**Na rovné zuby není pozdě ani v dospělosti**

Někteří lidé se narodí s rovnými zuby jak podle pravítka, ale většina lidí toto „štěstí“ nemá. Drobné tvarové nesrovnalosti jistě nevadí, protože dodávají úsměvu charakter, ale výrazně křivé zuby mohou vadit nejen esteticky, ale i zdravotně.

**Zdravotní rizika křivých zubů**

„Máme-li výrazně křivé zuby, špatně se čistí a zároveň tím dochází k vyššímu ulpívání plaku, který následně souvisí se záněty dásní atd. Při špatném skusu také většinou dochází k nadměrnému přetěžování některých zubů, a tím i k jejich většímu opotřebení. Poloha zubů nikdy není stabilní, zuby se celý život pohybují a s postupem času se neléčené zuby křiví více a více,“ říká ortodontistka MDDr. Mája Konvalinková, Ph.D. z Dentální kliniky Hradčanská.

**Správné čištění zubů v dětství**

Na vzniku ortodontických vad v dětství mají vliv zlozvyky, jako např. dlouhodobé užívání dudlíku nebo cucání palce. Velkou prevencí proti křivým zubům je i správná zubní hygiena v dětství. U dětských zubů je důležité, aby v ústech zůstaly po určitou dobu jim předurčenou, a držely tak místo pro prořezání stálých zubů. Pokud je například zub zkažený a musí se předčasně extrahovat (vytrhnout), dochází k posunům ostatních zubů, a tím k zhoršování podmínek pro prořezání stálých zubů a následnému stěsnání zubů. V případě předčasné ztráty zubu je vhodné vyhledat ortodontistu, aby se toto místo aktivně udržovalo a nevznikaly komplikace v průběhu výměny zubů. U menších dětí se pak křivé zuby nejčastěji řeší snímacími rovnátky, u starších pak fixními rovnátky nebo fóliovými.

**Neviditelná rovnátka**

Mnoho lidí ale křivé zuby řeší až dospělosti. Pryč jsou ty doby, kdy rovnátka byla ve formě nevzhledných drátů, které kazily úsměv, a lidé raději tuto proceduru nepodstupovali. „ V dnešní moderní době jsou ale populární tzv. neviditelná rovnátka např. systém Invisalign, ty jsou vhodná pro léčbu téměř jakékoli ortodontické vady. Jedná se o technologii speciálních transparentních folií vyrobených na míru pacienta, které dovolují výměnu či krátkodobé sejmutí a nasazení bez nutnosti návštěvy lékaře. Jejich výhodou je, že se dají vyjímat např. na jídlo či na společenské akce. Díky 3D modelu se navíc dá vidět finální tvar zubů po léčbě,“ říká ortodontistka MDDr. Mája Konvalinková.

Navíc Jejich finanční náročnost už není o tolik vyšší, když vezmeme v potaz nesrovnatelný komfort v průběhu léčby a také výrazně nižší potřebu kontrol u lékaře, tedy velkou časovou úsporu pro pacienta. S neviditelnými rovnátky se zuby čistí jako kdykoli předtím, a protože se dají vyjmout, je také důležitá spolupráce pacienta, aby v léčbě dobře spolupracoval a dodržoval pravidelnost.

Další moderní možností jsou i samoligovací rovnátka (Damon), které mají zaoblenější zámky a jsou tedy méně bolestivé a více pohodlné. Díky nepřítomnosti gumiček, které jsou součástí „klasických“ rovnátek, jsou více hygienické a také keramická varianta fixních rovnátek nežloutne.

.