

MOŽEMO LI POSTATI OVISNI O IZBJELJIVANJU ZUBA?

Na spomen riječi "ovisnost" uglavnom svi pomisle na alkohol, opojne droge ili igre na sreću, međutim, postoje i neka druga ponašanja i navike u svakodnevnom životu o kojima svatko od nas može postati ovisan. No, iako posljedice na zdravlje u tom slučaju nisu toliko drastične poput onih uzrokovanih ovisnošću o npr. heroinu ili sintetičkim drogama, one postoje i mogu značajno utjecati na kvalitetu našeg života.



Prof. dr. sc. Dubravka Knezović Zlatarić,
spec. stom. prot.

Zavod za mobilnu protetiku,
Stomatološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu
✉ knezovic@sfzg.hr

U moru različitih psiholoških ovisnosti modernog doba, poput onih o plastičnim operacijama, vježbanju, internetu, video igricama, mobitelu, kupovini, pojavila se još jedna "moderna ovisnost" – ona o izbjeljivanju zuba. Za nju je čak i službeno uveden novi termin – **BLEACHOREXIA**. Radi se zapravo o psihološkom poremećaju koji može izazvati niz zdravstvenih problema uzrokovanih pretjeranom upotrebom proizvoda za izbjeljivanje zuba.

Nažalost, sve je češći, a jednim od najvažnijih uzroka pojave ovog problema smatraju se izniman utjecaj društvenih mreža na potrebu prikazivanja savršenosti te vrlo velika dostupnost i niska cijena proizvoda za izbjeljivanje koje može kupiti i koristiti svatko. Naravno, iza toga između ostalog stoji i vrlo velika i moćna industrija koja zarađuje od činjenice da se zbog tamnijih ili žućih zuba osjećamo loše.

Prečesto izbjeljivanje i posljedice

Pojam *bleachorexia* prvi je put upotrijebio dr. Steven Rammelkamp još 1997., uvidjevši da sve više pacijenata pretjeruje jer u želji za postizanjem „savršenog“ osmijeha pretjeruju i predugo koriste vrlo visoke koncentracije proizvoda za izbjeljivanje, a nakon prestanka zahvata osjećaju se fizički bolesni-

ma. To je ujedno i razlog zbog kojeg ne žele prestati, a što može imati loše posljedice za zdravlje.

Prečesta upotreba proizvoda za izbjeljivanje zuba (naročito onih s višim koncentracijama vodikovog peroksida) može izazvati preosjetljivost zuba pri kontaktu s hladnom ili toplijom hranom te zrakom, dovesti do pojave intenzivne zubobolje na jednom ili više zuba, može iritirati desni i uzrokovati njihovo povlačenje te trajno oštetiti površinski, a u ekstremnim slučajevima i dubinski sloj cakline.

Nažalost, u tom slučaju tvrdo je zubno tkivo trajno oštećeno, a zubna pulpa iritirana te je zub/zube potrebno zaštititi nekim od stomatoloških materijala – kompozitima ili keramikom.

Stomatolozima je u svakodnevnoj praksi vrlo teško izaći na kraj s takvim pacijentima jer ih je nemoguće uvjeriti da su im zubi dovoljno bijeli i da im dodatni zahvat za izbjeljivanje uopće nije potreban. Oni potom sežu za alternativnim preparatima dostup-



Slika 1. Prije postupka



Slika 2. Nakon postupka

nima u slobodnoj prodaji, na policama trgovina, a koji vrlo često u svojim deklaracijama ne navode točan sastav materijala za izbjeljivanje, toksičnost i ostale nuspojave. Ukoliko pak stomatolozi pokleknju te zbog kolike-tolike kontrole pacijentu ipak provode postupak izbjeljivanja, ali nešto češće nego je to preporučeno, takvi pacijenti ne odustaju i neprestano dolaze.

Sva opisana problematika prisilila je stomatološku zajednicu na **formiranje protokola** prema kojim bi se postavljala objektivna dijagnoza obojenosti zuba te prema tome odlučivalo koja bi terapija dolazila u obzir kod svakog pacijenta pojedinačno. Isto je tako na razini Europske Unije dogovoreno koji proizvodi za izbjeljivanje mogu biti u slobodnoj prodaji, a koje može i mora u svrhu izbjeljivanja koristiti isključivo stomatolog. Naravno, ono što je dostupno pacijentima posjeduje nižu koncentraciju aktivne tvari od profesionalnih preparata kojima rukuje stomatolog, a to znači i da su **izbjeljivanja pod nadzorom stomatologa uspješnija i dugotrajnija** od onih koje pacijent može provoditi na samome sebi.

Postupci koji se preporučuju

Od postupaka kojima je moguće izbjeliti zube Direktiva Europske Unije preporuča onaj s udlagom kod kojeg pacijent svaku večer tijekom dva tjedna nanosi gel 16% karbamidovog peroksida u indi-

vidualnu udlagu, a stomatolog pri tom prati cijeli postupak, postavlja početnu dijagnozu i odlučuje kad zahvat treba završiti. Ovo je najbolji način za postizanje idealnog rezultata i zadovoljstva pacijenta uz izbjegavanje mogućih nuspojava. Objektivno praćenje promjene boje zuba stomatologu omogućuje kontroliranje cjelokupnog procesa, a pacijentu pruža osjećaj sigurnosti i garanciju uspjeha. Istovremeno se kontroliranjem provođenja izbjeljivanja izbjegava pojava preosjetljivosti zuba i desni, ali i pretjerano korištenje materijala za izbjeljivanje, naročito zato jer stomatolog daje pacijentu materijal na tjednoj bazi.

Međutim, usprkos svim upozorenjima, neki pacijenti razvijaju ovisnički odnos spram ovog zahvata. U tom slučaju potrebno je da potraže pomoć što prije jer se radi o opasnom stanju koje može značajno utjecati na zdravstveno stanje pacijenta. Stoga je vrlo važno znati sve opasnosti koje vrebaju posegnete li za nekim od proizvoda za izbjeljivanje na policama vaše trgovine, odgovorno ih koristiti i ukoliko imate bilo kakve nedoumice po pitanju boje vaših zuba otići svom stomatologu i porazgovarati s njim.

Možda ste baš vi pravi kandidat za izbjeljivanje pod profesionalnim nadzorom!

**LITERATURA dostupna na zahtjev*

