**Jakou zvolit plombu? Klasický amalgám nebo bílou?**

**Jaká zubní vyplň je pro mě ta nejlepší? Mnoho lidí si často klade tuto otázku. I když se může zdát, že amalgámu již definitivně odzvonilo i ten má své výhody a jak to je s bílou plombou? MDDr. Ondřej Šrámek z Dentální kliniky Hradčanská zodpoví časté otázky k plombám.**

Jaký typ plomb je běžně tedy z u zubařů k dispozici? Z definitivních materiálů jsou to v podstatě jen dva druhy. **Amalgám** ten se používá již od druhé poloviny 19. století a jedná se slitinu kovového prášku (nejčastěji stříbro) a rtuti. Od roku 2018 se ale amalgámové plomby nesmějí dávat dětem do 15. let a těhotným či kojícím ženám.

Druhou a modernější variantou je **kompozitní pryskyřičný materiál - bílá plomba**, která je tvořena syntetickou pryskyřicí. Ta se nanáší v několika vrstvách a ozařuje modrým světlem (polymerační lampa) až hmota ztvrdne a propojí se zubem. Pak jsou ještě některé provizorní materiály, ale ty se pro dlouhodobé použití nehodí.

**Kdy je vhodné používat jaký typ plomb?**

„Můj názor je takový, že amalgám je historicky vynikající materiál, který měl ve své době nezastupitelný význam, ale stomatologie se vyvíjí velmi rychle a fotokompozitní výplně jsou dnes mnohem vhodnější materiál, a to nejen z estetického hlediska. Proto osobně preferuji použití kompozitních (bílých) vyplní, zároveň ale nechci hanit amalgám protože, pokud je dobře zhotovený, vydrží velice dlouho,“ říká MDDr. Ondřej Šrámek z Dentální kliniky Hradčanská.

**Bílá plomba časově náročná**

Hlavní nevýhoda bílé plomby je její náročnost při zhotovení a s tím i související cena. Při zhotovení bílé výplně potřebujeme udržet sucho na opravovaném zubu, to je potřeba zajistit ideálně latexovou membránou, které říkáme koferdam, další nevýhodou je to, že bílá výplň se při tuhnutí smršťuje, což v důsledku nutí výplň zhotovovat po menších částech a zabere to mnohem více času. Pokud máte bílé plomby, je také důležité dodržovat pečlivou zubní hygienu.

**U amalgamu musíme vrtat hlouběji**

Naopak velikou výhodou je to, že bílá výplň se na zub "lepí" a tím pádem můžeme ze zubu odstranit skutečně jen kaz, aniž bychom si museli lámat hlavu s tím, jak nám bude výplň na zubu držet jako je tomu u amalgámu – což je považované za největší nevýhodu amalgamu. Při jeho použití musíme zub vyvrtat hlouběji, než kdyby se odstraňovala pouze zkažená část zubu. Navíc amalgám drží na zubu pouze mechanicky, což ho oslabuje. Toto je hlavní důvod, proč je amalgám méně vhodný. A samozřejmě i výrazná barva, která může kazit úsměv.

Mnoho lidí se také obává, že by se bílá plomba mohla konzumaci tvrdého jídla rozpadnout. S tímto ale rozhodně nesouhlasí odborníci: „Toto není rozhodně možné, protože se nikdy nerozlomí plomba, ale rozlomí se zub v místě kde je výrazněji oslaben.“ vysvětluje MDDr. Ondřej Šrámek.

**Platí se především za čas**

„Pokud se budeme bavit o ceně za materiál, tak kompozit je o něco dražší. Nejdražší je však na výplni čas, který je potřeba ke zhotovení, proto je logicky amalgám levnější, pokud ale zhotovujeme amalgám co nepečlivěji, tak i ten může být cenově podobný bílé výplni.“ říká MDDr. Ondřej Šrámek.