

Środa z Profilaktyką - Zadbaj o uśmiech!

Regularne wizyty u dentysty oraz właściwa profilaktyka są kluczowe dla utrzymania zdrowia jamy ustnej. Zapewniają nie tylko piękny uśmiech, ale także chronią przed poważnymi chorobami nawet choroby serca. Z bezpłatnej opieki stomatologicznej może korzystać każdy, kto jest objęty ubezpieczeniem zdrowotnym. Z naszego poradnika dowiesz się, dlaczego tak kluczowa jest profilaktyka stomatologiczna? Co przysługuje Ci bezpłatnie na NFZ? Gdzie się udać z bólem zęba w nocy, niedzielę czy święta? Poradnik Pacjenta: Stomatolog na NFZ – co Ci przysługuje? Od tych danych aż zęby bolą Eksperti Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) biją na alarm. Stan zdrowia jamy ustnej na całym świecie jest przerażający. Choroby jamy ustnej są najczęstszymi chorobami niezakaźnymi, które dotyczą prawie połowę światowej populacji. W Polsce: 16 proc. z nas w grupie wiekowej 35-44 lata ma rozpoznane zaawansowane zapalenie przyzębia przeciętny dorosły Polak ma prawie 13 zębów z próchnicą 40 proc. Polaków w wieku 65–74 lata nie ma w ogóle zębów. - Dzięki łatwiejszemu dostępowi do informacji i postępom w stomatologii coraz więcej osób dba o swoje zęby, bez względu na wiek. Jednak nadal głównymi powodami wizyt u dentysty jest zaawansowana próchnica, ból zęba lub jego uszkodzenia - zauważa lek. dent. Katarzyna Młyniec . Czy wiesz, że...? Próchnica jest chorobą pojawiającą się już w pierwszym roku życia dziecka i występuje nawet u 50 proc. dzieci między 2, a 3 rokiem życia. Koniecznie przeczytaj jak jej zapobiegać: Stomatolog dla dzieci - co na NFZ? Do dentysty bez skierowania Do dentysty nie potrzebujesz skierowania. Bezpłatna opieka stomatologiczna przysługuje każdej osobie, która ma prawo do świadczeń zdrowotnych. Stomatolog, który podpisał umowę z NFZ, ma opłacone swoje usługi w ramach kontraktu. Skoro więc płacisz składkę na ubezpieczenie zdrowotne, korzystaj z przysługujących Ci świadczeń na NFZ i lecz zęby za darmo. Profilaktyka próchnicy Profilaktyka stomatologiczna odgrywa kluczową rolę w zapobieganiu próchnicy i innych chorób jamy ustnej. Jednym z jej elementów są regularne wizyty kontrolne u stomatologa. Bez względu na wiek pacjenta powinny odbywać się raz na pół roku. W ramach profilaktyki próchnicy możesz wykonać m.in.: badanie stomatologiczne wraz z instruktażem higieny jamy ustnej - raz w roku kontrolne badanie stomatologiczne - trzy razy w roku usunięcie kamienia nazębnego tzw. skaling - raz w roku. Wszystkie te świadczenia są dostępne dla Ciebie bezpłatnie. Koszty pokrywa Narodowy Fundusz Zdrowia. - Profilaktyka w stomatologii naprawdę działa. Obserwuję to codziennie u moich pacjentów, którzy stosują zdrowe nawyki i regularnie, co kilka miesięcy stawiają się w gabinecie na przegląd stomatologiczny i higienizację. Warto jednak podkreślić, że dbanie o zdrowy uśmiech zaczyna się w domu. Wskazane jest, aby ograniczyć słodyczne w diecie, pamiętać o regularnym i dokładnym myciu zębów oraz o zmianie szczoteczki co 3 miesiące - zaznacza lek. dent. Katarzyna Młyniec . Czy wiesz, że...? Białe plomby od 2022 roku stosuje się bezpłatnie do wszystkich zębów - w ramach NFZ. Bezpłatne znieczulenie stomatologiczne Wszystkie rodzaje znieczulenia u dentysty z kontraktem z NFZ są bezpłatne. Do żadnego zabiegu stomatologicznego czy chirurgicznego nie musisz dodatkowo dopłacać za znieczulenie. Podczas leczenia możesz otrzymać znieczulenie: powierzchniowe (w postaci żelu lub sprayu) nasiękowe (płytkie nakłucie w okolicę zęba) przewodowe (efektem może być m.in. drętwienie warg, brody, języka). **WAŻNE!** Osobom z niepełnosprawnością w stopniu umiarkowanym i

znacznym, po kwalifikacji lekarskiej, przysługuje leczenie w znieczuleniu ogólnym. Leczenie dziąseł i paradontozy na NFZ Leczenie dziąseł i paradontozy w ramach NFZ jest bezpłatne. Lekarz peridontolog, czyli specjalista, który zajmuje się diagnostyką i leczeniem chorób przyzębia: wykona płukanie kieszonek dziąsłowych zaaplikuje leki wyleczy zmiany i choroby błony śluzowej zarówno mechanicznie, jak i farmakologicznie wykona kiretaż zamknięty (to zabieg stomatologiczny polegający na usunięciu płytki bakteryjnej i kamienia nazębnego z kieszonek dziąsłowych) zrobi plastykę wędzidełek (to drobny zabieg polegający na przecięciu wędzidełka, zwykle za pomocą specjalnego noża chirurgicznego). **WAŻNE!** Jeśli krwawią Ci dziąsła lub zaczęły ruszać się zęby, jak najszybciej zapisz się do stomatologa lub peridontologa. W chorobach dziąseł i paradontozie, im szybciej zaczniesz leczenie, tym lepiej. Co w zębach – to w sercu Próchnica jest groźnym schorzeniem. Jednak często nie bierzemy pod uwagę, że bakterie z jamy ustnej, mogą przedostać się do krwioobiegu i zaatakować każdy organ w naszym ciele. Krążą one po organizmie i szukają miejsca, w którym mogłyby się zagnieździć, powodując szereg niebezpiecznych dla naszego zdrowia i życia konsekwencji. Próchnica połączona z chorobami przyzębia zwiększa ryzyko wystąpienia zawału i schorzeń naczyń krwionośnych nawet o 70%! Poznaj ChUK – program NFZ, w którym zakocha się Twoje serce Stomatolog na NFZ dla kobiet w ciąży i połogu Kobietom w okresie ciąży i połogu (do 42 dnia po porodzie) przysługują dodatkowe świadczenia stomatologiczne. Aby z nich skorzystać musisz mieć kartę ciąży. Poza usługami przysługującymi wszystkim pacjentom, masz prawo do: czasowego wypełnienia kanału zębów wypełnienia stałego kanału zębów usunięcia żywej miazgi usunięcia martwej miazgi zęba leczenia kanałowego zęba z wypełnieniem 2 kanałów i 3 kanałów leczenia kanałowego zęba z zakażonymi kanałami z wypełnieniem 1 i 2 kanałów zęba usunięcia złogów nazębnych - raz na 6 miesięcy badań kontrolnych - raz na 3 miesiące. - Cięża to wyjątkowy czas, kiedy warto zwrócić szczególną uwagę na stan zębów i jamy ustnej, ponieważ zaawansowana próchnica może zwiększać ryzyko przedwczesnego porodu. Idealnym czasem na podjęcie leczenia jest drugi trymestr prawidłowo przebiegającej ciąży. Nie ma żadnych przeciwwskazań do przeprowadzenia zabiegów dentystycznych w tym czasie. Wszelkie procedury mogą być wykonywane bezboleśnie, przy użyciu bezpiecznego znieczulenia miejscowego, które nie stanowi zagrożenia dla mamy ani dla dziecka - podkreśla lek. dent. Katarzyna Młyniec. Proteza zębowa na koszt NFZ Przysługuje osobom z całkowitym bezzębem oraz tym, którym w szczęcie brakuje co najmniej pięciu zębów w jednym łuku. Refundacja obejmuje: uzupełnienie braków zębowych przy pomocy ruchomej protezy częściowej - jeden raz na 5 lat w przypadku braku 5 zębów i powyżej w łuku zębowym zaopatrzenie bezzębnej szczęki protezą całkowitą w szczęcie lub żuchwie łącznie z pobraniem wycisku - jeden raz na 5 lat odtworzenie funkcji żucia przez naprawę protez ruchomych w większym zakresie z wyciskiem - jeden raz na 2 lata oraz całkowite podścielenie protezy w sposób pośredni - 1 raz na 2 lata. Jak zapisać się do dentysty na NFZ? Adresy gabinetów stomatologicznych, w których za darmo wyleczysz zęby, znajdziesz w wyszukiwarce Gdzie się leczyć otwiera się w nowej karcie , w zakładce „Przychodnie i szpitale” – leczenie stomatologiczne lub w Informatorze o Terminach Leczenia otwiera się w nowej karcie . Aktualny wykaz gabinetów z kontraktami NFZ znajdziesz również na stronach internetowych oddziałów wojewódzkich NFZ. **WAŻNE!** Jeśli zgłaszasz się do stomatologa z bólem zęba, pomoc powinienes otrzymać już tego samego dnia. Ból zęba w nocy,

niedzielę i święta W przypadku nagłego bólu zęba możesz skorzystać z dyżuru stomatologicznego. W gabinetach pełniących dyżur są przyjmowani tylko pacjenci w przypadkach nagłych. Nie obowiązuje rejonizacja, możesz skorzystać z najbliższej doraźnej pomocy stomatologicznej. Placówki udzielają pomocy doraźnej: od poniedziałku do piątku w godzinach 19:00 - 7:00 dnia następnego w soboty, niedziele i dni wolne od pracy przez całą dobę. Adresy placówek znajdziesz w wyszukiwarce Gdzie się leczyć otwiera się w nowej karcie , w zakładce „Nagła pomoc doraźna” lub na stronie Twojego oddziału wojewódzkiego NFZ . Co jeszcze przysługuje Ci u stomatologa na NFZ? 1. Zdjęcia RTG m.in.: zdjęcia rentgenowskie wewnątrzustne – do 2 zdjęć w roku. 2. Leczenie próchnicy m.in.: wypełnienie ubytku w zębach (białe plomby) opatrunek leczniczy w zębie płukanie kieszonki dziąsłowej i aplikacja leku kosmetyczne pokrycie niedorozwoju szkliwa w zębach. 3. Leczenie chirurgiczne m.in.: usunięcie zęba jednokorzeniowego i wielokorzeniowego usunięcia ósemki - „zęba mądrości” operacyjne usunięcie zęba zatrzymanego zaopatrzenie rany zatamowanie masywnego krwotoku założenie opatrunku chirurgicznego wycięcie małego guzka lub zmiany guzopodobnej, włókniaka wyłuszczenie torbieli zębopochodnej chirurgiczne usunięcie zęba przez dłutowanie wewnątrz-zębodołowe z zastosowaniem wiertła i dźwigni chirurgiczne zaopatrzenie małej rany obejmującej do 3 zębodołów włącznie ze szwem założenie opatrunku chirurgicznego tymczasowe zaopatrzenie złamanej szczęki repozycja i unieruchomienie zwichnięcia żuchwy założenie szyny drucianej (nazębnej) przy zwichnięciach, reimplantacjach lub transplantacjach zębów założenie szyny przy zapaleniu kości, operacjach plastycznych lub resekcjach szynowanie nieuszkodzonej, przeciwstawnej szczęki lub żuchwy wyłuszczenie kamienia z przewodu ślinianki nacięcie powierzchniowo, podśluzówkowo lub podskórnio leżącego ropnia włącznie z drenażem i opatrunkiem. 5. Leczenie chorób przyzębia m.in.: kiretaż zwykły (zamknięty) kiretaż otwarty w obrębie 1/4 uzębienia leczenie zmian na błonie śluzowej jamy ustnej plastyka wędzidełka, wargi, policzka założenie opatrunku parodontologicznego unieruchomienie zębów ligaturą drucianą plastyka przedsionka jamy ustnej. 6. Leczenie protetyczne m.in.: uzupełnienie braków zębowych za pomocą protezy częściowej włącznie z prostymi doginanymi klamrami w zakresie 5–8 brakujących zębów – raz na 5 lat* uzupełnienie braków zębowych za pomocą protezy częściowej włącznie z prostymi doginanymi klamrami w zakresie więcej niż 8 zębów – raz na 5 lat* zaopatrzenie bezzębnej szczęki protezą całkowitą – raz na 5 lat naprawa protezy ruchomej, z wyciskiem – raz na 2 lata całkowite podścielenie jednej protezy w sposób pośredni – raz na 2 lata. * ograniczenie nie dotyczy osób po operacyjnym usunięciu nowotworów w obrębie twarzoczaszki.