

SARA.

MAALISKUU 2007 6,40 €

**Syö itsesi
kauniiksi**

**Jorma
Kääriäinen
& diivan tiskit**

**Mirkku Kullberg
avoimena**

**"En halua olla
vain väline"**

3x

**SYNTISEN IHANA
VAPAAPÄIVÄ**

**Pieniä paheita
BUDAPESTISSA**

10 VUOTTA PO

**LEUKA & KAUI
KIINTEÄK
SUORA HAMMASR
VIIKOSS**

MUO

Ikuisesti sinur

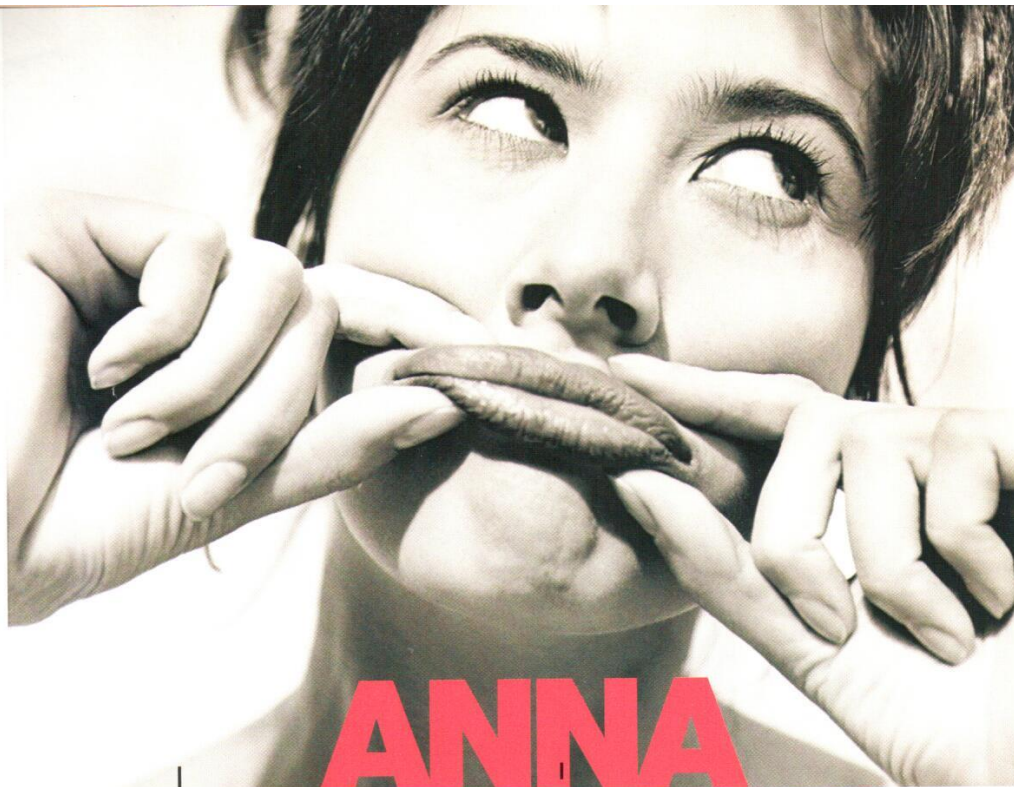
Panosta klassikoih

**Yllättäv
tunnustuks**

**MIESTE
EROPIIRISS**

Teho
MOOTTORIIN
40+

- SYDÄMEN HUOLTOPAKKI
- UUSI ASE YLIPAINOON
- LÖYDÄ RAUHA SALILTA



ANNA

hymysi purra

Keski-iässä monen hymy alkaa hyytyä, kun tummuvaa hammasrivistöä ei kehtaa esitellä. Ei hätää, hammaslääkärin hoidossa hampaat ehostuvat viikossa valkaisulla ja laminaateilla.

KAISA VIRTANEN KUVAT ARI OJALA JA SUOMEN KUVAPALVELU

– Epäsistit hampaat tekevät olostä epävarman, ja hymyä yritetään peitellä. Nykyaikaisilla esteettisen hammashoidon menetelmillä, kuten valkaisulla, keraamisilla laminaateilla ja kruunuilla sekä keinojuurilla ja oikomisella saadaan suu esittelykelpoiseksi, kertoo hammaslääkäri **Seppo Lindroos** Hammasklinikka Medidentistä.

– Lähtökohta on, että jos hampaat ovat väärässä asennossa, ne oio-taan perinteisin menetelmin. Hampaan asentovirheitä tai rakoja hampaiden välissä voidaan korjata myös esteettisen hammashoidon uusilla menetelmillä kuten sidostamistekniikalla tehtävillä paikka-aineilla tai keramiikalla. **Keraamisilla laminaateilla saadaan luonnollisin ja kestävin tulos. Aikaa kuluu viikon verran.**

Tekniikka ja menetelmät kehittyvät nopeasti myös esteettisen hammashoidon alalla. Etukäteissuunnittelulla on merkittävä osuus onnistumisessa. **Tietokoneet ja kuvankäsittelytekniikka ovat tuoneet hoidon suunnitteluun uusia mahdollisuuksia.**

– Otamme asiakkaastamme Smile Design -studiossamme digitaalisen kuvasarjan kasvoista ja hampaistosta. Erityisen ohjelmiston avulla havainnollistamme jo ennen hoidon aloittamista, miltä lopputulos tulee näyttämään, sanoo Lindroos.

– Laminaateilla saadaan kestävin lopputulos, joka kovuudeltaan vastaa omaa hammaskiillettä. Laminaattien kanssa voi syödä samalla tavalla kuin omilla hampailla. Iskuja ja kolhaisuja tulee välttää lohkeamisvaaran vuoksi, koska laminaatti on materiaaliltaan oman hampaan kaltainen eli kova mutta hauras.

Hän muistuttaa, että suun tulee olla terve hoitoon lähdeettäessä. Ientulehdus ja mahdolliset purentaviat pitää hoitaa ennen lami-naattien tai kruunujen laittamista. Hampaiden kotihoitoon täytyy myös kiinnittää huomiota, jotta lopputulos säilyy. Usein valmiste-taan myös purentakisko suojelemaan laminaatteja ja omia hampaita mahdollista yöpureskelua vastaan.

Yhden hampaan laminaatti maksaa 600–900 e. Kela ei korvaa esteettiseksi luokiteltua hammashoitoa.

Tiedustelut Hammasklinikka Medident, p. 020 155 3837, www.medident.com.

Valkeat hampaat jopa vuosiksi

län myötä hampaat usein tummuvat ja kuluvat. Väriä voidaan kir-kastaa hammasvalkaisulla. Ihminen hymyilee enemmän, jos hän uskoo hymynsä olevan kaunis.

– Hammasvalkaisun tulisi aina tapahtua hammaslääkärin valvo-mana, jotta se olisi turvallista. Valkaisevana aineena käytetään vety-peroksidia, joka toimii hapettimen tavoin. Valkaisuaine kulkeutuu kiilteen läpi dentiiniin, joka on kiilteen alla ja määrää hampaan värin. Ulkoisessa hammasvalkaisussa hampaan rakenne ei muutu eikä hammas heikkene valkaisun vuoksi, selvittää hammaslääkäri **Reetta Suokas** Kaivopuiston Hammaslääkäriasemalta.

Hammasvalkaisuja voidaan tehdä vastaanotolla tai kotona. Vas-taanotolla hampaita valkaistaan geelivalkaisulla tai **valoaktivoi-dulla geelivalkaisulla**, joista jälkimmäinen on tehokkaampi.



LEENAN HAMPAAT
ENNEN KÄSITTELYÄ.



LEENA KÄHKÖSEN
HYMYN VIIMEISTELE
ZOOM-VALKAISU JA
LAMINAATTIHOITO.

Kotona hampaita voidaan valkaista miedon geelin avulla kotivalkaisukiskoja käyttäen. Lisäksi apteekkeissa on saatavina valkaisukyniä ja -puikkoja, joiden valkaisu teho on hyvin pieni.

Ennen valkaisua suun on oltava terve eli hammaskivi poistetaan, vuotavat paikat uusitaan ja reiät paikataan. **Koska valkaisu ei valkaise paikkoja, laminaatteja ja kruunuja, vanhat värjäytyneet paikat etuhampaissa vaihdetaan vasta valkaisuhoidon jälkeen.**

– Hoidan eniten valkaisuopitilaitani Zoom-valkaisulla, koska se on nopea, turvallinen ja tehokas. Hoito tehdään vastaanotolla hyvässä suojauksessa. Valkaisuaine aktivoidaan UV-valolla. Näin hoitotulos tehostuu jopa 30 prosenttia. Teemme tarkan värimäärityksen, jotta hoitotulosta voidaan tarkkaan arvioida. Zoom-hoidolla saamme kaksi tuntia kestävässä istunnossa 8–12 asteen värisävyn vaalennuksen. Se on moninkertainen kotivalkaisuun verrattuna. Lisäksi ienäräytyksiä ei esiinny, kertoo Reetta Suokas.

Hän huomauttaa, että hampaiden valkaisu on yksilöllisiä eroja: kellertävät hampaat kirkastuvat helpommin kuin harmaat. Jos alkutilanne on hyvin tumma ja haaveena on Hollywood-hymy, jatketaan vastaanotolla tehdyn Zoom-valkaisun jälkeen hoitoa kotivalkaisukiskoilla viikon tai pari.

Toivottomia tapauksia ei ole, mutta esimer-

ILME raikastui

Leena Kähkönen oli käyttänyt kaupan valkaisevia hammastahnoja, mutta ei ollut tyytyväinen niiden tehoon.

– Halusin valkohampaisella hymyllä piristystä ilmeeseeni, pidänhän huolta myös hiuksistani ja kasvoistani. Etsin tietoa netistä ja päädyin Kaivopuiston Hammaslääkäriasemalle. Keskustelun jälkeen päädyin Zoom-valkaisuun. Lisäksi laitettiin neljä laminaattia.

HOITO TUNTUI HELPOLTA JA KIVUTTOMALTA:

– Hampaita ei vihlonut. Parituntinen kului yllättävän nopeasti. Toimenpide oli myös vaivaton – se vaati vain yhden käynnin.

Etukäteen oli arveluttanut, että hampaista saattaisi tulla luonnottoman valkoiset ”jenkkihampaat”. Hammaslääkärin kanssa yhdessä etsimällä löytyi oikean värisävy.

Kotihoitona hän käyttää valkaisevaa Yotuel-hammastahnaa ja kiskoja estämään hampaiden narskuttelua öisin.

– Olen saanut positiivista palautetta perheeltä ja ystäviltä. Jotkut vieraat ovat kommentoineet, että olen raikkaan näköinen. Hoidon hinta ei hirvittänyt. On omasta arvostuksesta kiinni, mihin rahansa laittaa. Menehän sitä sata euroa kampaajallekin, ja siellä on käytävä lähes kuukausittain, toteaa Leena Kähkönen.

Sallitut Nautinnot



VALKOISTA RUOKAAROSTEELU

VALKOISTA ruokaa

Valkaisun jälkeen on oltava pari päivää valkoisella dieetillä: ei saa syödä eikä juoda mitään värillisiä eikä värjääviä ruoka-aineita. Herkuttelua harrastava hammaslääkäri **Reetta Suokas** ymmärsi, että se voi olla monelle kiperä paikka. Niinpä hän teetti asiakkailleen lahjaksi keittokirjan *Sallitut nautinnot*, jossa kaksi huipukokkia, **Helena Puolakka** ja **Eero Mäkelä**, antavat mainioita ”valkoisia” ruokaohjeita. Niitä kelpaa käyttää senkin jälkeen, kun valkaisu-**karanteeni** on ohi. Kauniin pienen kirjan kuvituksena on **Heikki Kukkasen** grafiikkaa sarjasta *Suun muisti*.

kiksi laikukkaat hampaat on järkevintä hoitaa kuntoon laminaattihoidolla, koska valkaisuhoito valkaisee hampaita tasaisesti eikä tasoita värieroja, tarkoittaa Reetta Suokas.

Valkaisu sopii lähes kaikille, ainoastaan raskaus tai imetys siirtävät hoitoa. Suomessa hammaslääkärit suosittelevat valkaisua vain täysi-ikäisille.

– Valkaisu on mukava startti hampaiden esteettiseen hoitoon. Keski-ikäisillä tarvitaan usein kauniin hymyn luomiseksi muitakin toimenpiteitä kuten paikkojen vaihtoa tai laminaattihoitoa. Hoitosuunnitelma käydään tarkasti läpi ennen hoidon alkua. Kun on hymyynsä tyytyväinen, hampaitaan myös hoitaa paremmin, Suokas lisää.

Zoom-hoitotulos kestää 2–7 vuotta. Tuloksen pysyvyys on yksilöllistä: runsas tupakointi sekä punaviinin ja kahvin juonti nopeuttavat hampaiden värjäytymistä. Hyvä hammastahna, kuten pupu-nientsyymiä sisältävä Yotuel, ylläpitää hoitotulosta. Valkaisevat hammastahnat sopivatkin parhaiten ylläpitohoitoon, eivät valkaisuun.

Zoom-hammasvalkaisu maksaa 550 e ja kotivalkaisu kiskoja avulla 350 e. ■ Tiedustelut Kaivopuiston Hammaslääkäriasema, p. (09) 660 949.