

ПИТАНИЕ ПОСЛЕ ИМПЛАНТАЦИИ - КАКИЕ ЕСТЬ ОГРАНИЧЕНИЯ

Бекмурадов Шахзод Адхам угли

Стоматолог-имплантолог

Аннотация: Статья направлена на формирование здорового образа жизни в нашей стране, а также заложены факторы формирования квалифицированных специалистов в области имплантации, психологически зрелых кадров, отвечающих требованиям времени, психологические механизмы формирования воли. вперед. Имплантация – это вид зубного протезирования, при котором искусственная коронка устанавливается на титановый имплантат, заменяющий корень зуба. Имплантат вставляется (ввинчивается) в челюстную кость, после чего он должен прижиться. Этот процесс называется остеоинтеграцией.

Ключевые слова: Имплантация, Имплантат, челюстную кость, заглушка, анестезия, реабилитация, раздражающей десны – жареной, копченой, вяленой, лосось, скумбрию, сельдь, печень трески, куриные и перепелиные яйца (особенно желтки), сыр, зубной эмали, кариес.

Имплантация – это вид протезирования зубов, при котором искусственная коронка устанавливается на титановом имплантате, заменяющем зубной корень. Имплантат внедряется (ввинчивается) в челюстную кость, после чего он должен прижиться. Этот процесс называется остеоинтеграцией. Имплантация может быть проведена по одной из двух методик – одно-этапной или двухэтапной (классической). При классической имплантации внедренный в кость имплантат закрывается заглушкой. Десна над ней зашивается. При одноэтапной имплантации десна не зашивается, а на имплантат сразу же устанавливается временная коронка из легкой пластмассы. Она служит исключительно эстетическим целям и не предназначена для жевательных нагрузок. Это значит, что жевать такой коронкой нельзя. Питание после имплантации должно отвечать ряду правил. От того, насколько аккуратно они будут соблюдаться, зависит срок реабилитации и успешность остеоинтеграции – скорость приживления и сама приживаемость имплантата. В целом эти правила едины как для одноэтапной, так и для двухэтапной имплантации, несмотря на то, что в первом случае швы на десну не накладываются.

В чем
заключается
имплантация
зубов?



1. Первые часы после имплантации.

В течение первых 2 – 3 часов следует воздержаться от пищи, а заодно и от питья, чтобы не травмировать и не раздражить ранку. Обычно анестезия

отходит в течение 5 – 6 часов. Желательно воздержаться от пищи до ее полного отхождения. Это связано с риском прикусить онемевшие язык, щеку. Первая пища должна быть теплой, жидкой или полужидкой. Это может быть бульон, суп-пюре, детское пюреобразное питание. Питье также должно быть теплым. Желательно, если это будет простая вода.



2. Период реабилитации.

Обычно реабилитация, то есть полное заживление места операции, занимает 2 – 3 недели. В течение этого времени нужно соблюдать ряд правил:

1. Не жевать той стороной, на которой был установлен имплант, чтобы не разошлись швы или в ранку не попала пища.
2. В течение 3 – 4 дней избегать употребления холодной и горячей пищи, напитков. Строго говоря, в течение всего реабилитационного периода рекомендуется употреблять только теплую еду и напитки.
3. В течение 3 – 4 дней желательно отказаться от кофе, крепкого чая, поскольку они способствуют повышению давления и могут спровоцировать расхождение швов. Их лучше заменить травяными чаями из ромашки, календулы, мяты, компотом из сухофруктов, отваром шиповника.
4. В течение всего реабилитационного периода следует избегать пищи и напитков, раздражающих десны – соленого, кислого, острого.
5. В течение реабилитационного периода следует отказаться от алкогольных напитков. Во-первых, они раздражают слизистые поверхности, а во-вторых, расширяют сосуды и могут спровоцировать кровотечение.
6. До полного заживления десны следует избегать любой твердой пищи – семечек, орехов, сухариков, сухих хлопьев, печенья, чипсов, поп-корна, кускового мяса, жестких овощей, плотных фруктов. То есть, вообще всего, что нужно раскусывать, разгрызать, усиленно жевать.
7. Пить можно без ограничений.

В течение реабилитационного периода следует избегать пищи, раздражающей десны – жареной, копченой, вяленой. Продукты лучше отваривать или готовить на пару. Овощи желательно измельчать в блендере до пюреобразного состояния. Также следует поступать и с супами. Мясо и рыбу лучше прокручивать в фарш и готовить из него паровые котлеты.

Рекомендуются разварные каши, омлеты.



3. Период остеоинтеграции.

Приживление импланта занимает несколько месяцев. Этот срок зависит от ряда факторов – возраста, индивидуальных особенностей обмена веществ, марки импланта, а также от соблюдения правил питания. Остеоинтеграция – это процесс врастания титанового имплантата в костную ткань. Его успешность зависит от скорости роста костной ткани, а она в свою очередь, от содержания в пище кальция и витамина D (который требуется для усвоения кальция). Существенное значение имеет также витамин С. Поэтому питание в период остеоинтеграции должно быть богато кальцием, витаминами С, D.

1. Продукты, богатые кальцием – это, в первую очередь, сыры и кисломолочные продукты (сметана, творог).

Большое количество кальция содержится также в темно-зеленых овощах – шпинате, капусте-брокколи, брюссельской капусте, стручковой фасоли. Много этого микроэлемента в кольраби, белокочанной капусте, белой фасоли и рыбе – судаке, теске, леще, сазане, горбуше, лососе. Полезны в этом отношении яйца, особенно желток. Идеальный вариант – омлет из яиц с молоком.

2. Продукты, богатые витамином С – это брокколи, брюссельская, цветная капуста, помидоры, яблоки, киви.

Брюссельская капуста и брокколи – рекорсмены по содержанию витамина С среди овощей, но далеко не все знают, что картофель в этом отношении почти

не уступает цитрусовым. И также может быть рекомендован как источник витамина С в реабилитационный период после имплантации. Безусловно полезен отвар шиповника.

3. В качестве источника витамина D для более быстрой остеоинтеграции можно рекомендовать:

- лосось,
- скумбрию,
- сельдь,
- печень трески,
- куриные и перепелиные яйца (особенно желтки),
- сыр.

Эти продукты способствуют укреплению костной ткани, а значит, не только более быстрому, но и более надежному врастанию имплантата в челюстную кость.

Методы лечения:

Основная задача лечения пародонтита, гингивита – купировать воспалительный процесс, устранить факторы его развития, избежать потери зубов и других осложнений заболевания.

1. Профессиональная чистка зубов.

Для устранения зубного налета используется технология Airflow – чистка водяной струей, насыщенной воздушными пузырьками и содержащей микро-частицы соды. Водно-воздушная струя подается под давлением и мягко, но при этом тщательно очищает поверхность зубной эмали от загрязнений, налета. Для устранения зубного камня обычно используется ультразвук (технология Pieson). Ультразвуковые волны разрушают зубной камень, после чего его частицы удаляются водой. При этом зубная эмаль не повреждается. Процедура заканчивается шлифовкой эмали, деминерализацией, покрытием фторсодержащим защитным лаком для профилактики кариеса.

Литература

1. Безрукова А.П. Пародонтология - М., 1999.
2. Грудянов А.И. Заболевания пародонта. - М.: Медицинское информационное агентство, 2009.
3. Данилевский Н.Ф. Заболевания пародонта. - М.: Медицина, 2010.
4. Янушевич О.О. Заболевания пародонта. Современный взгляд на клинико-диагностические и лечебные аспекты. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2010.

5. Грудянов А.И. Средства и методы профилактики воспалительных заболеваний пародонта. - М.: Медицинское информационное агентство, 2012.
6. Улитовский С.Б. Гигиенический уход при воспаленном пародонте. - М.: МЕД пресс-информ, 2013.
7. Е.В. Боровский. Терапевтическая стоматология. - М, 2011.
8. Ламли Ф. Практическая клиническая эндодонтия. - М.: МЕД пресс-информ, 2020.
9. Машарипов, В. У., Мирвалиева, Н. Р., & Абдуллаев, У. М. (2023). Местный иммунитет и специфическая сенсibilизация к антигенам бактерий у больных тонзиллитом. *Science and Education*, 4(2), 392-400.
10. Ахмедова, Н. М. (2017). В помощь арифметике. *Молодой ученый*, (4-2), 14-15.

