# В каком возрасте можно ставить брекеты

Кривые зубы портят улыбку и способны повлиять на деформацию челюсти, что может привести к ряду серьезных заболеваний. Чтобы избежать проблем и серьезных трат на длительное лечение в будущем, необходимо озаботиться проблемой как можно быстрее.

## Брекеты детям

Как только у ребенка начинают меняться зубы, родители могут заметить отклонение от нормы. Затягивать нельзя, необходимо сразу обратиться за профессиональной помощью. Врач подробно расскажет, в каком возрасте можно ставить брекеты, почему именно в это время и какие особенности установки брекетов имеет тот или иной возраст пациента.

До 7 класса детям для исправления прикуса ставят так называемые "пластинки". Это съемные системы, они легко устанавливаются и не вызывают сильного дискомфорта у ребенка.

С 15 лет зубной корсет заканчивает формирование, зубы становятся того размера, которого будут всю оставшуюся жизнь. С этого возраста для исправления дефектов ортодонты начинают применять брекеты.

Использовать брекет-систему пациенту, не достигшему 14-15 лет, крайне не рекомендуют специалисты. Это может привести к деформации несформированных зубных корней.

## Психологические особенности установки брекетов детям

В каком возрасте можно ставить брекеты детям, зависит от скорости психологической адаптации ребенка. Практика показывает, что дети до 7 лет легче переносят изменения в своем внешнем виде, а часто и вовсе не испытывают по этому поводу стресса. Склонность к зависимости от мнения окружающих проявляется у детей школьного возраста. И чем старше ребенок, тем сильнее становится влияние на него общественного мнения. Именно поэтому примерно 30% подростков самостоятельно извлекают брекет-системы до окончания лечения.

Если родители приняли решение поставить подростку брекеты, они должны быть готовы помочь ребенку справиться с психологическим давлением сверстников. Работа должна начаться задолго до похода в стоматологическую клинику. Объяснения родителей о необходимости иметь ровные зубы должны сопровождаться визуальным рядом. Нужно подготовить фото и видео пациентов до и после процедуры. Лучше, если среди них будут и изображения звезд, которым довелось пройти этот путь. Ребенок должен уяснить, что он не единственный, кто столкнулся с этой проблемой, понять, что правильный прикус - это не только красивая улыбка, но залог здоровья зубов на долгие годы.

Если ребенок определился с будущей профессией, психологи советуют родителям сыграть на этом, объяснив, как ровные зубы могут сказаться на карьере.

Самым распространенным приемом психологической подготовки ребенка к установке брекетов считается встреча с ровесником, который уже носит систему исправления прикуса. Его приглашают в гости или ненавязчиво знакомят детей в кафе. Важно хотя бы не на долго оставить их наедине, чтобы дети могли пообщаться по душам. Без присутствия взрослых разговор получится гораздо честнее и откровеннее.

Когда ребенок дал согласие на исправление зубов, психологи не советуют родителям расслабляться. В стоматологической клинике у подростка могут появиться сомнения. Важно не допустить, чтобы ребенком овладел страх. Задайте ортодонту такие вопросы, ответы на которые успокоят ребенка и убедят его в безболезненности процедуры. Специалисты так же советуют привлечь юного пациента к выбору самих брекетов. Невидимые, пластиковые или керамические - пусть ребенок сам определится, какую систему будет носить ближайшие полтора года.

## Брекеты взрослым

Исправить прикус хотел бы каждый второй россиянин, достигший 30-летнего возраста. Ортодонты предупреждают - после 25 лет установка брекетов становится более сложной процедурой, нежели до этого возраста. Именно в 25 лет костная ткань прекращает расти, и для достижения необходимого эффекта пациенту приходится удалять зубы. Это необходимо, чтобы во рту пациента появилось место для коррекции прикуса.

Существует миф, что ставить брекеты после 40 уже нет смысла. Это не так. Крайнего возраста для процедуры нет. В практике были случаи, когда к услугам ортодонта прибегали люди старше 80 лет. Единственное, к чему стоит быть готовым, обращаясь к специалисту после 25 лет, так это к более длительному ношению системы для достижения цели.

Противопоказания

Специалист может отказать в установке брекетов, если в ротовой полости пациента имеется хотя бы одно из нижеперечисленных противопоказаний:

* инфекция или воспаление;
* больные зубы;
* кариес;
* зубной камень;
* болезни десен.

Даже если вы в том возрасте, в котором можно ставить брекеты, вы получите отказ ортодонта при заболеваниях сердца и сосудов, эндокринной системы. Брекеты запрещены людям, страдающим нарушениями психики, а так же от наркотической и алкогольной зависимости.

Решение об установке системы специалист принимает лишь после досконального обследования пациента и полной санации его полости рта.

## Как долго достигается эффект

Чем младше пациент, тем быстрее после установки брекетов прикус приобретет идеальную форму. Пациентам от 30 лет и старше потребуется носить систему минимум 3 года. Но даже после этого времени не исключен возврат зубов на прежнее место. Чтобы работа не была проделана впустую, специалист предложит пациенту после удаления системы поддерживать прикус с помощью капы. Устройство будет необходимо использовать ежедневно, по 6-8 часов, лучше в ночное время. Носить капу пациенту старше 30 лет врачи рекомендуют на протяжении всей жизни.

Подросткам лечение кривых зубов дается гораздо легче и быстрее, чем взрослым. В среднем курс лечения составляет год, максимум полтора года.

## Какие брекеты лучше устанавливать в зависимости от возраста

В каком возрасте можно устанавливать брекеты того или иного вида, подскажут в стоматологической клинике. Взрослым пациентам специалисты советуют не брекеты, а аппараты из металла. С их помощью можно быстрее добиться желаемого эффекта, правда такая система во рту будет бросаться в глаза всем окружающим. С эстетической точки зрения многие делают выбор в пользу брекетов из керамики. Симпатично выглядит и сапфировая система, но она имеет ряд существенных минусов. Во-первых, такие брекеты очень хрупкие, а во-вторых, для достижения результата они требуют более длительной носки.

Чаще всего подростки и взрослые пациенты выбирают лингвальные брекет-системы. Их основное отличие в том, что никто из окружающих даже не догадается, что вы проходите лечебный курс. Система устанавливается на внутренней стороне зуба и практически невидима снаружи.

Все вышенаписанное свидетельствует о том, что приводить прикус к идеальной форме лучше в младшем и подростковом возрасте. Впрочем, и после 50 лет исправление зубов не является запретным. Главное запастись терпением.

# Как проходит установка брекетов

Установка брекет-системы - сложная процедура, доверить которую стоит профессионалу с большим опытом. Процесс включает в себя 3 этапа: подготовительный, непосредственно установку системы и адаптационный.

## Подготовка к установке брекетов

Прежде, чем допустить пациента до процедуры установки брекетов, специалист проводит осмотр. Ортодонт должен оценить состояние ротовых мышц и выявить нарушения в строении челюсти, если таковые имеются. Обнаружив непропорциональное развитие мышц, аномалии костной ткани, врач принимает решение об отказе в установке брекетов или о переносе процедуры на более поздний срок, пока пациент не пройдет курс лечения.

Диагностика пациента на этапе подготовки заканчивается полной санацией ротовой полости. В первую очередь необходимо ликвидировать кариес. Брекет-системы не окажут положительного влияния на гигиеническое состояние полости рта. После каждого приема пищи в установке будут оставаться мелкие частицы еды, что может привести к обострению кариеса. В этом случае ортодонд будет вынужден снять систему и после лечения зуба вернуть брекеты на прежнее место.

Перед установкой брекет-системы пациент проходит процедуру профессиональной чистки зубов. Зубной камень и налёт должны быть удалены до установки брекетов, иначе нарушается гигиена полости рта, а сама система не столь плотно прилегает к зубу. Как правило, чистка проводится за пару дней до основной процедуры. Входит ли стоимость профессиональной чистки зубов в счет за установку брекет-системы, стоит уточнить заранее.

Длительность этапа подготовки индивидуальна для каждого пациента и зависит от изначального состояния его зубов.

## Установка брекетов

Как именно проходит установка брекетов, зависит от вида выбранной системы. Есть два вида брекет-систем: лингвальные и вестибулярные. Первые - невидимы для окружающих, так как устанавливаются на внутренней поверхности зубов, вторые - прикрепляются к внешней.

### Особенности установки лингвальной системы

Лингвальная брекет-система подойдет пациентам с невысокими зубами и тем, кто желает исправить глубокий прикус. Специалиста по установке такой системы рекомендуется выбирать крайне внимательно, так как работа на внутренней поверхности зубов - работа повышенной сложности.

Процесс установки занимает несколько часов. Сперва специалист делает слепки верхней и нижней челюсти пациента. Изделие изготавливается в лаборатории для каждого пациента индивидуально по этим слепкам. Следующие шаги специалист совершает на созданной по отпечаткам зубной модели клиента. На каждый зуб ортодонт крепит по брекету и соединяет их мостом. Если пациент выбрал лигатурную систему, то дугу фиксируют в специальном пазу каждого брекета. Если пациент решил установить безлигатурную систему, установка занимает меньше времени и требует всего двух замков. После готовую брекет-систему проверяют и переносят с макета в ротовую полость пациента. Лигатурные установки требуют ежемесячного посещения клиники для коррекции. Безлигатурные позволяют встречаться с врачом в два раза реже. Эти системы стали доступны российским пациентам относительно недавно, предлагаются в металлическом исполнении и комбинированном: металл с прозрачным композитом. К плюсам безлигатурных систем относят не только эстетическую привлекательность, но и скорость достижения результата. Срок лечения может сократиться на четверть.

### Особенности установки вестибулярной системы

Вестибулярная конструкция более проста в установке. Брекеты крепятся к зубам специальным клеем. По одному на каждый зуб. Все элементы имеют строго определённое место.

Ортодонту необходимо удалить лишний клей с поверхности зуба и при помощи специальной световой установки дать составу затвердеть. Клей, который выбился из-под брекета, необходимо удалить прежде, так как затвердев он будет подвержен влиянию кислот и заметно потемнеет. Ортодонт на этом этапе должен проявить внимательность и щепетильность, так как убрав слишком много клея, есть шанс оставить пустоты между зубом и брекетом. Позже в них будут оставаться частицы еды, а это неизбежно приведет к кариесу.

Обезопасить себя от такого развития событий пациент может, выбрав специальную разработку Flash Free. Излишки клея в этом случае не нужно удалять, так как его состав защищает эмаль зуба, а сам клей наносится на подложку, которая не дает ему растечься.

После того, как все брекеты прикреплены, специалист соединяет их лигатурами ( в случае выбора лигатурной системы). К шестому зубу ортодонт крепит замок и специальное кольцо. Эластичная тяга может быть зафиксирована крючком.

## Этап адаптации к брекет-системе

Как прошла установка брекетов - удачно или нет, можно понять на этапе адаптации к системе. Он начинается через несколько часов после выхода пациента из клиники. Как правило, клиенты начинают ощущать боль, и может показаться, что зубы приобретают подвижность. Это не повод возвращаться к специалисту, это знак, что брекет-система начинает работать. Зубной ряд начинает смещаться, мышечная ткань так же меняет местоположение, давление системы на челюсть становится все более ощутимым. Дискомфорт от установленных брекетов пациент прекратит ощущать приблизительно через неделю. При сильной боли врачи рекомендуют прибегать к помощи медикаментов.

Во время адаптации неприятные ощущения могут возникнуть из-за раздражения на внутренней поверхности щёк. Брекеты из металла с лигатурами содержат острые части, которые способны царапать слизистую. В этом случае врачи рекомендуют использовать воск для брекетов.

Раз в два-три месяца пациенту необходимо встречаться с ортодондом для замены дуг. Они сформированы по форме правильного прикуса и постепенно меняют положение зубов. Пациент замечает результат уже через три месяца.

Пациент должен знать, что существует вероятность отклеивания брекетов. Это может произойти из-за низкого качества брекет-системы или из-за нарушения правил эксплуатации. К примеру, если пациент, вопреки запретам, ел твердую пищу.

# Можно ли ставить брекеты во время беременности

Устанавливать брекет-систему во время беременности врачи не рекомендуют. В период вынашивания ребенка организм женщины переживает гормональный всплеск, в это время кардинально меняется обмен веществ, что может отразиться на состоянии зубов. Если женщина принимает решение установить брекеты во время беременности, или беременность наступила в период лечения неправильного прикуса, пациентке необходимо четко следовать советам ортодонта.

## Основной аргумент против

Беременным не рекомендуют устанавливать брекеты по той причине, что этот процесс требует вмешательства. Для женщины действия врача могут быть очень болезненны - применение анестезии в период беременности запрещено. Болезненные ощущения могут возникнуть и после установки системы во время привыкания к брекетам. Это может иметь негативные последствия для малыша и будущей мамы. Не исключено преждевременное начало родов.

## Подготовка к процедуре во время беременности

Еще на этапе планирования беременности, женщине необходимо провести санацию полости рта. Если сделать это до наступления беременности не вышло, у женщины еще есть небольшой промежуток с 18 по 21 неделю, чтобы посетить стоматолога.

Подготовку к установке брекет-системы необходимо начать до наступления беременности. В частности, сделать рентген снимок челюсти. Во время вынашивания ребенка рентген-излучение женщине противопоказано.

Принимая решение установить брекеты, беременная женщина должна обсудить с врачом специальную диету. Скобки внесут значительные ограничения в рацион, при этом женщина в положении должна полноценно питаться. Чтобы предотвратить риск возникновения гингивита, стоматита и кариеса, пациентке могут назначить продукты, богатые кальцием.

## Рекомендации специалистов по установке брекетов во время беременности

Если женщина, взвесив все риски, приняла решение установить брекеты во время беременности, или срочного исправления прикуса требует лечащий врач, необходимо следовать следующим рекомендациям:

* тщательно выбирать клинику и специалиста по установке брекет-систем;
* не пренебрегать консультациями, чтобы уточнить, можно ли ставить брекеты во время беременности;
* узнать обо всех возможных неблагоприятных последствиях.

Ни в коем случае нельзя скрывать от ортодонта положение пациентки. Даже если срок беременности исчисляется в нескольких неделях, об этом обязательно должен быть предупрежден специалист. С учетом того, что женщина вынашивает ребенка, врач подберет вид брекетов, определит возможность лечения зубов во время этапа подготовки, проведет консультацию с гинекологом, чтобы избежать негативного влияния на плод. За несколько недель до установки пациент должен начать прием витаминов, минералов и кальция. Назначать препараты, особенно беременной женщине, можно только с разрешения гинеколога и после дополнительных анализов. Самостоятельно принимать решение о включении в рацион того или иного витамина запрещено.

На этапе подготовки к установке брекетов будущая мама должна ознакомиться с правилами ухода за системой. Какие продукты можно есть, а от каких стоит отказаться, чтобы не навредить брекетам, как правильно чистить зубы и систему, как часто посещать специалиста.

Беременным пациенткам советуют часто посещать стоматолога, но реже, чем другим пациентам, встречаться с ортодонтом для коррекции брекет-системы. Это сделает исправление прикуса более длительным, но менее болезненным и дискомфортным процессом.

**Уход за брекет-системой во время беременности**

Организм беременной женщины ослаблен, так как растущий плод нуждается в большом количестве питательных элементов. Часто у таких пациенток выявляется недостаток кальция, именно этот элемент требуется для здоровья зубной эмали. Пациентке в положении необходимо с особой тщательностью относиться к гигиене полости рта.

Проводить гигиеническую обработку полости рта беременной женщине с установленными брекетами необходимо после каждого приема пищи. Вне дома пациентка может воспользоваться специальным ополаскивателем для рта. Они не только удаляют частицы еды, но и дезинфицируют ротовую полость. Применять специальные средства гигиены необходимо даже после употребления соков, чая или кофе. Каждые два месяца пациентке необходимо проходить процедуру профессиональной чистки зубов.

Чистить зубы с установленной брекет-системой необходимо при помощи специальных средств: флосс, ёрш, специализированная зубная щетка, а так же зубная паста, содержащая повышенное количество фтора и кальция.

### Применение специальных средств для чистки брекетов

Специальные зубные щетки для чистки брекетов имеют V-образную форму. Удлиненный ворс по краям щетки дает возможность прочистить зону между зубов и удалить остатки еды. При этом короткий ворс в центре щетки прочищает конструкцию, установленную на зубах. Обязательно совершать щеткой вертикальные движения по направлению от десны к кончику зуба. Завершать чистку советуют полосканием рта.

Ершики с нейлоновыми ворсинками бывают цилиндрической и конусообразной формы. Ортодонты не отдают предпочтение какому-то конкретному виду, главное, чтобы пациент правильно пользовался этим специальным средством гигиены. Ершик во время чистки должен располагаться под углом в 90 градусов к зубам. Чтобы не травмировать десну, орудовать ершиком нужно плавно, без резких движений. Дуга брекет-системы во время чистки должна располагаться параллельно ершику, а сам ершик необходимо вращать. Специалисты советую приобрести ершик двух степеней жесткости, и сперва пользоваться мягким, постепенно переходя на устройство со средней жесткостью щетины.

Ирригатор удаляет налет и остатки еды струей воды. Особенность этого способа очистки в том, что его проводят после классической гигиенической обработки зубов щеткой и пастой. Для ирригатора подойдет как обычная вода, так и специальные ополаскиватели. Струю во время чистки направляют сверху вниз, увеличивая напор жидкости.

Флосс больше известен как зубная нить. С ее помощью можно чистить не только зону между зубов, но и элементы брекет-системы.

Можно ли устанавливать брекеты во время беременности - вопрос, ответить на который должен не только врач, но и каждая пациентка сама для себя, взвесив при этом все возможные негативные последствия этой процедуры.

# Почему болят зубы от брекетов

Установка брекет-систем процесс безболезненный, брекеты приклеиваются к поверхности зуба, что не вызывает никакого дискомфорта. Неприятные ощущения во время установки конструкции могут возникнуть, когда специалист фиксирует дугу. Как правило, болезненные ощущения, на которые жалуются пациенты ортодонтам, возникают уже после установки системы.

## Первые болезненные ощущения: причина и лечение

Первые болезненные ощущения возникают уже через несколько часов после установки системы на зубы. Чувство сдавленности и сильное давление на отдельные зубы может привести к сильной чувствительности дёсен. Пациент должен быть готов к тому, что эта боль будет ощущаться от трех дней до недели.

Ортодонт на случай невыносимой боли порекомендует обезболивающие препараты. Увлекаться их употреблением не стоит, эффект лекарств от частого применения притупится.

## Натирание

Элементы брекет-конструкции могут натирать и повреждать язык пациента, внутреннюю поверхность щек и десны с губами. Специалисты рекомендуют не терпеть эту боль, а воспользоваться специальным стоматологическим воском. Плотным составом воска натирающий элемент купируется и его воздействие на слизистую становится менее травматичным. После обработки системы воском пациенту рекомендуется полоскать рот солевым раствором каждые 3-6 часов. Это ускорит заживление поврежденных участков полости рта.

Если болевые ощущения не проходят дольше недели, необходимо посетить специалиста. Скорее всего систему нужно скорректировать по форме челюсти.

## Боль во время еды

Часто, чтобы ответить на вопрос почему болят зубы от брекетов, достаточно разобрать вашу продуктовую корзину. Твердая пища должна быть исключена из рациона всех, кто лечит прикус при помощи брекет-систем. Под запретом яблоки, твердые груши, огурцы, сырая морковь, сухари и плотное печенье, твердый шоколад и даже мясо не рекомендуют класть в рот большими кусками. На зубы и челюсть в период лечения оказывается большое давление, пациент лишь усугубляет ситуацию, добавляя в рацион твердую пищу. К тому же жесткая еда способна повредить отдельные части конструкции и даже привести к отклеиванию брекетов от эмали зуба.

К рекомендованным продуктам в период лечения прикуса относятся йогурты, каши, детское питание и пюре. Облегчить боль могут холодное мороженое и горячие напитки, например, чай.

## Дискомфорт после корректировки системы

Раз в полтора-два месяца пациент посещает ортодонда для корректировки брекет-системы. Врач подтягивает дуги конструкции, что каждый раз приближает прикус к идеалу. Зубы уже сместились относительно изначально положения и челюсть начала привыкать к новой форме прикуса, как зубы вновь начинают смещаться. Подтяжка системы способна вызвать дискомфорт, аналогичный тому, что был в первые дни после установки брекетов.

Пациент должен понимать, что лечение прикуса - длительный процесс. Какие бы современные системы не были выбраны клиентом, зубы не сдвинутся больше, чем на 1 мм в месяц. Быстрее при коррекции прикуса просто невозможно. В зависимости от степени искривления, лечение может длиться от года до 2-3 лет. Все это время пациенту регулярно будет необходимо посещать врача, чтобы подтягивать брекет-систему, а значит, каждые 2 месяца испытывать дискомфорт и боль.

Некоторые пациенты после корректировки дуг ощущают не боль, а сильный зуд в деснах. Это реакция на новое положение брекет-системы. Ряд пациентов отмечает постоянную боль в отдельных зубах. Она возникает неожиданно и так же резко затихает через несколько часов. Это говорит о том, что зуб меняет свое положение.

ВАЖНО! Если пациент одновременно с зубной болью испытывает головокружение или головную боль, необходимо незамедлительно обратиться к врачу. Причиной плохого самочувствия пациента может стать ошибка ортодонта при расчете нагрузки на систему, или сильное инфекционное воспаление в полости рта.

## Осложнения при ношении брекетов

Болевые ощущения и дискомфорт могут вызвать осложнения, которые возникают у четвертой части пациентов, установивших брекеты.

В первую очередь, скобки могут спровоцировать кариес. Избежать этого непросто даже при соблюдении всех правил поддержания гигиены полости рта, так как сама система не позволяет качественно прочистить пространство между зубами. Кариес возникает так же из-за деминерализации эмали. Белые пятна на поверхности зуба часто появляются после отклеивания от эмали брекетов и снятия клея.

Рецессия десны является более неприятным осложнением при ношении брекетов. При смещении зуба под воздействием системы его корень оголяется. С этим сталкиваются 4% пациентов врачей-ортодонтов.

Если давление на корень зуба при его перемещении слишком велико, корень имеет свойство рассасываться. Это серьезная патология, которая требует незамедлительного лечения.

При некачественной чистке зубов у пациента могут воспалиться десны. Это так же случается у тех клиентов, которые на этапе подготовки к установке системы проигнорировали обязательное требование санации полости рта.

Осложнением при ношении брекетов можно назвать появление трещин в уголках рта. Конструкция часто вызывает сухость во тру и губы без дополнительного увлажнения травмируются.

## Как уменьшить боль и дискомфорт

Ортодонты предупреждают пациента о боли и дискомфорте еще на первой консультации в клинике, но как облегчить неприятные ощущения, как правило, пациент узнаёт лишь после того, как лично столкнулся с негативными последствиями установки брекетов.

Приёмы для уменьшения боли и дискомфорта:

1. Обязательная санация полости рта перед установкой системы.
2. Профессиональная чистка зубов не реже 1 раза в 6 месяцев.
3. Регулярная рентген-диагностика челюсти, чтобы своевременно выявить начало воспалительного процесса.
4. Не прикасаться к брекет-системе языком и губами, чтобы не травмировать слизистые оболочки.
5. Сохранять высокую активность в течение дня. Это даст возможность отвлечься от неприятных и болезненных ощущений.
6. Не откусывать и не пытаться пережевать твердую пищу.
7. Не употреблять пищу с содержанием кислот. К примеру, сок цитрусовых будет дополнительно разъедать поврежденные слизистые оболочки, причиняя еще большую боль.
8. Спать только на спине, чтобы дополнительно не давить подушкой на брекеты и зубы.
9. Не пренебрегать анестетиками. Важно пить только те лекарства и в тех дозировках, которые назначил врач.
10. Полоскать полость рта соляным раствором, отваром календулы и ромашки. Для скорейшего заживления ран на слизистых оболочках десен, губ и языка полоскание можно проводить и перекисью водорода 6 раз в день.
11. Для чистки зубов использовать щетку с мягкой щетиной.

Если выполнять все эти рекомендации во время лечения прикуса, то вопроса, почему болят зубы от брекетов, как и самой боли, не возникнет.