

## Niedoceniany aparat ortodontyczny A.L.F. - więcej niż prostowanie zębów

*Leczenie ortodontyczne większości z nas kojarzy się z noszeniem tradycyjnego aparatu stałego. Tymczasem współczesna ortodoncja dysponuje wieloma innymi technikami, często dającymi bardziej kompleksowe efekty, niż tylko „prostowanie” zębów. Dostępne są aparaty, które wpływają nie tylko na leczenie wady zgryzu, ale również na eliminację towarzyszących jej dodatkowych problemów zdrowotnych. Należą do nich aparaty z grupy A.L.F. (Advanced Lightwire Functionals). Jeśli chcesz poszerzyć swoją świadomość ortodontyczną, poznaj tę metodę i jej zalety.*

Wada zgryzu to najbardziej oczywiste wskazanie do leczenia ortodontycznego. Często jednak to wierzchołek góry lodowej i wiążą się z nią inne dolegliwości. Bóle głowy, karku czy ucha, niedrożność dróg oddechowych, oddychanie przez usta, chrapanie, zmęczenie, nieprawidłowa mowa (wada wymowy), połykanie a czasem nawet problemy trawienne. Większość z nas może nie być świadoma takich powiązań. Tymczasem szczęka i żuchwa są ze sobą związane, tworzą całość z pozostałymi strukturami twarzoczaszki, oddziałując wzajemnie na siebie.

### A.L.F. do zadań specjalnych

Oprócz tradycyjnych aparatów, dostępne są też alternatywne techniki ortodontyczne, które nie tylko wspierają leczenie wady zgryzu i uzyskanie pięknych, prostych zębów, ale wpływają również na usunięcie czy redukcję dodatkowych problemów zdrowotnych. Należą do nich wciąż stosunkowo rzadko stosowane w Polsce aparaty z grupy A.L.F.

Dr Katarzyna Dulna, ortodontka z warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium, podkreśla, że A.L.F. oddziałuje nie tylko na kości szczęk, ale również na sąsiadujące struktury. – *Dzięki bardzo łagodnym manipulacjom, oprócz rozbudowy szczęk i uzyskania miejsca dla wszystkich zębów, pacjenci już w trakcie leczenia tym aparatem ogólnie lepiej się czują. A.L.F. wpływa m.in. na relaksację mięśni żwaczy, a więc w niektórych przypadkach na łagodzenie lub ustępowanie objawów wczesnych zaburzeń w*



*obszarze stawu skroniowo-żuchwowego, zmniejszenie nieprawidłowego napięcia mięśni posturalnych oraz poszerzenie górnych dróg oddechowych i poprawę symetrii twarzy, czy postawy całego ciała.. Obserwuję też, że często ustępuje chrapanie, a nawet wraca drożność nosa i pacjent rezygnuje z oddychania przez usta. Technika ta wpływa więc w holistyczny sposób na zdrowie pacjenta – tłumaczy ortodontka.*

## Niepozorny aparat

Brzmi bardzo skomplikowanie, a w istocie za całe to zamieszanie odpowiada bardzo niepozorny z wyglądu aparat. A.L.F. to specjalnie dogięty, indywidualnie dla każdego pacjenta, lekki drut, który jest umiejscawiany od strony podniebienia. Na jego przebiegu znajdują się niewielkie pętle i ciernie opierające go na zębach. Zakończony jest z obu stron klamrami, które mocuje się na zębach trzonowych.

Oczywiście są pacjenci, dla których tradycyjne aparaty ortodontyczne będą w pełni skuteczne i wystarczające. Jednak i w ich przypadku A.L.F. może mieć świetnie zastosowanie, a być może i przewagę nad tradycyjnymi technikami.

Jak wymienia dr Katarzyna Dulna, zalety A.L.F. to między innymi oszczędność czasu pacjenta. – *Z A.L.F. wizyty stomatologiczne są potrzebne zwykle co 10-12 tygodni. Idealnie nadaje się do poszerzania łuków zębowych, przez co stwarza miejsce na prawidłowe wyrzynanie lub ustawienie wszystkich zębów. W niektórych przypadkach może więc zupełnie zastąpić tradycyjny aparat, zwłaszcza u młodych, nastoletnich pacjentów, którzy są w fazie wzrostu, a u innych, zwłaszcza dorosłych jest to bardzo dobra technika przygotowująca łuki zębowe do leczenia aparatem stałym. Wtedy może znacząco skrócić czas noszenia aparatu stałego. Jego wielki atut stanowi to, że jest praktycznie niewidoczny, a przez swoją dyskrecję spełnia oczekiwania estetyczne nawet najbardziej wymagających pacjentów oraz bez większych utrudnień pozwala na zachowanie prawidłowej higieny jamy ustnej. Nie wymaga również specjalnych restrykcji żywieniowych, ani nie utrudnia jedzenia, za wyjątkiem żucia gumy. Jest wygodny dla pacjenta. Po krótkim okresie adaptacji, w którym mogą występować drobne zmiany wymowy niektórych głosek, zasadniczo nie utrudnia mowy –* wylicza stomatolog Triclinium.

## Wysublimowane działanie

Jak już napisaliśmy, A.L.F. to specjalnie dogięty, lekki drut. Wyjściowo jest dogięty tak, że w pełni odwzorowuje kształt łuku zębowego z wadą pacjenta. Ma też dwie bardzo ważne dla jego działania cechy: jest cienki, łatwo więc się odkształca, ale jest również bardzo sprężysty, dzięki czemu ma tendencję do wracania do swojego pierwotnego kształtu.

Aby zadziałał terapeutycznie, ortodonta aktywuje go poprzez odpowiednie dodatkowe dogięcia, czyli tam, gdzie chce rozszerzyć łuk zębowy, zmienia delikatnie kształt drutu w kierunku pożądanego efektu. Takie aktywacje odbywają się po zdjęciu aparatu – poza jamą ustną. Aparat z łatwością zakładany jest z powrotem pacjentowi, ale drut cały czas będzie w bardzo subtelny i delikatny sposób próbował przyjąć nowy kształt. W ten sposób będzie wzmacniał siły poszerzające i zmieniające kształt łuków zębowych oraz zmieniające pozycję zębów.

Co najważniejsze jednak, w swoim działaniu aparat wykorzystuje fizjologiczne siły pracy języka, w czym pomagają wspomniane wcześniej pętle na przebiegu drutu, delikatnie odstające od podniebienia. Za każdym razem kiedy coś przełykamy, nasz język (jeśli funkcjonuje prawidłowo), dotyka podniebienia. Kiedy pacjent nosi aparat, jego język przy przełykaniu najpierw uciska pętle, powodując subtelne poszerzanie się aparatu.

Powstają więc siły rozszerzające łuki zębowe. Są to bardzo naturalne, delikatne siły, które wpływają na rozbudowę łuku zębowego. Dokładnie te same, które w naturalnych warunkach powinny były prawidłowo wykształcić rozwój szczęki, ale coś ten proces zaburzyło. Jama ustna jest tak zaprojektowana, aby urosnąć na tyle, by pomieścić zarówno wszystkie zęby, jak i język. Jeśli nie mieszczą się zęby (występują stłoczenia), wtedy i język nie mieści się prawidłowo na podniebieniu. Można więc powiedzieć, że w trakcie leczenia za pomocą A.L.F., łuk zębowy przyjmuje raczej kształt języka, niż aparatu, a język ma szansę zająć swoją najbardziej naturalną pozycję w jamie ustnej i osiągnąć w pełni prawidłową funkcję. Stwarzana jest również większa przestrzeń oddechowa, zwłaszcza w czasie snu.

Poza tym, przy zakładaniu aparatu, bruzdy zębów trzonowych, do których jest mocowany, wypełniane są kompozytem. Przez to powstaje minimalna przestrzeń, między górnym a dolnym łukiem. To sprawia, że łuki mają miejsce na to, żeby wada mogła się niwelować, a także mięśnie stawu skroniowo-żuchwowego są w ten sposób odciążone, przez co zredukowane są ich napięcia. Poprzez bardzo fizjologiczną rozbudowę łuków zębowych, zęby nie są niepotrzebnie wychylane, rezultaty leczenia są stabilne, poprawiają się warunki oddechowe, udaje się także pomóc pacjentowi w osiągnięciu prawidłowej pozycji głowy, a tym samym postawy ciała.

Jak widać, A.L.F. to technika ortodontyczna, która ma wiele zalet. Niestety, w naszym kraju jest stosunkowo niewiele gabinetów oferujących leczenie za jej pomocą. Poza tym, nadal wśród pacjentów jest zbyt niska świadomość tego, że tak naprawdę mamy wybór w leczeniu wad zgryzu. Najwyższy czas to zmienić.

---

Informacje o ekspercie:

Lek. dent. Katarzyna Dulna – stomatolog warszawskiego Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium ([www.triclinium.pl](http://www.triclinium.pl)), absolwentka Oddziału Stomatologii I Wydziału Lekarskiego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego oraz licznych szkoleń podyplomowych. Z zamiłowaniem do piękna i harmonii związana z obszarami stomatologii estetycznej, obecnie z ortodontją. Orędowniczka holistycznego podejścia do zdrowia i funkcjonowania organizmu, w swojej praktyce ortodontycznej promująca znaczenie ogólnego dobrostanu organizmu, jak również leczenia czynnościowego i umożliwiającego prawidłowe funkcjonowanie struktur twarzoczaszki i układu ruchu narządu żucia. Zainteresowania związane z innymi dziedzinami medycyny rozwija we współpracy w obszarze badań klinicznych nad nowoczesnymi terapiami i rozwiązaniami w medycynie. Prywatnie – pasjonatka dalekich wypraw, dobrej muzyki i zdrowego gotowania.

Centrum Medycyny Nowoczesnej Triclinium  
Warszawa, Al. Komisji Edukacji Narodowej 47 lokal 17  
tel. +48 794 375 715  
[www.triclinium.pl](http://www.triclinium.pl)



**pretty good**  
agencja public relations