

BRUKSIZAM

Bruksizam, stanje poznato kao škripanje zubima, jeste stanje u kojem se škrguće griznim površinama gornjih i donjih zuba i to uglavnom bočnim pokretima. Bruksizam je često praćen i čvrstim stiskanjem zuba. Sve ove radnje su nesvjsne i pacijenti ih primjećuju tek kada im neko sa strane ukaže na tu pojavu.

Zašto je bruksizam štetan?

Noćno stiskanje zuba može dovesti do stvaranja velikog pritiska na površini zuba (nekoliko desetina kilograma po cm^2). Ovakav pritisak je štetan ne samo po zube već i po desni, kost kao i zglob. Vremenom pritisak dovodi do trajnog oštećenja zuba što može stvoriti i bolna stanja kod pacijenata. Pored oštećenja prirodnih tkiva, ovako veliki pritisak dovodi i do oštećenja plombi i protetskih radova.

Šta izaziva bruksizam?

Danas se još sa sigurnošću ne može kazati šta je uzrok bruksizma. Dugi niz godina bruksizma se povezivao sa stresom. Sa druge strane, brojni stomatolozi vjeruju da se uzrok bruksizmu nalazi u samim ustima pacijenata. Noćno stiskanje zuba može biti nesvjesni pokušaj da se isprave nepravilnosti položaja zuba tj. malokluzija. Škrgutanjem zubima se pokušava sniziti neka previsoka tačka ili organizam jednostavno pokušava da pronađe lagodniji položaj vilica. Takođe, konzumiranje stimulatora, kao što je kofein, ili nekih lijekova povećava rizik za nastanak bruksizma.

Ko je pogođen bruksizmom?

Iako procentualno i muškraci i žene škrguću zubima u toku sna, veći broj žena radi to u toku dana. Procjenjuje se da 1 u 20 odraslih osoba kao i 3 u 20 djece nesvjesno škrguću zubima.

Koji su simptomi bruksizma?

Simptomi koji brate bruksizam obuhvataju:

- Bol i nelagodnost u predjeli uha prilikom žvakanja.

- Vilični mišići koji su napeti ili bolni, naročito ujutro.
- Tupe jutarnje glavobolje.
- Ritmične kontrakcije viličnih mišića.
- Škripanje zubima koje može biti čujno i za okolinu.

Koliko dugo traje bruksizam?

Od sve djece koji škrguću zubima u periodu od 3. do 10. godine više od polovine spontano prestaje do njihove 13. godine. Za tinejdžere i odrsale osobe dužina trajanja bruksizma zavisi svega od uzroka. Ukoliko je bruksizam izazvan stomatološkim ili medicinskim uzrokom onda bi uklanjanje tih uzroka (ispravljanje malokluzije ili promjena terapije) dovelo i do rešavanja ovog problema. Ako je bruksizam izazvan stresom, povredom mozga ili nekim oboljenjem, onda bi uklanjanje ovih uzroka zahtijevalo duži vremenski period.

Kako se liječi bruksizam?

Za bruksizam ne postoji lijek već se ovo stanje ispravlja.

Prvi korak u ovom procesu jeste posjeta stomatologu. U toku pregleda, Vaš stomatolog će ispitati stanje viličnih mišića kao i postojanje eventualnih zubnih ili mekotičnih nepravilnosti ili oštećenja koja bi mogla biti posledica bruksizma.

Uglavnom je prvi, a najčešće i jedini, korak u rešavanju ovog problema jeste izrada odgovarajućeg štitičnika koji pacijenta olakšava bola i nelagodnosti. Sledeći koraci u terapiji bruksizma zavise od uzroka nastanka istog.

Bruksizam izazvan stresom - Profesionalno savjetovanje, psihoterapija, relaksacione vježbe kao i druge metode koje Vam preporuče ili doktor ili psihijatar. Miorelaksanti, kao terapija, mogu pomoći kod stanja prejakog stiskanja vilica.

Bruksizam izazvan stomatološkim uzrocima - Ortodontska terapija može dovesti do ispravljanja nepravilnosti u okluziji čime se uklanjaju uzroci bruksizma.

Bruksizam izazvan terapijom - Vaš doktor Vam može promijeniti terapiju drugom kojom bi se izbjegao bruksizam kao neželjeni efekat.