CORRIERE
SALUTE
CORRIERE DELLA SERA
11 NOVEMBRE 1997

DENTI LAVORANO TANTO, TANTISSIMO. IMPARIAMO A RISPETTARNE L'INTEGRITA', EVITANDO ANCHE LE PICCOLE CATTIVE ABITUDINI CHE LI POSSONO SCHEGGIARE O CONSUMARE. E SE L'INCIDENTE ACCADE, ECCO COME SI RIPARANO

Sorrisi incrinati

Gianfranco Aiello *

Migliaia di contatti. Questo è il volume di lavoro che i nostri denti, la parte più dura e resistente dell'organismo, devono sobbarcarsi in media ogni giorno. Sorrisi indistruttibili? Tutt'altro. Il numero di denti danneggiati, crepati o scheggiati che arrivano sulla poltrona del dentista è in costante aumento. Si tratta di traumi tutti prevenibili con un minimo di attenzione.

VIZI A RISCHIO

Qualche esempio classico di persone a rischio. Lo studente che mastica abitualmente la biro. La grande consumatrice di caramelle (ce ne sono di veramente dure) che, invece di succhiarle, le spezza subito e più volte per inghiottirle. In questa furia golosa, succede di mordersi l'interno delle guance, e anche di provocare nei denti piccolissime lesioni. Altro azzardo è tirare coi denti il turacciolo che non vuol saperne di uscire dalla bottiglia, o rompere a forza di ganasce la frutta secca. Sono queste tra le cause più comuni dei microtraumi dentali.

SCOPRIRE I DANNI

Come fare ad accorgersi che si è prodotto un danno alla propria dentatura? Non è sempre così facile: il trauma può essere veramente minimo. Scoprirlo subito però è importante: se la microfrattura rimane nascosta, per esempio, perché non si è regolari nei controlli dal dentista (vanno fatti almeno una volta all'anno), la carie può trovare accesso proprio nel punto lesionato dello smalto. Quali sono i sintomi che devono mettere sull'avviso? L'improvvisa sensibilità al caldo o al freddo, (per esempio, bevendo acqua fredda o caffé bollente), l'avvertire un fastidio in una parte precisa della dentatura quando si mastica, ma anche notare, con l'uso del filo interdentale, che questo si sfilaccia sempre quando lo si passa in un certo punto (sintomo di carie o di rottura).

I DIGRIGNAMENTI

Un altro nemico dell'integrità dello smalto è digrignare i denti, soprattutto durante il sonno: si chiama bruxismo. Le persone che lo fanno sono sempre più numerose, e a lungo andare questo movimento finisce per limare e danneggiare la superficie dei denti. Come accorgersene? Il paziente di solito si sveglia al mattino con uno strano indolenzimento dei muscoli della bocca, dovuta alla frenetica attività nel sonno. Le cause di questo disturbo sono anche di natura psicologica: ci sono persone che scaricano le tensioni emotive proprio sull'apparato masticatorio. Spesso, per fortuna, passato il periodo di stress passa anche il bruxismo. Ma se ciò non avviene, l'uso del «bite», una sorta di dentiera in plastica da usare di notte (per i bambini ne esistono al sapore di frutta), rieduca la bocca e la fa tornare in condizioni di equilibrio. C'è poi anche una vera e propria fisioterapia dei movimenti della bocca, che il dentista può insegnare al paziente per migliorare la tendenza al bruxismo.

GUAI DI CAPSULE

Un controllo da fare immediatamente in caso di digrignamento notturno è quello degli equilibri occlusivi dei denti. Ogni bocca ha infatti un preciso modo di chiudersi che, se viene alterato, può provocare problemi di questo tipo. Nella maggior parte dei casi, il «difetto» sta in una nuova capsula, che non è stata realizzata nella maniera fisiologica per quella bocca. Oppure è stata eseguita a regola d'arte, ma il tempo e l'usura ne hanno modificato la superficie. Il dentista la molerà, levigando e ritoccando smalto e capsule, finché i denti tornano a chiudere e combaciare perfettamente.

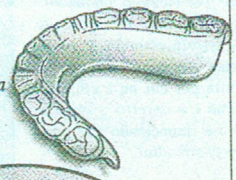
MINI-RESTAURI

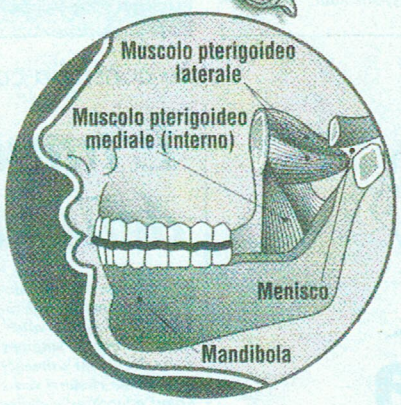
Riparare i microtraumi o i danni del bruxismo dei denti anteriori per fortuna è facile e poco costoso. Non occorre la capsula, basta restaurarli con speciali resine, che riproducono perfettamente il colore originale e la naturale robustezza. Il paziente riavrà così bellezza ma anche salute, togliendo alla carie l'opportunità di far danno.

* Presidente Accademia Estetica Dentale Ital. Milano-Salerno

PROTEZIONI CONTRO L'USURA

Si chiama «Bite» l'apparecchio che protegge i denti. Va messo e lasciato in bocca per l'intera notte quando si soffre di bruxismo. Costruito in materiale simile alla plastica, questo dispositivo ha la funzione di coprire interamente la superficie dei denti, impedendone così lo sfregamento e il conseguente rischio di danneggiamento. Esistono «Bite» anche al sapore di frutta per essere meglio tollerati dai bambini che ne sono i maggiori utenti.





PER PICCOLE ROTTURE

PRONTE «SALDATURE»

I bambini sono vivaci e non stanno mai fermi, si sa. Una caduta e il dente si rompe di netto. E' quello che succede a tre bambini su dieci prima dei dodici anni. È perso, si penserà. Non è vero, in questi casi è possibile salvare il dente, a patto di mantenere il sangue freddo nonostante le urla del piccolo, e agire in fretta. In quale modo? Raccogliendo immediatamente il pezzo staccato (di solito si tratta di un incisivo superiore) che deve essere messo subito in un bicchiere di latte o di acqua e sale, per conservarne l'integrità biologica. Poi, bisogna correre subito dal dentista: è fondamentale portargli il pezzo rotto al più presto. Verrà agevolmente riattaccato con le resine composite, e resterà ben saldo.