

## **DİŞETİ HASTALIKLARI NASIL TEDAVİ EDİLİR?**

### **Dişeti hastalığı nasıl önlenir?**

Periodontal hastalığın önlenmesinde en önemli görev kişinin kendisine düşmektedir. Dişleri sağlıklı bir durumda sürdürmek için, günlük ağız bakımı işlemleri ile (diş fırçalama ve diş ipliği kullanma) bakteriyel diş plağının uzaklaştırılması gerekmektedir. Dişhekimine düzenli aralıklarla gidilmesi de aynı derecede önemlidir. Günlük ağız bakımı işlemleri diştaşı oluşumunu en az düzeye indirebilir, ancak tamamen önleyemeyebilir. Diş fırçası, diş ipliği veya diğer temizlik araçları ile ulaşamayan bölgelerin bir diş hekimi tarafından değerlendirilmesi mevcut diş plağı ve/veya diştaşının uzaklaştırılması açısından gereklidir.

### **Dişeti hastalıklarının tedavisi nedir?**

Dişeti hastalığının erken döneminde tedavi, dişler üzerindeki eklentilerin (plak ve diştaşı) uzaklaştırılması ve düzgün bir kök yüzeyinin sağlanmasını kapsar. Bu işlem dişetinde iltihaba neden olan bakteri ve iritanların uzaklaştırılmasını sağlar. Genellikle bu tedavi, dişetin tekrar dişe adaptasyonu veya dişetin büzülerek cebin elimine olması için yeterlidir. Dişeti hastalığının erken döneminde vakaların çoğunluğunda, diştaşı temizliği, plağın uzaklaştırılması ve düzgün bir kök yüzeyinin sağlanmasını takiben günlük etkin ağız bakımı başarılı bir tedavi için yeterlidir. Daha ilerlemiş vakalar cerrahi tedaviyi gerektirebilir. Bu tedavinin amacı dişleri çevreleyen derin periodontal ceplerdeki diştaşlarını temizlemek, cebin büzülerek eliminasyonunu ve düzgün bir kök yüzeyini sağlamak ve daha kolay temizlenebilir bir dişeti formu oluşturmaktır.

Periodontal tedavi sonrası hastaların düzenli olarak dişhekimisi tarafından muayene edilmesi, plak kontrolü ve yeni diştaşı birikimlerinin ortamdan uzaklaştırılması gereklidir. Fakat unutmamak gerekir ki; periodontal tedavi ile elde edilenlerin sürdürülmesi için hiçbir işlem kişinin günlük ağız bakımı işlemlerini etkin bir şekilde uygulamasından daha yararlı olamaz.

## **TEDAVİ SONRASI NELERE DİKKAT EDİLMELİ?**

### **Başlangıç Periodontal Tedavi Sonrası Öneriler:**

Bilindiği gibi, komplike olmayan, basit gingivitis interdental ve marjinal dişetini etkileyen en yaygın dişeti hastalığıdır. Dişeti kanamasının başta gelen nedenlerinden biridir. Tedavisindeki başarısızlık yıkımın daha derin periodontal dokulara ilerlemesine ve erken diş kayıplarına neden olabilir. Diş plağını ve plak birikimini artıran ve/veya uzaklaştırılmasını engelleyen faktörlerin eliminasyonu başlangıç tedavi girişiminin ana hedefi olmalıdır. Basit gingivitis tedavisinde; dikkatli bir muayene yapılarak diş plağı, diştaşı, besin birikimi (food impaction), taşkın veya bozuk konturlu restorasyonlar, iritasyon oluşturan hareketli protezler ve cep derinlikleri değerlendirilmelidir.

Basit gingivitis tedavisi tek seansta bitirilmemeli ve sırasıyla şu aşamaları içermelidir.

1.Komplike olmayan gingivitis tedavisi plak kontrolünün öneminin hastaya anlatılması ve öğretilmesi ile başlamalıdır.

2.Dişler plak, diştaşı, boya gibi tüm eklentilerden arındırılmalı ve iyi bir polisaj işlemi yapılmalıdır. Polisaj, gingivitisin tekrarını önleyici önemli bir faktördür. Gingivitisin başlamasında ve diştaşı oluşumunun başlangıç aşamasında en önemli faktör olan bakteriyel plak polisaj yapılmamış pürüzlü yüzeylerde çok daha çabuk birikir.

3.Hasta kontrole geldiğinde dişeti gözlenir ve plak eliminasyonunun etkinliği değerlendirilir. İltihabın hala mevcut olduğu alanlarda diştaşı ve plak eliminasyonu tam olarak başarılamamış olabilir. Tekrar temizlik işlemi yapılır, hasta plak eliminasyonu konusunda yeniden motive edilir. Tedavinin başarısı veya aşağıda sıralanan başarısızlık nedenlerinin değerlendirilmesi için hasta mutlaka kontrole çağırılmalıdır.

#### **Gingivitis tedavisinde başarısızlık nedenleri:**

- Özellikle mine-sement birleşiminin apikalinde kalan alanlardaki minik diştaşı partikülleri tam olarak elimine edilmemişse,
- Birikimler temizlendikten sonra iyi bir polisaj yapılmamışsa,
- Dişler üzerindeki eklentiler temizlenmiş ancak, irritasyonun primer nedeni elimine edilmemişse,
- Hasta etkin bir plak kontrolü yapamamışsa.

#### **Tüm bu tedavi sırasında hastaya verilmesi gereken bilgiler ve öneriler:**

1. Periodontal hastalıklar dişeti iltihabı ile başlar ve dişeti iltihabının en önemli etkeni diş plağıdır. Diş plağının kalsifiye olması ile diştaşı oluşur. Diştaşı pürüzlü bir yüzeye sahiptir ve üzeri daima kalsifiye olmamış plak ile örtülüdür. Böylece diştaşı, plak için uygun bir yuva oluşturarak iltihabın sürmesine ve şiddetlenmesine neden olur. Bu nedenle oluşmuş diştaşları mutlaka hekim tarafından temizlenmelidir. Temizlenmiş bir ağızda diştaşının yeniden oluşumu etkin bir ağız bakımı ile engellenebilir.

2. Hasta tedavi sonrası olası kanama konusunda uyarılmalıdır ve kontrole geldiğinde bu kanama alanları ve tipi değerlendirilmelidir. Kanama marjinal dişetinden geliyorsa, yeni oluşan plak bu kanamanın nedenidir ve plağın eliminasyonu problemi çözer. Kanama eğer cep tabanından geliyorsa kök yüzeyi tam olarak temizlenememiş ve kalan eklentiler, plak nedeni ile biyolojik olarak uygun nitelik kazandırılmamıştır. Kanamanın tam olarak eliminasyonu için bu eklentiler tamamen temizlenmelidir.

3. Diştaşı temizliği dişlere zarar verebilecek veya tehlikeli bir işlem değildir.

4. Diştaşı temizliği yapıldıktan sonra dişlerde hassasiyet olabilir, bu durum normaldir. Diştaşı temizliği sonrası önceden diştaşı ile örtülü yüzey açığa çıkar ve açığa çıkan bu yüzeyde soğuk ve sıcaklığa karşı duyarlılık olur. Bu duyarlılığın üç-dört günde geçmesi beklenir. Önemli olan,

hastanın dişlerindeki duyarlılık nedeni ile etkin fırçalama ve ağız bakım işlemlerini ihmal etmemesidir.

5. Bazı hekimler diştaşı temizliği sonrası yeni oluşacak plağın mineralizasyonunu önlemek amacı ile anti-tartar diş macunu önerebilir. Bu tür diş macunlarının özellikle bu dönemde kullanılması hassasiyet olasılığını ve şiddetini artırabilir.

### **Periodontal Cerrahi Sonrası Postoperatif Öneriler:**

Yapılan periodontal cerrahi işlem sonrası hasta yapması ve yapmaması gereken işlemler konusunda uyarılmalıdır. Hastaya yapılacak öneriler;

1. Cerrahi işlem sonrası 2 saat hiçbir şey yiyip içmeyiniz.

2. Ameliyat sonrası ilk 24 saat içerisinde sıcak yiyecek ve içeceklerden uzak durmanız gerekmektedir. Çiğneme operasyona dahil edilmeyen bölge ile yapılmalıdır. Yumuşak ve ılık yiyecekler uygundur. Asitli meyva suları, alkollü içecekler ve baharatlı yiyeceklerden uzak durulması gerekmektedir. Aksi taktirde ağrıya neden olurlar.

3. Ameliyatı takip eden günlerde sigara içilmemelidir. Dişetini irrite ederek iyileşmeyi tehlikeye atacağından ve ağız içi sıcaklığını arttıracığından cerrahi işlem sonrası sigara içilmemesi gerekir.

4. Ameliyatı takiben 2 hafta süresince, eğer varsa, protezlerin mümkün olduğunca az kullanılması gerekmektedir.

5. Ameliyat yapılan bölgede pat yoksa veya düştüğünde süturlara bakmak için dudak ve yanağın kaldırılmaması gerekmektedir.

6. Ameliyat bölgesine konulan pat sizi rahat ettirmek ve yara bölgesini irritasyondan korumak içindir. Ağrıyı önler, yara iyileşmesini kolaylaştırır ve alışık olduğunuz aktiviteleri rahatlıkla sürdürebilmenizi sağlar. Pat ilk yerleştirildiği birkaç saat içinde rahatsızlık hissi verebilir. Dil veya parmakla patı oynatmayınız. Yerleştirilen pat küçük parçalar halinde kırılırsa panik yapmayınız. Büyük parçalar koparsa veya sizi çok rahatsız ederse doktorunuzu arayınız.

7. Hafif şişlikler olabilir. Operasyon bölgesinin üzerine ilk gün buz torbası hazırlayarak dışarıdan uygulayabilirsiniz. Sık olarak bir çay kaşığı tuz koyduğunuz bir bardak ılık su ile ağızınızı yavaşça çalkalayınız.

8. Operasyon sonrası ilk 4-5 saat içerisinde cerrahi bölgesinden bir miktar sızıntı olabilir. Bu da tükürüğünüze kırmızı renk verecektir. Bu durumda panik yapmayınız ve sızıntı devam ederse temiz bir gazlı bezi rulo haline getirip 20 dakika kadar kanama bölgesine bası yapacak şekilde uygulayabilirsiniz. Daha uzun süreli kanamalar doktorunuz tarafından kontrol altına alınmalıdır.

9. Operasyon sonrası ilk 24 saat içerisinde őrperti ve halsizlik hissi oluşabilir. Bu durum normaldir ve endişeye gerek yoktur. Günlük aktivitelere devam edebilirsiniz, ancak aşırı çaba gerektiren sporlar yapılmamalıdır.

10. Ameliyat sonrası iyileşme için doktorunuzun yazdığı reçeteyi uygulayınız. Eğer doktorunuz önermişse antibiyotikleri tarif edilen şekilde kullanınız. Ameliyat sonrası ağrınız olursa ağrı kesici alabilirsiniz. Bu durumda aspirin veya benzeri salisilik asit türevi ilaçlar alınmamalıdır.

11. Ameliyat edilmeyen bölgelere normal fırçalama işlemlerini uygulayabilirsiniz. Ameliyat bölgesindeki dişlerin ise çiğneme yüzeylerini fırçalayınız. Pat uygulanmamışsa o bölgedeki dişleri de fırçalayabilirsiniz. Ancak, dişipi kullanırken dişeti altına inmeyiniz. Doktorunuz önermişse fırçalama işlemleri sonrası önerilen ağız gargarasını kullanabilirsiniz.

12. Yemek sonrası ağızınızı çalkalayın. Patın üzerini nemli pamukla veya kulak temizleme çubuğu ile silebilirsiniz.

13. Doktorunuzun önerdiği süre (1 hafta veya 10 gün) sonunda dikişlerinizi aldirmek ve kontrol için doktorunuzu arayınız.