

Zobu traumas uztveriet nopietni.

Bērni visbiežāk gūst traumas krītot, sportojot un kaujoties. Piena zobu traumas skar 30 % bērnu, visbiežāk 1 – 3 gadu vecumā. Pastāvīgo zobu traumas skar 22 % bērnu, biežāk 8-11 gadu vecumā. Zēniem 2 x biežāk nekā meitenēm.

Zobu traumas var būt dažādas – no emaljas plaisām līdz pilnīgi izsistam zobam. Reizēm vecāki nepievērš nelielai traumai uzmanību, tikai pēc laika zobs paliek tumšāks, tas ir kļuvis nedzīvs. Neārstējot šādu zobu, saknes galā var sākties iekaisuma process. Ikvienu trauma jāuztver nopietni, jo arī piena zoba trauma var ietekmēt pastāvīgā zoba aizmetņa attīstību.

Kā rīkoties piena zoba traumas gadījumā ?

- 1) noskalot ar ūdeni sasisto reģionu;
- 2) piespiežot marles pārsēju, apturēt asiņošanu;
- 3) zvanīt savam zobārstam, apmeklējums;
- 4) Rtg kontrole;
- 5) mīksta diēta;
- 6) kontrole pēc 1- 2 mēnešiem.

Ja ir izkustināts pastāvīgais zobs:

- 1) neaiztikt un nemēģināt to kustināt;
- 2) nekost ar izkustināto zobu;
- 3) zvanīt savam zobārstam, apmeklējums;
- 4) sekot ārsta norādījumiem un noteikti ierasties uz nākamo vizīti;
- 5) kārtīgi tīrīt zobus.

Ja pastāvīgais zobs ir izsists:

- 1) sameklēt un pacelt to aiz kronīša;
- 2) censties neaiztikt zoba sakni;
- 3) ja netīrs, noskalot tekošā ūdenī;
- 4) neberzt, netīrīt ar ķīmiskām vielām (arī zobu pastu);
- 5) ja var – ielikt atpakaļ;
- 6) ja nē, ielikt aiz vaiga vai glāzē ar pienu vai ūdeni istabas temperatūrā;
- 7) zvanīt un braukt pie zobārsta;
- 8) sekot ārsta norādījumiem, ierasties uz kontroli;
- 9) kārtīgi tīrīt zobus;
- 10) veiksmīgākais laiks zoba novietošanai vietā 20 -30 minūtes.

Ja bērns piedalās sporta nodarbībās (hokejs, futbols, bokss, cīņas sports), lai aizsargātu zobus, būtu vēlams iegādāties aizsargšinas. Augšžokļa priekšējo zobu rajonā traumas rodas 3 x biežāk nekā apakšžoklī. Tāpēc aizsargšinas parasti gatavo augšžoklim. Tās pasargā arī mēli un vaigus, mazinot iespēju gūt žokļa lūzumu.

Aizsargšinas individuāli gatavo ortodontijas nodaļās. Piemēram, RSU Stomatoloģijas institūtā Ortodontijas klīnikā. Atkarībā no aizsargšinas veida cena no 21 – 30 latiem.

Zobu traumas iespējams mazināt, ievērojot dažus noteikumus:

- braucot automašīnās vienmēr piesprādzējieties;
- izvērtējiet aizsargšinas nepieciešamību sportojot;
- uzmaniet mazuļus, kad viņi sper savus pirmos soļus;
- jebkuru zobu traumu uztveriet nopietni.

Aizsargšinu izgatavošana.

Rīgas Stradiņa universitātes Stomatoloģijas institūta Ortodontijas klīnika, Rīgā Dzirciema ielā 20.
Tālrunis reģistratūrā 7455096. Maksas pakalpojums.

Zobu traumu gadījumā

Rīgas Stradiņa universitātes Mutes, sejas un žokļu ķirurģijas klīnikas reģistratūra, Rīgā Dzirciema ielā 20.

Tālrunis reģistratūrā 7455586; 7455532.

Diennakts neatliekamā palīdzība.

SIA „Valsts zobārstniecības un sejas ķirurģijas centrs”, Rīgā, Dzirciema ielā 20.

Tālrunis 67452015

SIA „VALIS”

Brīvības ielā 167, Rīgā

Bezmaksas tālrunis 67373273

Darba laiks – darbadienās – diennakts

sestdienās, svētdienās – 8.00 – 24.00

SIA „Denta klīnika”

Brīvības ielā 230, Rīgā

Bezmaksas tālrunis 67553339

Darba laiks – diennakts, bez brīvdienām.

Bērniem bezmaksas.

SIA „Diennakts zobārstniecības kabinets”

Stabu ielā 9, Rīgā

Darba laiks – darbadienās – 8.00-24.00

sestdienās – 9.00 -24.00