

**Cumhuriyeti biz kurduk,
onu yükseltecek
ve yaşatacak sizlersiniz.**

**29 EKİM
CUMHURİYET
BAYRAMI
KUTLU OLSUN**

**Saygı ve
özlemle
anıyoruz**

10 Kasım

193∞

*Benim naçiz vücudum elbet bir gün toprak
olacaktır. Fakat Türkiye Cumhuriyeti
ebediyen yaşayacaktır.*

K. Atatürk



**DIŞLERİNİZ
BİR ÖMÜR BOYU
BİZE EMANET**



AĞIZ VE DIŞ SAĞLIĞI MERKEZİ

EKİM / KASIM

SAYI 6

2 Aylık Diş Sağlığı Bülteni

ONLAY VE İNLAY DOLGULAR AYNI AMA BİR O KADAR DA FARKLI

Dişlerin dolgu ile desteklenemeyecek kadar çok hasarlı olduğu durumlarda (kanal tedavisi sonrası, kırılma veya büyük çürük varlığı) iki seçenek arasında kalınır. Hasarlı diş kaplamak, gerekenden fazla miktarda madde kaybına neden olabilir. Diğer bir yandan, bu derecede madde kaybı olan zayıflamış dişlerde, büyük dolgular desteklenemez. Kırık, çatlak veya dişin kaybına kadar gidebilen sonuçlar doğurabilir.

Büyük dolgu veya kaplama arasında kalındığında seçim genellikle ya maddi kaygılardan ötürü diş riske sokan büyük dolgulardan yana olur ya da



dişte gerekenden fazla madde kaybına neden olan kaplamadan yana olur.

Bu ikilemi çözecek üçüncü tedavi yöntemi ise onlay'lerdir. Onlayler (porselen dolgu), klasik dolgular ve kaplamalar arasında bir yere oturur. Dişlerdeki büyük madde kayıplarını kaplama gereksinimi duymadan dolgu gibi restore etmeyi sağlarlar.

İnlay, Onlay; aynı ama bir o kadar da farklı

İnlay ve onlayler aynı tür restorasyonlar olmakla beraber dişlerin farklı bölümlerini kap-sarlar. İnlayler daha küçüktür, dişin tüberkül adı verilen tepeliklerinin arasında kalır. Onlayler ise bir veya daha fazla sayıda tüberkülü içine alacak boyuttadır. Hatta bu sebeple parsiyel kuron (bölümlü kaplama) olarak da adlandırılırlar.



DR. SONER ŞİŞMANOĞLU
Diş Tedavi Uzmanı

Devamı 2'de

YAPILAN DIŞ BAKIMI HATALARI VE YANLIŞ İNANIŞLAR

Halk arasında bilinen bazı şeylerin yanlış olduğunu biliyor muydunuz? Belkide yıllardır doğru zannettiğiniz alışkanlıklarınız dişlerinize zarar veriyor. Öğrenmek için bu yazımızı mutlaka okumalısınız.

Devamı 2'de

ACİL DIŞ SORUNLARI ve İLK MÜDAHALE

Tatildesiniz veya doktorunuza ulaşamayacak bir yerdesiniz. Dişinizde ani bir ağrı hissetmeye başladınız, doktorunuz ile görüşmeniz mümkün olana kadar, ilk müdahale olarak neler yapabilirsiniz biliyor muydunuz?

Devamı 3'de



HANGİ DURUMLARDA TERCİH EDİLMELİDİR?

Onlayler klasik dolgulara göre hem daha dayanıklı hem de daha uzun süreler ağızda hizmet ederler. Buna rağmen her restorasyonda olduğu gibi diş yapısını zayıflatır. Dolgunun boyutu, kullanılan materyal dolgunun ağızda kalma süresini direkt olarak etkiler. Maddi ve estetik beklentilere göre onlayler altın, porselen veya kompozit materyaller kullanılarak yapılabilir. Dişiniz için en uygun materyalin seçiminde hekiminize önemli bir rol düşmektedir.

Diş probleminiz için direkt çözüm

Onlayler, direkt ve indirekt olmak üzere iki şekilde yapılır. Direkt yöntem klinikte hekim tarafından yapılır ve tek seansta tamamlanır. İndirekt yöntemde ise diş hazırlandıktan sonra ölçü alınır ve dental laboratuvara gön-



DR. SONER ŞİŞMANOĞLU / DİŞ TEDAVİ UZMANI

derilir. İki seanslı ama çok daha başarılı bir tedavi gerçekleştirilmiş olur. Bu nedenle indirekt tedavi yöntemi çok daha fazla tercih edilir.

Hangi durumlarda tercih edilmelidir?

- Civa içeren amalgam dolguların yenilenmesinde ilk alternatif olarak,
- Kanal tedavisi sonrası dişin restore edilmesinde,
- Çevre dişlerle kontakt oluşturulmasının zor olduğu dişler,
- Komşu dişle arasına besin gömülen dişlerde restorasyon değiştirilmesinde

Sonuç

Dişiniz için dolgu, onlay veya kaplama gibi tedaviler arasında seçim yapmanız gerektiğinde emin olabileceğiniz tek bir şey var. Diş probleminizi ertelemek sizi gri alana dahil eder. Bu da daha büyük sorunlara yol açar. Doktorunuz en doğru seçimi yapmanızda size yardımcı olacaktır. Hangi seçeneği seçerseniz seçin her durumda dişleriniz size teşekkür edecektir.



DİŞ SAĞLIĞI KONUSUNDA YAPTIĞIMIZ HATALAR VE TOPLUMA YERLEŞMİŞ YANLIŞ İNANIŞLAR

1- Sert diş fırçası daha iyi temizler: İyi fırçalamak; fırçanın sertliğiyle değil, fırçalama tekniğiyle ilgilidir. Genellikle orta sertlikte diş fırçaları kullanılır. Çok sert fırçalar, dişleri aşındırabilir. Çok yumuşak fırçalar ise dişleri temizlemeyebilir.

2- Sert fırçalamak dişleri daha iyi temizler: Dişleri sert fırçalamak; dişleri temizlemek yerine, 'fırça çürüğü' dediğimiz aşınmalara neden olur. Dişlerin mine tabakası aşındığı için, alttaki sarı tabaka ortaya çıkar ve dişler daha sarı gözüktür. Ayrıca sert fırçalamak, dişlerde hassasiyete ve diş eti çekilmesine sebep olur.

3- Diş macununu fazla kullanmak dişleri çizer: Dişlerin mine

tabakasının çizilmesi; diş macunun fazla kullanılmasıyla ilgili değil, kullanılan macunun granüllerinin büyük olmasıyla ilgilidir. O yüzden granülleri büyük olan diş macunları uzun süreli kullanımdan kaçınılmalı. Diş fırçasının üzerine konulan macunun miktarı ise 'mercimek tanesi' büyüklüğünde olmalı.

4- Karbonat ve tuzla fırçalamak dişleri beyazlatır: Bu maddeler iri granüllü olduğu için dişin mine tabakalarını çizer ve aşındırır. Bunun sonucunda; dişin parlaklığı gider ve yediğimiz ve içtiğimiz besinlerle, dişler daha kısa zamanda renklemeye başlar.

5- Sarı dişler daha sağlamdır:

Dişin rengi dişin sağlamlığını belirlemez.

6- Dişler, macun ve fırça ıslatılarak fırçalanmalı: Diş fırçası, fırçalamaya başlamadan önce ıslatılmamalıdır. Çünkü; fırça kılları ıslatılınca, sertliğini kaybeder. Macunun köpürmesi için de yeterli sıvı ağızda mevcuttur.

7- Macun kullanmaya başladıktan sonra dişlerim çürüdü: Macun; dişleri fırçalarken sabun görevi görür ve içeriğinde dişlerde biriken mikro-organizmaları yok etmek için etken maddeler vardır. Yani çürümeye neden olmaz.

8- Çürükler genettir, ne yaparsan yap dişin çürür: Bireyler arasında çürüğe yatkınlık farklı olabilir. Fakat kötü beslenme alışkanlığının düzeltilmesi, ağız hijyenine önem verilmesi ve düzenli diş hekimi kontrolleri durumunda çürüğe yatkınlığın bir önemi kalmaz.

9- Dişler kahvaltıdan önce fırçalanır: Dişler günde en az iki kez, kahvaltıdan sonra ve yatmadan önce fırçalanmalı. Diş fırçalama işlemi bittince, dilin üst kısmı da yumuşakça fırçalanmalı.

10- Estetik diş doğuştan olur, çarpık diştten kurtuluş yok: Diş düzeltme (ortodonti); dişler ağızda mevcut olduğu sürece her yaşta uygulanabilir. Ortodontik tedavi sayesinde; dişler mevcutsa, her yaşta düzeltme yapılarak, güzel gözüken dişlere sahip olunabilir.

11- Her bünye implantı kabul etmez: İmplant; eksik olan dişlerin yerine çene kemiğine yerleştirilen yapay diş kökleri olarak tanımlanabilir. Sadece yara iyileşmesini etkileyen bir sistemik hastalık ile kontrol altında olmayan kalp ve şeker hastalığı varsa yapılmaz.

12- Hareketli protezler çamaşır suyuna konursa beyazlar: Hareketli protezleri çamaşır suyuna koymak zararlıdır. Protezin kırılganlığını artırır ve protezin ömrünü azaltır. Protezler için özel temizleme tabletleri vardır; onlar kullanılmalı.

13- Çektirdiğim 20 yaş dişinin yerine diş yaptırmalıyım: Çekilen 20 yaş dişlerinin yerine protez diş yaptırmaya gerek yoktur.





0212 6604400
Sağlıklı Diş Danışma Hattı

ÖZEL
DENTADENT
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI MERKEZİ



Detaylı Bilgi Almak İçin
www.dentadent.com.tr

ACİL DİŞ SORUNLARI ve İLK MÜDAHALE

Acil diş sorunları; diş ağrıları, yaralanmalar veya kırık sabitleyiciler veya takma dişler olarak sınıflandırılabilir.

Diş Ağrısı

Eğer bir diş ağrısıyla karşılaşırsanız, ağrıyan bölgeyi bir diş fırçası ve diş ipi yardımıyla temizleyin. Ilık tuzlu suyla durulayın. Diş etinin ya da dişin üzerine aspirin koymayın; bu yanmaya sebep olabilir. Yüzünüzde oluşan şişliklerin üzerine soğuk kompres uygulayın. Parasetamol alın ve mümkün olan en kısa sürede diş hekiminizi arayın.

Eğer kalıcı bir diş tamamen kırıldıysa, zaman çok kıymetlidir. Acil bir randevu almak için derhal diş hekiminizi arayın.

Diş Kaybı (Kökünden sökülmesi)

Eğer kalıcı bir diş tamamen yerinden çıktıysa, zaman çok kıymetlidir. Acil bir randevu almak için derhal diş hekiminizi arayın. Dişi çıkan kişiyi ve dişini yarım saat içinde diş hekiminin muayenehanesine götürmek kritik önem taşır. Bu, büyük bir başarıyla dişi yeniden yerine takmayı



mümkün kılar. Eğer mümkünse dişi nazıkçe boşluğuna geri takın. Aksi takdirde süt, tuzlu su ya da tükürük dolu bir kaba yerleştirin.



Eğer bunların hiçbirisi mümkün değilse bir kap su kullanın. Dişi (çok çok küçük değilse) yanak ile diş eti arasına da yerleştirebilirsiniz.

Sallanan (Yerinden Oynamış) Diş

Eğer bir diş içe ya da dışa doğru itildiyse, çok az basınç uygulayarak tekrar yerine getirmeyi deneyin. Dişi

boşluğuna doğru itmeyin. Yaralanan kişiyi mümkün olan en kısa sürede bir diş hekimine götürmeye çalışın. Diş yol boyunca nemli bir bez ya da gazlı bez yardımıyla sabitlenerek tutulabilir.

Kırık (Parçalanmış) Diş

Öncelikle dişi temiz tutmak için ağız ılık suyla durulayın. Bu gibi durumlarda derhal diş hekimine muayenesi gereklidir. Müdahale kırığın seviyesine bağlı olacaktır ve kalan kısmı törpülemekten diş renginde reçineli bir maddeyle doldurmaya ya da dişin üzerine bir kron ya da kaplama uygulamaya kadar değişiklik gösterebilir. Eğer bir sinir hasarı oluştuysa, bir

kök kanal tedavisi de gerekli olabilir.

Yumuşak Doku Zedelenmesi

Dil, dudaklar ya da yanaklar ısırılmış, kesilmiş ya da delinmiş olabilir. Eğer kanama varsa, gazlı ya da temiz bir bezle sert bir biçimde baskı uygulayın. Eğer kanama 15 dakika içinde durmazsa derhal diş hekiminize iletişime geçin. Dikiş atılması gerekebilir. Aksi takdirde yaralı bölgeyi gazlı bez ya da temiz bir bez üzerine ılık su dökerek temizleyin. Yaralanan ya da şişen bölgeye buz ile soğuk kompres uygulayın ve daha fazla bilgi almak için diş hekiminize iletişime geçin.



SAĞLIKLI BİLGİ KÖŞESİ

DİŞ SIKILMASI NEDEN OLUŞUR?

Diş sıkılması (bruksizm) psikolojik nedenlere bağlı olan semptomatik bir rahatsızlıktır. Bruksizm hastanın TME ve kaslarında çeşitli semptomlar meydana getirir. Ağrı ve TME den gelen klik sesi bunlardan en yaygın olanıdır.

Diş sıkma gıcırdatma bilinç dışı yapılan bir hareket olduğu için uyku sırasında daha fazla yapılır ve hastaların çoğu bunun farkında olmazlar. Erken dönemde hafif ağrı şeklinde başlayan rahatsızlık önlem alınmazsa belli bir süre sonra ağız açamayacak duruma dönüşebilir.

Diş sıkmasının tedavisi var mıdır? Nasıl yapılır?

Diş sıkma ve gıcırdatmanın tedavisi psikolojik bir tedavidir ve psikiyatristler tarafından yapılır. Diş hekiminin buradaki rolü semptomları gidermek (ağrı klik) ve rahatsızlığın daha kötü olmasına engel olmaktır.

Diş hekimini böyle vakalarda oklusal splint, çeşitli egzersizler (fizik tedavi) ve ilaç tedavisiyle semptomları giderir.

Fakat psikolojik tedavi görülmezse semptomlar nüksedebilir.

AĞIZ KORUYUCU NEDİR ?

Hangi amaçla kullanılırlar?

Ağız koruyucuları alt ve üst dişler arasına yerleştirilerek yumuşak plastikten yapılmış aperiyelelerdir. Özellikle futbol, basketbol, güreş, gibi kontakt spor yapan sporcularda ve oyun çağındaki çocuklarda ya diğer sporcuların ya spor ekipmanlarının çarpması ya da düşme sonucu yaralanmalar olabilmektedir. Spor yaralanmaları içerisinde diş, çene, dudak ve dil gibi ağız içerisindeki dokuların yaralanmaları önemli yer kaplamaktadır.

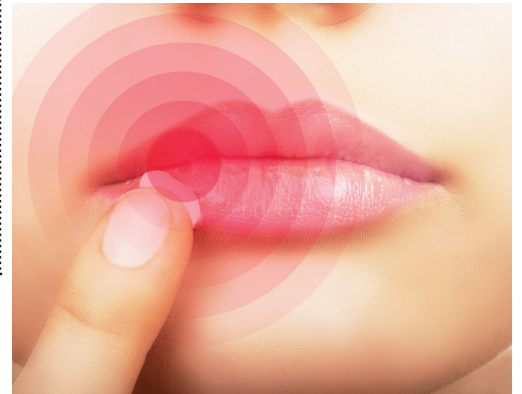


AĞIZ SAĞLIĞINIZ İÇİN BİR KAÇ
İPUÇU

AFT VE UÇUK TEDAVİLERİ

Aft ağız içerisinde sıklıkla yanak ve dudak mukozasında, dil üzerinde, yumuşak damakta, farenkste, diş eti üzerinde görülen solgun sarı-kırmızı hale ile çevrili oldukça ağrılı ülserleşmiş lezyonlardır. Bayanlarda daha sıklıkla rastlanır. Aft genellikle tek olarak seyreterse de aynı anda birkaç bölgede birden görülebilmektedir.

Aftın oluş nedenini belirlemek için çeşitli araştırma yapılmıştır. Ancak oluş nedeni tam olarak belirlenememiştir.





0212 6604400
Sağlıklı Diş Danışma Hattı

ÖZEL DENTADENT
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI MERKEZİ



Detaylı Bilgi Almak İçin
www.dentadent.com.tr

SİNEMA

Kafes



Vizyon Tarihi : 2 Ekim 2015
Yapım : 2015 Türkiye
Tür : Dram
Süre : -
Yönetmen : Mahmut Kaptan
Oyuncular : Turgay Atalay, Banış Küçüköğür, İsmail Hacıoğlu, Murat Ercanlı, Nilay Duru...

Otel Transilvanya 2



Vizyon Tarihi : 23 Ekim 2015
Yapım : 2015 ABD
Tür : Animasyon , Komedi
Yönetmen : Genndy Tartakovsky
Oyuncular : Adam Sandler, Selena Gomez, Andy Samberg, Mel Brooks, Steve Buscemi, Kevin James, Fran Drescher, David Spade

Spectre



Vizyon Tarihi : 6 Kasım 2015
Yapım : 2015 İngiltere , ABD
Tür : Aksiyon , Casusluk
Yönetmen : Sam Mendes
Oyuncular : Daniel Craig, Christoph Waltz, Monica Bellucci, Léa Seydoux, Ralph Fiennes, Ben Whishaw, Naomie Harris, Stephanie Sigman

Ali Baba ve 7 Cüceler



Vizyon Tarihi : 13 Kasım 2015
Yapım : 2015 Türkiye
Tür : Komedi
Süre : -
Yönetmen : Cem Yılmaz
Oyuncular : Cem Yılmaz, Zafer Algöz, İrina İvkina, Çetin Altay

SAHNE SANATLARI

Cirkopolis



Tarih: 09 Ekim 2015 - 11 Ekim 2015
Saat: 17:00
Yer: Zorlu Center Ana Tiyatro - Zorlu Center Beşiktaş İstanbul

Cirque Éloize, sirk, dans ve tiyatronun buluştuğu muhteşem bir gösteri; "Cirkopolis"i sunar. Aman-sız bir şehrin kalbinde, bireyselliği yerle bir eden bir mekanizmayı temsil eden dev dişliler, karanlık kapılar... Özgün sahne tasarımına eşlik eden orijinal müzik ve video projeksiyonların yarattığı büyüdü dünyada 12 akrobat/dansçı bu fabrika şehrin sınırlarını zorluyor, monotonluğa meydan okuyor ve kendilerini yeniden keşfediyorlar...

The Tiger Lillies Perform Hamlet



Tarih: 15 Ekim 2015 - 17 Ekim 2015
Saat: 20:30
Yer: Zorlu Center PSM Drama Sahnesi - Zorlu Center Beşiktaş İstanbul

Bir Shakespeare klasiği "Hamlet", kült topluluk The Tiger Lillies'in zengin hayal gücüyle görsel ve müzikal bir deneyime dönüşüyor. The Tiger Lillies, Danimarkalı tiyatro topluluğu Theatre Republique ile birlikte Shakespeare'in ünlü trajedisi Hamlet'i yeniden yorumlarken müzik, görüntü ve hareketten oluşan büyüleyici bir dünya yaratıyor. Danimarka Prensi Hamlet'in intikam trajedisi, Tiger Lillies'in çarpıcı performansı ve Theatre Republique'in yaratıcı sahne tasarımıyla tiyatroseverlere eşi benzeri olmayan bir macera vad ediyor.

Mustafa Kemal'i Sevdim



Tarih: 11 Kasım 2015
Saat: 19:00
Yer: İKÜ Akingüç Oditoryumu ve Sanat Merkezi - E-5 Karayolu üzeri Ataköy Kampüsü Bakırköy İstanbul

Dilruba Saatçi'nin yazıp yönettiği oyun "Mustafa Kemal'i Sevdim 'Fikriye-Latife'", 11 Kasım'da Akingüç Oditoryumu'nda sahneleniyor.

KONSER - FESTİVAL - ETKİNLİK

Lara Fabian



Tarih: 15 Ekim 2015
Saat: 21:00 / Yer: Zorlu Center PSM - Türkcell Sahnesi

Etkinlik Detayları

"I will Love Again" ve "Je T'aime" gibi parçalarıyla müzik lis-telerini alt üst eden, dünya üzerinde 20 milyonun üzerinde albümü satılan ünlü pop yıldızı Lara Fabian, 15 Ekim 2015 tarihinde, Zorlu Performans Sanatları Merkezi Türkcell Sahnesi'nde müzikseverlere eşsiz bir müzik ziyafeti yaşatacak. Lara Fabian, 1988 yılın-da 33. Eurovision Şarkı Yarışması'nda Lüksemburg'u temsil etmiş ve 4. olmuştur.

Amy Kelliher Band



Tarih: 23 Eylül 2015
Saat: 19:00 - 22:00 / Yer: Nardis Jazz Club - Kuledibi Sok. No:14 Galata Beyoğlu İstanbul

Etkinlik Detayları

Amy Kelliher ABD, Bostonlu bir vokalist. 2006 yılında taşın-dığı İstanbul'da Sibel Köse vokal atölyesine katıldı. 2007 ve 2010 yıllarında Polonya'daki workshoplara da katıldı. Bu gece Amerikan caz standartlarından oluşan bir repertuarla sizlerle olacak.

Sanatçı ve Zamanı / Sergi



Tarih: 05 Ağustos 2015 - 31 Aralık 2015
Yer: İstanbul Modern - Meclis-i Mebusan Cad. Liman İşletmeleri Sahası Karaköy Beyoğlu İstanbul

Etkinlik Detayları

İstanbul Modern "Sanatçı ve Zamanı" adlı koleksiyon sergisi ile sanatçıların zaman fikri etrafında birey ola-rak kendilerini ve çalışmalarını nasıl konumlandıklarına odaklanıyor. Sergi, sanatçının zamanı ile toplumun, kültürün, doğanın ve evrenin zamanı arasında kurulan bağa ve hesaplaşmaya dair bir düşünce alanı öneriyor.

ÖZEL DENTADENT
AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI MERKEZİ

Yayın Türü
2 Aylık Diş Sağlığı Bülteni

Grafik Tasarım
Megalomedia Reklam ve Tanıtım

İletişim
info@dentadent.com.tr
0212 660 44 00



0212 6604400
Sağlıklı Diş Danışma Hattı



Detaylı Bilgi Almak İçin
www.dentadent.com.tr



/dentadentadsm



Bu bülten reklam amaçlı olmayıp, hastalarımızın ve personelimizin eğitimi için hazırlanmıştır.