

Skrb za zobe

Skrb za zobe

Cerebralna paraliza prizadene posameznika na različne načine; **lahko vpliva tudi na zdravje zob in ustne votline**. Skrb za zdrave zobe je pomembna za vse otroke, zato je potrebno tudi otroka s cerebralno paralizo navaditi na dnevno rutino umivanja zob.

Zdravje zob in ustne votline pri ljudeh s cerebralno paralizo

Cerebralna paraliza lahko prizadene zdravje zob in ustne votline na različne načine. Nekateri otroci si težko sami operejo zobe ali pa je oteženo pranje zob zaradi spazmov ust. Nekateri imajo težave z žvečenjem in požiranjem, zato je potrebno hranjenje s pasirano oz. tekočo hrano. Lahko imajo slabši občutek v ustih. Pri mnogih je prisoten strah pred poseganjem v usta. Včasih so vedenjske težave povezane z nezmožnostjo izražanja neprijetnih občutkov v ustih ali ob zobobolu. Vse to so lahko razlogi za slabše zdravje zob in ustne votline.

Nekatere težave so povezane z različnimi oblikami cerebralne paralize:

Pri nekaterih osebah s spastično obliko cerebralne paralize je glava lahko zategnjena, odpiranje ust pa omejeno. Jezik je zakrčen (ima povečan mišični tonus) in se zatika med govorjenjem in požiranjem. Vse to lahko tudi otežuje ščetkanje zob. Če je zgornja ustnica slabše razvita, ne pritiska dovolj na zgornje zobe, kar povzroča da, niso ustrezno razvrščeni v nizu in posledično preveliko obrabo posameznih zob.

Pri atetoidni obliki cerebralne paralize lahko jezik spontano trza (se giblje). Pojavljajo se lahko tudi nenadna, nehotna odpiranja ust, kar lahko privede do izpaha čeljusti. Nehotni in nekoordinirani gibi jezika, čeljusti in obraznih mišic otežujejo ustno higieno.

Pri hipotoni obliki cerebralne paralize (znižan mišični tonus) je jezik lahko povečan, plosk in sili iz ust. Obrazni gibi so lahko šibki, zgornja ustnica neaktivna, kar tudi vpliva na neustrezno razvrstitev zob.

Poleg tega pa se lahko pojavijo še naslednje težave:

- Če ne skrbimo za primerno ustno higieno in ne odpravljamo težav z zobmi, lahko to vpliva na splošno zdravstveno stanje, npr. posameznik ne dobi primernih hranil.
- Slaba ustna higiena povzroča bolezni dlesni, ki so posledica velikega števila nevarnih bakterij na obzobnih tkivih. To se najprej kaže v obliki slabega zadaha, prisotnost bakterij pa lahko vpliva na splošno poslabšanje zdravja.
- Nenormalna nevro-muskulatorna koordinacija jezika, ustnic in ličnic lahko privede do slabe razvrstitve zob (izstopanja zob iz niza), to pa posledično na propadanje dlesni.
- Otroci s cerebralno paralizo si pogosteje poškodujejo obraz in usta kot zdravi otroci.

Nekatere osebe s cerebralno paralizo se samopoškodovalno vedejo – lahko grizejo jezik, ustnice in ličnice ali dajejo prste ali roke v usta. Zaščitni zobni aparati lahko zmanjšajo negativne učinke takega vedenja. V vsakem primeru je potrebno ugotoviti, kaj pri posamezniku povzroča takšno vedenje. Morda na tak način izraža neudobje v ustih.

Nekatere osebe s cerebralno paralizo, predvsem tiste s težjo duševno prizadetostjo, imajo lahko tudi škodljive navade kot so:

- bruksizem: škripanje z zobmi, stiskanje zob,
- prežvekovanje: vračanje iz želodca in ponovno žvečenje že zaužite hrane. Iz želodca se v usta vrača delno prebavljena, kislav vsebina; kislav okolje škoduje zobem, povzroča demineralizacijo in poškodbe sklenine.
- zadrževanje delčkov hrane ali zdravil v ustih (med zobmi in ličnicami) za daljše časovno obdobje, kar lahko povzroča propadanje zob.
- bolezenska želja po nenavadni hrani oz. hranjenje z neživili. Tudi to lahko povzroči propadanje zobne strukture in poškodbe obzobnih tkiv.

Pri nekaterih posameznikih s cerebralno paralizo je pogost refluks iz želodca ali požiralnika in bruhanje. Tudi to lahko vodi do propadanja zobne sklenine in dlesni.

Kaj lahko naredimo?

Najpomembnejši faktor doseganja in ohranjanja dobrega zdravja ustne votline in zob je dobra ustna higiena. Zobe je treba ščetkati (sam ali s pomočjo druge osebe) vsaj dvakrat dnevno, oziroma po vsaki jedi. Če je ščetkanje zob oteženo, lahko zobozdravnik svetuje uporabo posebnih pripomočkov za čiščenje zob. Majhnemu otroku najlažje čistite zobe tako, da ga posedete v naročje, saj mu tako najlažje podprete glavo in istočasno ščetkate zobe. Ne puščajte otroka, da zaspi s stekleničko v ustih, saj to povzroča zgodnji razvoj kariesa.

Pomembni so redni obiski pri zobozdravniku. Najbolje je, da poiščete zobozdravnika, ki ima izkušnje s pacienti s cerebralno paralizo.

V nekaterih primerih lahko ortodont predpiše zobni aparat, ki bo pomagal vzpostaviti ali ohraniti pravilni ugriz in s tem onemogočil morebitne nadaljnje poškodbe.

Pomembno je, da na skrb za zdravje ust in zob gledamo kot na integralni del splošne skrbi za zdravje. Tudi drugi strokovnjaki, kot so delovni terapevti in logoped, imajo pomembno vlogo pri svetovanju glede pripomočkov in tehnik, ki pomagajo staršem in otrokom do dobre ustne higiene.