

## Sirged hambad kogu eluks

Peale ortodontilist ravi vajuvad hambad tagasi, selle vältimiseks on eluaegne retentsioon vajalik. Tulemuse hoidmiseks on olemas läbipaistvad hoidekaped ehk retentsioonikaped.



Retentsiooniks ei sobi reteiner ehk hammaste tagune traat. Kuna hambakaart on laiendatud kogu ulatuses on vajalik hoida kõikide hammaste uut asukohta. Reteiner fikseeritakse ainult kuuetele esihambale. Samuti on suur oht, reteiner puruneb või deformeerub, mistõttu soovitud tulemus vajub kiiresti tagasi.

Oma töös näen sageli, et reteineriga fikseeritud hambad on mingil põhjusel tagasi vajunud. Sageli tullakse vastuvõtule lahtise reteineriga, mille kinnitamine tundub esmapilgul lihtne. Tegelikuses on aga traadiots kergelt deformeerunud ja selle tagasi fikseerimine hakkab kallutama ajapikku tervet hambarida. Muutused ei toimu üleöö ja visuaalne defekt ilmneb alles aja möödudes. Samas kasutavad ortodontid "aktiivset reteinerit" hammaste parema asendi saavutamiseks, kuid seda siis teadlikult ja etteplaneeritult. Seega peab reteineri taasfikseerimisega olema väga ettevaatlik ning eelistama peaks hoopis suust eemaldatavat läbipistvat kapet.

Kapete valmistamiseks võetakse jäljend kõikidel hammastelt, kas silikoonmassi või skänneri abiga. Peale mudeli valmistamist pressitakse kape, mis toetub kõikidele hammastele ning väga vähesel määral ka igemetele. Hammaste puhastamine on palju lihtsam võrreldes reteineriga. Hammaste niiditamine on samuti kiirem.

Hammaste taha fikseeritakse reteiner spetsiaalse plommimaterjaliga (komposiidiga) ning hammaste vahelised pinnad jäetakse vabaks. Hammaste niiditamine on põhimõtteliselt võimalik, kuid ainult selleks spetsiaalselt ettenähtud tugevatipulise hambaniidi (Superfossi abil). Vaatamata korralikule suuhügieenile on reteineri piirkonnas rohkem hambakattu, mis ajapikku muutub hambakiviks.



Reteiner paigaldatakse alumiste hammaste lõikehammaste taha ning otsad kinnitatakse silmahammastele. Sellesse piirkonda avanevad ka süljejuhad ning süljes paiknevate mineraalide tõttu hakkab hambakatt mineraliseeruma ning tekib hambakivi. Hammaste puhastamine seest poolt ongi keerulisem ning isegi professionaalne katu mehhaaniline eemaldamine ei ole lihtne. Vaatamata hügienisti pingutusele ja tänu soodaosakeste imeväikestele mõõtmetele on hambaid küll võimalik puhastada ka raskesti ligipääsvates kohtades aga ikkagi koguneb reteineri piirkonda rohkem kattu. Lisaks hambakivi probleemile tekib igemetesse gingiviit, mis väljendub igemete veritsemises. Sageli areneb gingiviidist parodontiit, kui lisaks igemetele levib kahjustus ka hammaste tugikudedesse.

Ülemiste hammaste taha kinnitatakse reteiner samuti kõige sagedamini lõikehammastele ning otsad fikseeritakse silmahammastele. Ideaalse hambumuse korral hammustuvad alumised eesmisel hambad ülemiste hammaste taha ning reteineri kinnitamine samasse piirkonda on suhteliselt keeruline. Ülemise reteineri lahtitulek ongi seotud kõige sagedamini alumiste hammaste peale hammustamisega. Samas ei ole mõtet ka reteinerit paigaldada kõrgemale, sest siis vajuvad hambad tagasi. Kõige parem koht on hammaste ekvaatori juures, kusagil poole hambakrooni piirkonnas. Samas võib hambumus muutuda ka vanemas eas. Lõualuude pidev kasv ja areng on normaalne protsess läbi terve elu ning sellega muutub ka minimaalselt hambumus. Ideaalselt paigaldatud ülemine reteiner võib ajamöödudes muutuda suureks probleemiks. Muutunud hambumuse tõttu kontakteeruvad alumiste hammaste lõikeservad reteineriga ning kokkuhammustamise tõttu hakkab reteiner liim murenema ning katkema. Samuti võivad hambad nihkuda keele suurenenud surve tõttu oma valele kohale tagasi. Rahuolekus ja neelamise ajal peaks keel paiknema suulaes. Infantiilse neelamise korral surutakse keelt vastu hambaid ning suuhingamise korral paikneb keel üldse suupõhjas. Mõnikord on keelel suurem surve ainult ühepoolsest, mistõttu reteineriga fikseeritud hambad hakkavad ühelt poolt ära vajuma, kiskudes tegelikult kõik reteineriga fikseeritud hambad viltu.

Kokkuvõttes võib öelda, et kõige parem lahendus ortodontilise ravitulemuse hoidmiseks on ikkagi hambakaped. Mida tegelikult ei olegi nii raske öösiti kanda. Loomulikult on reteiner "mugavam" viis lõpptulemuse hoidmiseks, kuid arvestades kaasuvaid probleeme, on hambakaped ikkagi palju kindlam lahendus.