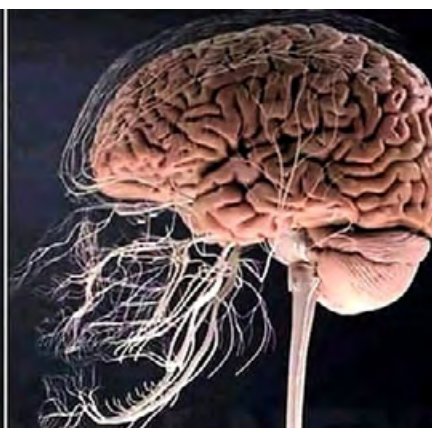


JAKIE ZĘBY – TAKI MÓZG

CZYM JEST IMMUNOLOGICZNA STOMATOLOGIA ESTETYCZNA?

Stomatologia estetyczna zajmuje się wyglądem, kształtem i kolorem zębów. Stworzeniem atrakcyjnego, indywidualnie dobranego do rysów twarzy i charakteru człowieka, uśmiechu. Oprócz pięknych, białych zębów, obejmuje zdrowe dziąsła i funkcjonalny, prawidłowy zgryz. Estetyczne zęby odgrywają kluczową rolę w życiu większości ludzi. Od pięknych zębów zależy pewność siebie, dobre samopoczucie i jakość życia. Estetyka uśmiechu wpływa na sukces zawodowy i poszukiwanie partnera. Dążenie do promiennego uśmiechu jest więc zupełnie zrozumiałe, a jego niedoskonałości można korygować przy pomocy stomatologii estetycznej.

Podczas projektowania nowych uśmiechów priorytetem jest funkcjonalność, osiągnięta przez odpowiednio odbudowany zgryz, będący jednocześnie ochroną dla stawów skroniowych. Nieprawidłowy zgryz i problemy w stawach skroniowych (trzaski, przeskakiwanie, klikanie, ból) plasują się najwyżej w randze istotności i utrzymania harmonii ciała, ponieważ proces żucia jest niezbędny dla naszego przetrwania. W ciągu ostatnich 100 lat, obok jatrogennych i wynikających z urazów problemów zgryzowych, powszechne stały się wady wrodzone i rozwojowe szczęki i żuchwy. Wydaje się, że ma to przede wszystkim przyczyny epigenetyczne (przeprogramowanie komórek na skutek wychowania, traumy, stresu, klimatu, czynników środowiskowych np. oddychania przez usta), przy czym dieta odgrywa kluczową rolę. Dieta miękka oraz pokarmy rafinowane, głównie cukier i produkty z białej mąki wydają się bezpośrednio związane z wadami rozwojowymi zębów i szczęk. Do tego dochodzi nietolerancja pokarmowa,



przewlekłe infekcje bakteryjne i wirusowe oraz inne czynniki środowiskowe (plastiki, pestycydy, rozpuszczalniki, insektycydy, konserwanty itp.), na które ludność jest narażona na co dzień.

W krajach rozwiniętych stosunkowo rzadko zdarza się, aby dziecko lub nastolatek obył się bez jakiejś formy aparatu ortodontycznego. Poziom zębów i oczu są ze sobą bezpośrednio powiązane: u każdego ssaka oczy są odruchowo skierowane na horyzont (odruch labiryntowy). Nawet najmniejsze zmiany w okluzji (sposobie łączenia się i pracy zębów) już w zakresie mikrometrów prowadzą do zaburzeń w tym systemie. Kompensacja następuje poprzez proste mechanizmy kontrolne w aparacie mięśniowym i więzadłowym, przy czym początkowo poprzez zmianę formy czaszki wzdłuż szwów i opon mózgowych. Zwykle objawia się to napięciem w głębokich mięśniach szyi, ale utrzymując się przez dłuższy czas, przenosi się dalej na bark i obręcz miednicy. Może to skutkować nieprawidłową postawą i pozycją głowy. Napięcie prowadzi również do zmniejszonego w niektórych obszarach dopływu krwi do mózgu i odwrotnie, gorszego odpływu krwi i limfy z mózgu. Nawet już milimetrowa utrata wysokości zgryzu (np. starcie zębów) prowadzi do znacznej utraty drenażu limfatycznego, a tym samym do na-

gromadzenia toksyn w obszarze mózgu. Jest to ważne, ponieważ impulsy biegnące neuronami z mózgu, mówią reszcie ciała, jak ma działać, więc jeśli toksyny gromadzą się w mózgu, wpływa to na upośledzenie przesyłania wiadomości do całego ciała.

Czy wiesz, że jedna noc braku snu prowadzi do „zapalenia” mózgu? Utrata snu nawet przez część nocy może wywołać reakcję komórkową, powodującą zapalenie uszkadzające tkanki. Nasz wbudowany system drenażowy i oczyszczania mózgu z toksyn działa tylko w nocy, podczas głębokiego snu. System ten jest zależny od gleju i jest nazywany systemem limfatycznym, a jego działalność polega na transporcie płynów w mózgu. Ułatwia on wymianę płynu mózgowo-rdzeniowego i płynu śródmiąższowego w metabolicznie aktywnych tkankach. Pompując płyn mózgowo-rdzeniowy przez tkanki mózgu, system limfatyczny spłukuje odpady z powrotem do układu krążenia w organizmie. Stamtąd szkodliwe metabolity docierają do wątroby, gdzie są ostatecznie eliminowane. System limfatyczny zwiększa swoją aktywność podczas snu, umożliwiając mózgowi oczyszczenie z toksyn, w tym szkodliwego białka zwanego beta-amyloidem, którego nagromadzenie zostało powiązane z występowaniem choroby Alzheimera. Podczas snu system limfatyczny staje



się 10 razy bardziej aktywny niż podczas czuwania. Jednocześnie komórki mózgowe kurczą się o około 60%, co pozwala na większą wydajność i efektywność usuwania odpadów. W czasie dnia ciągła aktywność mózgu powoduje „pęcznienie” komórek mózgowych, uniemożliwiając usuwanie metabolitów. Nocne oczyszczenie przez system limfatyczny może przebiegać, ponieważ naczynia żyłne, płyn mózgowo-rdzeniowy i limfa kontaktują się ze sobą i są w stanie stałej wymiany.

Co ma wspólnego układ limfatyczny z estetyczną stomatologią immunologiczną? Projektując i tworząc piękny uśmiech, zawsze bierzemy pod uwagę, że mamy wpływ na jeden z tylko 2. odplywów układu limfatycznego. Pierwszy odplyw ma miejsce przez oczy, m.in. wzdłuż tylnego odcinka nerwu wzrokowego. Dlatego ważne jest, aby ograniczyć ekspozycję na niebieskie światło po zmierzchu. Światło z telewizorów, żarówek i ekranów jest odbierane przez oczy, które wysyłają sygnały do mózgu z informacją, że nadal jest dzień. Jak już wiemy, system limfatyczny nie włączy się bez ciemności i wejścia w odpowiednie fazy snu. Drugi dokonuje się przez blaszkę podstawy czaszki, dalej do migdałków gardłowych (pierścień gardłowy Waldeyera), a następnie do naczyń limfatycznych przylegających do mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego i potem do żył podobojczyko-



wych. Wszelkie blizny, stany zapalne tej okolicy (występujące w 2 zębach, kościach szczęk i migdałkach) oraz zaburzenia w zgryzie (np. starte zęby), prowadzą do wystąpienia zmian w przepływie systemu limfatycznego, co nieuchronnie będzie prowadzić do zaległości w odprowadzaniu produktów przemiany materii i toksyn z mózgu.

Czujesz, że budzisz się zmęczony lub nieodświeżony? Abyś mógł/a funkcjonować, Twoje ciało każdego dnia musi wykonać pracę i zużyć materiały budowlane, w postaci składników odżywczych i ATP. Komórki zużywają substancje odżywcze 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, a ich produkty przemiany materii muszą zostać odprowadzone i wyrzucone poza ustrój. Proces utrzymania homeostazy jest utrudniony, gdy zęby są starte – obniżony zgryz zaburza oczyszczanie mózgu – naszej jednostki centralnej. Poziom toksyn wzrasta, a organizm nie może już nadążyć z ich utylizacją. Indywidualna, genetyczna wydajność dotoksyzacji organizmu odgrywa ważną rolę w zmniejsz-

szaniu lub zaostrzaniu tego stanu. Straub i in. obliczyli, że już u około 30% pacjentów, brakuje jednej trzeciej energii, kiedy wstają rano. Nic więc dziwnego, że oprócz typowych objawów dysfunkcji czaszkowo-żuchwowej i mioartropatii oraz występujących innych symptomów, takich jak utrata koncentracji i pamięci (niedobór neuroprzekaźnika acetylocholino z powodu słabego krążenia krwi), migreny, bezsenność, ból szyi, ból w dolnej części pleców i chroniczne zmęczenie staje się już powszechną chorobą.

Dbałość o układ limfatyczny to most, który łączy stomatologię immunologiczną obejmującą: usuwanie stanów zapalnych z jamy ustnej w immunologicznym protokole (odbudowę prawidłowej wysokości zgryzu, leczenie zębów biomateriałami, tworzenie pięknych uśmiechów, bezpieczne usuwanie amalgamatów oraz usuwanie toksyn i metali ciężkich z organizmu) z zapobieganiem tak powszechnym dzisiaj chorobom przewlekłym, dodatkowo wpływając na poprawę jakości i satysfakcji z życia.

Lek. dent. Igor Dogochi

Twórca konceptu Stomatologii Immunologicznej, lekarz konsultant w Centrum Stomatologii Immunologicznej Bio Clinic.

