

Nega zob

Človeški zobje so organ, ki povečini ne vzdržijo do konca življenja. Treba jih je zelo negovati. Zelo razširjena je zobna gniloba ali piškavost zob. Iz raznih vzrokov nastanejo razpoke v zobni sklenini. Skozi razpoke prodrejo bakterije do zobovine in jo začnejo razkrajati. Ko se razširi gniloba do zobne pulpe, tedaj začutimo bolečine; pri tem pomagajo razne kisline. Bolje je, da ne čakamo tega, ampak gremo k zobnemu zdravniku takoj, ko gnilobo zapazimo. Zdravnik nam očisti in zalije (plombira) zob in s tem prepreči nadaljnje gnitje. To je treba napraviti tudi z mlečnimi zobmi. Zaradi gnilobe se lahko napravi na konici zobne korenine gnojni mešiček, granulom. Od tod lahko pridejo bakterije v kri in povzročijo vnetja drugih organov, na primer ledvic, sklepov, srčne mreže itd. Če čakamo predolgo, zob tako segnije, da ga je treba izdreti.

Pogosto se začne nabirati na zobeh usedlina iz ustne slin, to je zobni kamen. Ker prodira v dlesen in odriva zobe, se lahko začne zobje majati. Če redno čistimo preprečujemo, da bi se nabiral zobni kamen. Z grizenjem trše hrane, pa krepimo zobe oziroma dlesen.

Za lep nasmeh in bleščeče bele zobe je poleg rednega čiščenja zob osnoven pogoj tudi mešana zdrava prehrana. V okviru te so glavni vir kalcija, torej osnove trdnih zob, mleko in mlečni izdelki. Uživanje le-teh je zato še posebej potrebno pri otrocih.

Zobje so trde, kosti podobne, s sklenino obdane strukture, vstavljene v čeljustnico sesalcev. Uporabljajo se večidel za grizenje in žvečenje.

Zobje so izjemno močni in odporni, pokriti so z najtršo snovjo telesa – sklenino. Toda moramo jih redno čistiti, če hočemo preprečiti zobobol, zobno gnilobo in bolezni dlesni.

VRSTE ZOB

Naše štiri glavne vrste zob imajo različno delo. Sekalci spredaj so tanki in na vrhu kvadrasti kot dleto ali lopata, da lahko hrano režejo in odgriznejo. Naslednji so podočniki, ki so daljši in bolj ošiljeni, da lahko trgajo in parajo. Premolarji in molarji, sprednji in zadnji kočniki zadaj v ustih, so široki in topi za močno mletje in žvečenje.

MLEČNI ZOBJE (PRVI ZOBJE)

Ljudje dobijo zobe dvakrat. Prvi nabor – to so mlečni zobje ali nestalni zobje – jih šteje 20. pojavljati se začnejo približno 6 mesev po rojstvu in so popolni do tretjega leta starosti. Otroško zobovje ima po dva sekalca, po en podočnik in po dva sprednja kočnika tako v levi kot v desni polovici zgornje čeljusti in enako v spodnji čeljusti.

STALNI ZOBJE

Od približno sedmega leta starosti otroci izgubljajo zobe, ki jim naravno izpadejo, nadomesti pa jih 32 stalnih, odraslih zob. V vsaki polovici vsake čeljusti sta dva sekalca, en podočnik, dva sprednja kočnika in trije zadnji kočniki. Štirje zadnji kočniki ali modrostni zobje navadno izrastejo iz dlesni nazadnje, kar se zgodi okrog 20. leta. Pri nekaterih ljudeh ne izrastejo nikoli in ostanejo majhni in skriti v čeljustnici.

NOTRANJOST ZOBA

Vsi zobje imajo enako osnovno zgradbo. Zgornji del zoba ali krona je viden nad dlesnijo, korenina pa je v čeljustnici. Kjer se krona začne, se mehko tkivo dlesni (gingiva) združi z zobnim vratom. Med krono in korenino je pulpna votlina, ki vsebuje drobne krvne žile, po katerih dobi zob hrano, in živce, ki zaznavajo pritisk, temperaturo in bolečino. Žile in živci prehajajo v kost skozi luknjico, koreninski kanal, na koncu korenine.