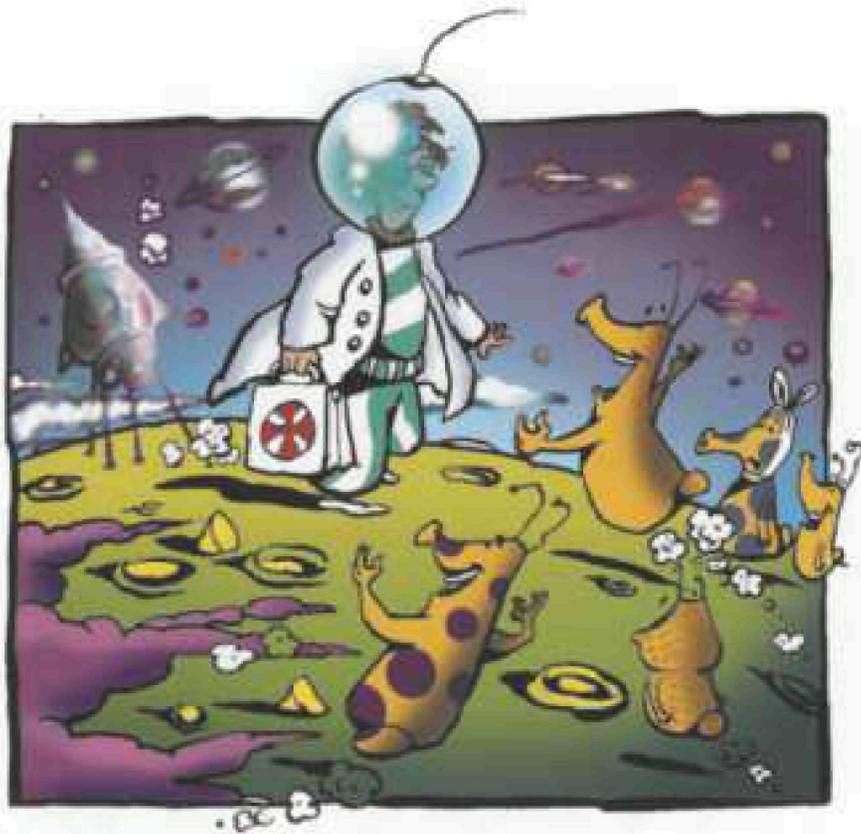
Φθόριο-Φθορίωση

Έχει αποδειχθεί ότι το φθόριο δυναμώνει την αδερμάντινη των δοντιών και έτσι απομακρύνει τον κίνδυνο τερηδονομοίου. Υπεύθυνος για την ενίσχυση των δοντιών μας με φθόριο είναι καταρχάς ο οδοντίατρος. Ο τελευταίος τοποθετεί το φθόριο στην επιφάνεια των δοντιών. Η διαδικασία αυτή ονομάζεται φθορίωση και γίνεται γρήγορα και εντελώς ανώδυνα για μας. Φθόριο υπάρχει και στο νερό που πίνουμε, αν όμως η περιεκτικότητά του δεν είναι ικανοποιητική τότε ο οδοντίατρος συστήνει χαπάκια φθορίου.

Φλεγμονή

Όταν οι βλαβεροί μικροοργανισμοί μαζεύονται γύρω από τη ρίζα κάποιου δοντιού τότε λέμε πως στην περιοχή εκείνη υπάρχει φλεγμονή. Φανταστείτε τη φλεγμονή αυτή σαν ένα μπαλόνι γεμάτο από μικρά έντομα, κλεισμένα εκεί μέσα, τα οποία προκαλούν σε εμάς το αίσθημα της ενόχλησης. Όταν καταφέρουν να βγουν από το μπαλόνι καταλαμβάνουν μεγαλύτερο χώρο, εμφανίζεται πρήξιμο στην περιοχή, αλλά ο πόνος ελαττώνεται.





Χείλη

Το πρώτο που προσέχουμε στο συνομιλητή μας όταν τον κοιτάμε στο πρόσωπο και εστιάζουμε στο στόμα είναι τα χείλη. Σε συνεργασία με τη γλώσσα, τα χείλη μας δίνουν τη δυνατότητα να δημιουργήσουμε αρχικά τους φθόγγους που θα γίνουν συλλαβή και θα μας δώσουν τη λέξη.

Χρώμα δοντιών

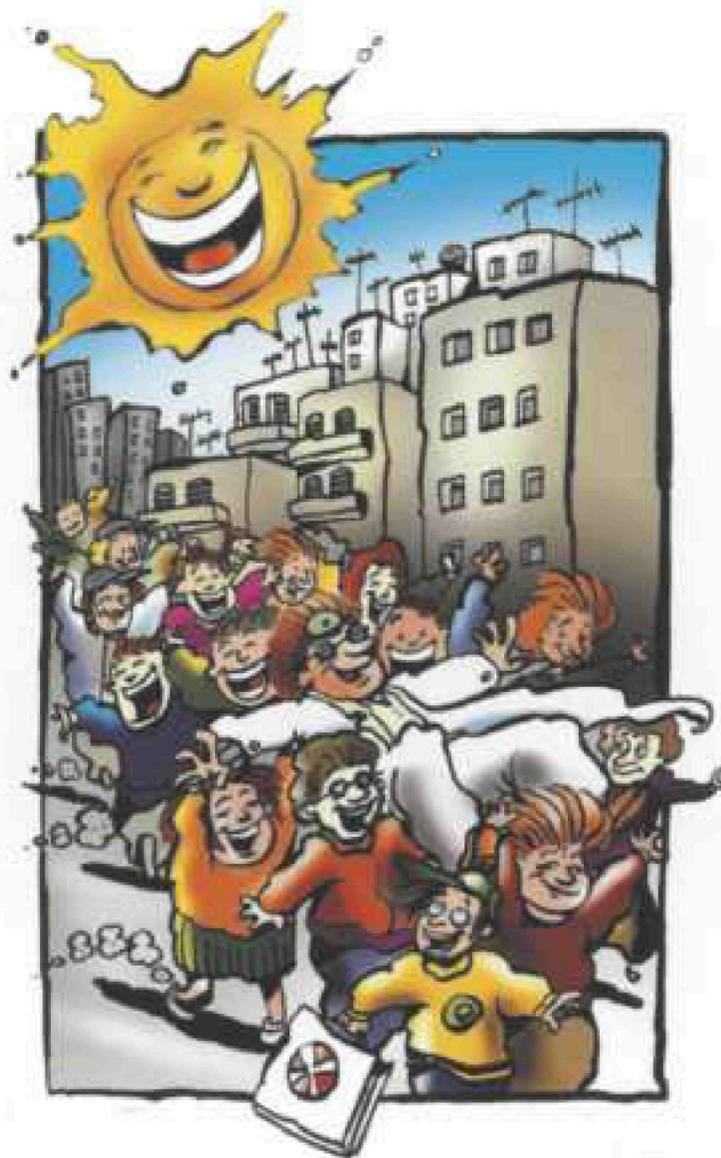
Κάθε άνθρωπος έχει το δικό του προσωπικό χρώμα καθώς και σχήμα στα δόντια. Όσον αφορά στο χρώμα, υπάρχουν κάποια βασικά χρώματα όπως το κίτρινο, το καφέ ή το γκρι που χαρακτηρίζουν τα δόντια. Ανάλογα με τη διαβάθμιση στη φωτεινότητα της βάσης χρώματος που παρουσιάζουν τα δόντια μας, μιλάμε για λευκά ή για κίτρινα δόντια.





Ψεύτικα δόντια

Ψεύτικα θεωρούνται όλα τα δόντια που αντικαθιστούν τα δικά μας που χάθηκαν ύστερα από εξαγωγή. Είναι τα δόντια που είτε ως θήκες, είτε ως γέφυρα, είτε ως μασέλα μας βοηθούν να μασάμε, να μιλάμε, και έχουμε ωραίο χαμόγελο.



Ωραία, υγιή και καθαρά δόντια είναι
ό,τι όλοι μας επιθυμούμε
Δύσκολο να γίνει δεν είναι αλλά θέλει
σωστό και καθημερινό βούρτσισμα,
έλεγχο στο τι τρώμε και καλή,
συχνή συνεργασία με τον οδοντίατρό μας.