**Zapytaj stomatologa - Zęby mądrości - więcej kłopotu czy pożytku? Dowiedz się czy ósemki są potrzebne, na czym polega ich problematyczność i czy zaleca się ich usuwanie.**

**Zazwyczaj pojawiają się pomiędzy 17. a 25. rokiem życia, a czasem tworzą się tylko ich zawiązki. Jednak, gdy już wyrosną, zwykle wraz z nimi pojawiają się kłopoty, aczkolwiek to też nie jest takie pewne.**

Ósemki, nazywane potocznie zębami mądrości, bo o nich mowa, nie mają z nią nic wspólnego, choć takie ich określenia można znaleźć już w starożytnych tekstach związanych z nauką o budowie i fizjologii człowieka. Sama „mądrość” ósemek wynika z prostego faktu, że wyrastają one najpóźniej ze wszystkich zębów. Przez wielu *dens sapientiae* są uważane za relikt ewolucji i de facto nie są niezbędne do prawidłowego rozdrabniania i przeżuwania pokarmu. Dla człowieka pierwotnego miały one dość duże znaczenie z uwagi na konieczność żucia i gryzienia surowych pokarmów. Dziś większość pożywienia stanowią wielokrotnie przetworzone produkty, przez co ósemki przestały być niezbędne. Pomimo swojej marginalnej funkcji potrafią jednak być sprawcą wielu dolegliwości.

**Bolesny start… i problemy higieniczne**

Szczęki współczesnych ludzi są o wiele mniejsze niż u naszych przodków, co jest wynikiem ewolucji i zmiany nawyków żywieniowych. *– U niektórych osób wyrzynanie ósemek przebiega w sposób normalny i nie powoduje żadnych dolegliwości. Funkcjonują one prawidłowo w łuku, tak jak reszta uzębienia. Jednak nie zawsze tak jest – mówi* Romana Markiewicz-Piotrowska, z Kliniki Stomatologicznej Piotrowscy i Bejnarowicz. Czasem, ze względu na niedostateczną ilość miejsca w szczęce, naciskają one na inne zęby, prowadząc do ich przesunięć, stłoczenia i w konsekwencji do problemów z prawidłowym zgryzem. Zęby mądrości bardzo często również nie wyrzynają się do końca, tkwią w kości lub wychodzą połowicznie. Nieprawidłowości przy wzroście ósemek jest naprawdę wiele. Mogą one powodować liczne dolegliwości. Wśród nich silne bóle promieniujące w kierunku ucha lub oka, a nawet bóle głowy. Stany zapalne w okolicy tych trzonowców powstają w szczególności przy zatrzymaniu zęba, przez co dziąsło przykrywa jego koronę tworząc kieszonkę, w której gromadzą się resztki pokarmu. Zjawisko ta może eskalować, prowadząc do powiększenia węzłów chłonnych i oddziaływać negatywnie na funkcjonowanie całego organizmu.

Ósemki sprawiają trudności nie tylko przy wyrzynaniu i wzroście. Jako że znajdują się one na końcu szczęki, dostęp do nich jest bardzo utrudniony. - *Utrzymanie ich w dobrym stanie higienicznym jest prawdziwym wyzwaniem. Nawet jeśli są prawidłowo ustawione w łuku i mają dostatecznie dużo miejsca, ze względu na swoją lokalizację są w szczególności narażone na próchnicę –* stwierdza dentystka.

Pod względem liczby dolegliwości, które mogą powodować ósemki, są one absolutnie na pierwszym miejscu spośród wszystkich zębów. Dlatego należy je po prostu usunąć, gdy sprawiają problem.

**Trudno, ale bezboleśnie**

Zanim jednak przystąpimy do zabiegu konieczne jest wykonanie zdjęcia RTG oraz właściwa diagnostyka. *Ząb mądrości najczęściej usuwamy wtedy, gdy jest nieprawidłowo ustawiony w łuku lub stwarza stany zapalne jamie ustnej –* zaznacza Markiewicz-Piotrowska. Pacjent jest poddawany miejscowemu głębokiemu znieczuleniu, żeby operacja była całkowicie bezbolesna. Przebieg zabiegu zależy głównie od tego, czy usuwamy w całości wyrżnięty ząb czy zatrzymany. W tej drugiej sytuacji zabieg jest o wiele bardziej skomplikowany. Należy on do najtrudniejszych z uwagi na lokalizację zęba i małą przestrzeń do operowania narzędziami. Gdy już szczęśliwie uda się usunąć ósemkę, pacjentowi zaleca się odpoczynek oraz ścisłe stosowanie się do zaleceń pooperacyjnych w celu poprawnego gojenia zębodołu. *– Jeżeli pacjent pali papierosy, powinien powstrzymać się od tego przynajmniej przez 12 godzin po zabiegu. Dobrze jest spożywać lekkie pokarmy, tak żeby nie drażnić miejsca po operacji. W przypadku wystąpienia bólu należy zażywać środki przeciwbólowe, a opuchliznę łagodzić specjalnie przygotowywanymi okładami* – tłumaczy lekarz dentysta. Przyjmuje się, że większość dolegliwości po usunięciu zęba mądrości powinna ustąpić w terminie od 3 do 5 dni od momentu przeprowadzenia operacji.

Jak widać ósemki nie są konieczne do prawidłowego funkcjonowania i rozdrabniania pokarmu, więc gdy tylko pojawią się kłopoty z nimi związane należy udać się do dentysty i umówić się na zabieg usunięcia. Jeżeli jednak nasze ósemki są zdrowe i nie sprawiają kłopotów, oczywiście należy zostawić je w spokoju i nie szukać problemu tam gdzie go niema.

Więcej o zdrowym i pięknym uśmiechu na piotrowscybejnarowicz.pl

Ekspert:

**Lekarz dentysta Romana Markiewicz – Piotrowska** zKliniki Piotrowscy & Bejnarowicz Stomatologia Mikroskopowa**.** Absolwentka Śląskiego Uniwersytetu Medycznego, odbyła staż w Akademickim Centrum Stomatologii i Medycyny Specjalistycznej. Doświadczenie zdobywała między innymi we Włoszech oraz w Stanach Zjednoczonych. Przez lata pracy zdobyła szeroką wiedzę w dziedzinie protetyki, implantoprotetyki, endodoncji oraz stomatologii zachowawczej, ucząc się od najlepszych dentystów na świecie. Ukończyła również podyplomowe studia z dziedziny coachingu zdrowia.