



Za 10 let vzrostl počet dospělých ortodonticky léčených pacientů o 30 %. Rovnátka už nejsou doménou dětí, péči ortodontistů vyhledávají často i dospělí. Zuby se nerovnejí pouze z estetických, ale také ze zdravotních důvodů, u malých i velkých pacientů.

Případy, kdy dítě potřebuje rovnátka jen kvůli předčasné ztrátě dočasných zubů, způsobené zanedbáním péče o chrup, jsou zbytečné. Stačí od začátku správně nastavit péči o zuby,

zahrnující účinné čištění zubů, snížení frekvence konzumace sladkostí, upřednostňování pití vody a minerálek.



*„Vedle zdravotních a estetických důvodů, proč se vyplatí péči o dočasný chrup nezanedbat, jsou dalším argumentem náklady. Dentální hygiena vyjde při třech půlhodinových návštěvách hygienistky ročně na 1 200–2 400 Kč. Ortodontická léčba, která je nutná kvůli zkaženým dočasným zubům a jejich předčasné ztrátě, představuje náklady ve výši 20 000–60 000 Kč. Hodnota rovnátek se tedy dá přirovnat k ceně za dentální hygienu na minimálně 16 let ,“*

upozorňuje zubní  
**lékařka MUDr. Hana Zallmannová**

V roce 2010 pracovalo v České republice 332 specialistů v ortodoncii, jejich průměrný věk byl 51,5 let, na 32 000 obyvatel připadal jeden specialista, což byl a stále je evropský průměr.

V současné době jsou tato čísla přibližně stejná. Co se ale změnilo, je počet dospělých ortodonticky léčených pacientů. Před 10 lety bylo průměrně ze všech ortodonticky léčených pacientů jen 8 % dospělých, v současné době jich je 38 %.

**„Rovnátkou vybírá a navrhuje ortodontista. Záleží na typu vady, věku, schopnosti pacienta návrh přijmout a spolupracovat. Na základě vyšetření a vyhodnocení dokumentace ortodontista navrhne pacientovi fixní nebo snímatelné aparáty, snímací foliové systémy (moderní snímatelná rovnátka), atypické postupy a pomůcky ,“** vysvětluje ortodontista  
**MUDr. Jiří Petr**

dodává: „

*Překážkou ortodontické léčby může být nedostatečná hygiena. Pokud nejsou zuby čisté a dásně zdravé, zuby se při léčbě pohybují pomaleji, více to bolí, a může tím dojít i k poškození zubů a okolních tkání. Pacientům, kteří si nedokáží správně vyčistit zuby, se proto rovnátka nenasazují*

“

Nedílnou součástí péče o chrup je životospráva. Riziko vzniku zubního kazu se zvyšuje, pokud máme sladko v ústech. Zubům nevádí ani tak množství jako frekvence konzumace sladkého. Z pohledu zdraví zubů je horší napít se 10x denně limonády, než jí najednou vypít 2 litry. To neplatí z pohledu celkového zdraví, takže nejlepší je pít vodu. Kvalitním zdrojem tekutin pro každodenní pitný režim jsou přírodní pramenité, kojenecké a minerální vody, vyznačující se původní čistotou.



*„Situace v ústech lidí s rovnátky se průběžně mění. Lidé s rovnátky by proto měli chodit na dentální hygienu častěji. Dentální hygienistka odstraní nově vzniklý zubní kámen a zuby vyleští. Dále provede pacientovi opakovanou instruktáž čištění zubů kolem rovnátek, reagující na nově vzniklé situace v ústech pacienta ,“* radí **dentální hygienistka Zuzana Chmelařová, DiS.**

Od roku 2001 probíhá ve spolupracujících mateřských školách, na 1. stupni základních škol a v dětských domovech preventivní stomatologický program Dětský úsměv. Vedou ho vyškolené lektorky, které chodí do jedné třídy 6x během školního roku a každou lekci nacvičují s dětmi správné čištění zubů. Třetím rokem projekt podporuje AquaLife Institute, který sleduje aktuální stav a potřeby české společnosti v oblasti výživy a zdraví s důrazem na pitný režim.



AQUALIFEINSTITUTE

**[AquaLife Institute](#)** je organizace, která sdružuje přední odborníky a vědce zabývající se hydratací

**Sleduje aktuální problémy a potřeby české společnosti v oblasti výživy a zdraví s důrazem na pitný režim**

**AquaLife Institute také podporuje vědu a výzkum týkající se pitného režimu a vlivu příjmu tekutin**