

## DİŞ GICIRDATMA



\*Diş gıcırdatma; çiğneme refleksinin uyku sırasında aktif hale geçerek alt ve üst dişlerin birbirlerine teması ile ortaya çıkan istem dışı bir harekettir.

\*Genellikle geceleri ortaya çıkmakla birlikte gündüzleri de hafif şiddette kendini gösterebilir .



\*Hafif şiddetli diş gıcırdatma pek çok kişide herhangi bir sağlık sorununa yol açmayabilir.

\*Çocuklarda da sık rastlanan diş gıcırdatma çoğunlukla daimi dişlerin tamamı sürdüğünde sona erer.



\*Diş gıcırdatmanın nedeni tam olarak bilinmemekle birlikte hazırlayıcı bir takım etkenlerden söz edilebilir. Bunlar arasında stres önemli bir yer tutmaktadır.



\*Onun dışında sindirim problemleri, uyku bozuklukları, ağız içinde dişlerin kapanış problemleri , bazı hastalıklar ve kimi ilaçların kullanımı da diş gıcırdatmaya zemin hazırlamaktadır.

\*Diş gıcırdatma kısa süreli uyumalarda dahi meydana gelebilir. Alt çenenin yan hareketleri sonucunda öncelikle kesici dişlerde aşınmalar meydana gelir.



Bilimsel Dişhekimliğinde



1908-2008



\*Azı dişlerinin de devreye girmesiyle daha da şiddetlenen bu hareket sırasında ciddi bir ses de meydana gelir. Çoğunlukla bu ses , dişlerini gıcırdatan kişilerin yanında yatan kişileri uykudan uyandıracak kadar şiddetlidir.

\*Çoğu kişi herhangi bir belirti verene kadar bu durumun farkında değildir. genellikle ğız ve diş muayenesi sırasında dişhekimi tarafından fark edilir.

\*Dişlerin mine yüzeylerinin aşınması zordur ancak aşınma alttaki daha yumuşak tabakaya ulaştığında hızlanarak devam eder ve çürüğe yatkınlık da artar.



\*Ayrıca dişlerin kırılabilme olasılıkları da vardır. Bazen bu duruma dişeti çekilmeleri de eşlik eder.

\* İleri safhalarda dişlerde soğuk, sıcak, ekşi,tatlı v.b hassasiyetinin başlaması kaçınılmaz olacaktır.



Diş gıcırdatma sırasında dişler ve çenelere çok yüksek bir basınç iletilmektedir,bundan dolayı uzun süren diş gıcırdatmaları; yüz ağrıları, boyun ağrıları , kulağa yansıyan ağrılar , baş ağrıları ve çene ekleminde rahatsızlıklara neden olabilir.



## TEDAVİ

Erken dönemde; diş yüzeylerinin aşınmasını engellemek için dişhekimi tarafından yapılan gece plakları etkili olabilir.

Geç dönemde; dişlerde meydana gelen hasarların tedavisi yine dişhekimi tarafından yapılan ve koruyucu uygulamalar ile mümkündür.



Ayrıca dişlerin kapanış bozuklukları da farklı yöntemlerle normal hale getirilebilir. Nedeni tam olarak bilinmeyen bu tip durumlarda stres faktörünün azaltılmasının da faydası olacağı açıktır.

**DÜZENLİ DİŞHEKİMİ KONTROLLERİ  
ALİŞKANLIĞINIZ OLSUN**