



Agnieszka Laskus
dr n. med.
stomatolog,
implantolog



Grzegorz Prasalek
lek. med.
reumatolog,
internista

Zapytajcie ekspertów

Lekarze różnych specjalności odpowiedzą na pytania, doradzą, uspokoją. Czekamy na Wasze listy z dopiskiem „Naj – Zdrowie”.

W jakiej sytuacji powinno się usunąć zęby mądrości?

Dentysta zalecił mi wyrwanie zębów mądrości ze względu na zbyt wąską szczękę. Czy naprawdę jest to konieczne? Czytałam, że ostatnio odchodzi się od takich rozwiązań.

Dorota, 31 lat, Gdynia

To zależy. Wraz z rozwojem nowoczesnych technik ortodontycznych i chirurgicznych coraz częściej rezygnuje się z wyrwania tzw. ósemek. Zwłaszcza gdy są zdrowe i nie oddziałują niekorzystnie na sąsiednie zęby. Jeśli jednak zaatakowała je próchnica, przesuwają się w stronę innych zębów lub też z pomiarów klinicznych i radiologicznych w trakcie leczenia ortodontycznego wynika, że trzeba je usunąć – jest to niezbędne. W każdym przypadku potrzebna jest indywidualna ocena sytuacji podczas wizyty u stomatologa.

wają się w stronę innych zębów lub też z pomiarów klinicznych i radiologicznych w trakcie leczenia ortodontycznego wynika, że trzeba je usunąć – jest to niezbędne. W każdym przypadku potrzebna jest indywidualna ocena sytuacji podczas wizyty u stomatologa.

Ważna rada: aby potwierdzić lub wykluczyć posiadanie zębów mądrości, zdecyduj się na wykonanie pantomogramu. Jest to zdjęcie rentgenowskie przedstawiające stan uzębienia.

Na co pomoże... korzeń żeń-szenia

- ▶ Dodaje energii, poprawia zdolność koncentracji i zapamiętywania.
- ▶ Obniża poziom cukru oraz cholesterolu we krwi, a także przyspiesza przemianę materii, dzięki czemu pomaga walczyć z nadwagą.



Czy leczenie kanałowe pod mikroskopem jest skuteczne?

Podczas ostatniej wizyty kontrolnej dentysta zalecił leczenie kanałowe z użyciem mikroskopu. Na czym ono polega?

Joanna, 41 lat, Kato

Z punktu widzenia pacjenta taki rodzaj terapii niewiele różni się od zwykłego leczenia kanałowego (wyjątek stanowi cena: jest nawet o 50 procent wyższa niż przy tradycyjnym leczeniu). Mikroskop umieszczony na specjalnym wysięgniku znajduje się tuż nad głową pacjenta i umożliwia wgląd

do wnętrza zęba. Lecząc z użyciem takiego sprzętu stosuje się wtedy, gdy tradycyjne zabiegi zawodzą. Zrób nie powiększony obraz zwała dentyście na wykonywanie wymagających z precyzją czynności i d. temu zwiększa szanse na zdrowienie chorego zęba.

Medycyna naturalna

Na czym polegają techniki osteopatyczne?

Chciałabym się dowiedzieć, jak wyglądają zabiegi przy użyciu tych technik oraz w jakich dolegliwościach się je stosuje.

Kasia z Komorow

Techniki osteopatyczne służą wykrywaniu problemów zdrowotnych i ich leczeniu poprzez dotyk. Na początku terapeuta, dotykając ciała chorego, analizuje ruchomość tkanek (mięśni, stawów itd.) i wyciąga wnioski na temat ewentualnych zaburzeń ich działania. Przykładem może być zwiększone napięcie mięśni w okolicach kręgosłupa przy dyskopatii (jest to spowodowane przez ucisk krążka międzykręgowego na korzeń ner-

wowy odchodzący od rdzenia kręgowego). Następnie leczący stosuje specjalne techniki wykonywane rękoma, usuwając przeszko w naturalnej ruchomości tkanek (w przypadku dyskopatii – nastawienie kręgu). Ten rodzaj terapii stosowany bywa również w ginekologii: ma pomóc m.in. w zmniejszeniu bólu po operacjach ginekologicznych, łagodzeniu bolesnych menstruacji, leczeniu zaburzeń płodności i nietrzymania moczu.

Czuje ból promieniujący od pleców aż do nogi. Co go wywołuje i jak można sobie z nim poradzić?

Ostatnio, zwłaszcza w nocy, towarzyszy mi dokuczliwy ból w dolnej części kręgosłupa, który promieniuje do nogi. O czym może świadczyć i jak się go pozbyć?

Milena, 45 lat, Częstochowa

Są to typowe objawy rwy kulszowej, zwanej niekiedy zapaleniem korzonków nerwowych. Zmiany zwyrodnieniowe krążków międzykręgowych i samych kręgów powodują uciski na korzenie nerwowe wychodzą-

ce z rdzenia kręgowego, a to wywołuje ból nogi. W cięższych przypadkach możemy zażyć środek przeciwbólowy, a na chore miejsce przyłożyć termofor. Gdy jednak ból nie mija, należy pójść do ortopedy.

Ważna rada: podczas ataku bólu ulgę przyniesie leżenie w tzw. pozycji krzeselkowej: plecy poziomo, uda pionowo, łydki poziomo (wsparte na poduszkach).

