



Digitaalinen potilasopas

Ogelin Hammaslääkärit Oy:lle

Suun terveydenhuollon
koulutusohjelma,
suuhygienisti
Opinnäytetyö
26.4.2010

Kaisa Leinonen

Koulutusohjelma	Suuntautumisvaihtoehto	
Suun terveydenhuolto	Suuhygienisti	
Tekijä/Tekijät		
Leinonen, Kaisa		
Työn nimi		
Digitaalinen potilasopas Ogelin hammaslääkärit Oy:lle		
Työn laji	Aika	Sivumäärä
Opinnäytetyö	Kevät 2010	22 + 2 liitettä
TIIVISTELMÄ		
<p>Suuhygienistin työ on monipuolista ja haastavaa. Yksi suurimmista työtehtävistä on suun terveyden edistäminen ja sitä tukevien, uusien menetelmien hyödyntäminen. Terveiden edistämiseksi käytetään runsaasti kirjallista tiedottamista; esimerkiksi potilasohjeet terveyskeskuksissa ja yksityisillä lääkäriasemilla. On vaativaa laatia kirjallinen tiedote, joka on luotettava, ymmärrettävä ja kokonaisvaltainen.</p> <p>Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus oli suunnitella ja toteuttaa potilasopas yksityiselle hammaslääkäriasemalle, Ogelin hammaslääkärit Oy:lle. Potilasoppaan on tarkoitus tulla esille hammaslääkäriaseman odotustilaan näytölle. Oppaan sisältö koostuu Ogelin esittelystä, suun terveyteen liittyvien perusteiden selvittämisestä sekä erilaisten hammaslääkäriasemalla tehtävien toimenpiteiden esittelystä työn tilaajien toiveiden mukaisesti. Potilasopas on toteutettu Microsoft PowerPoint 2007-ohjelmalla ja kuvituksen käsittelyssä on käytetty Adobe Photoshop CS4-ohjelmaa. Työ sisältää 24 diaa, joissa on tarvittaessa käytetty piirroksia tukemaan tuotettua tekstiä.</p> <p>Työn tärkein tehtävä suuhygienistin työn kannalta on suun terveyden edistäminen. Tämä tukee myös Ogelin hammaslääkärit Oy:n toiminnan periaatetta, joka on ennaltaehkäisy ja ongelmien varhainen tunnistaminen. Suun terveyden edistäminen nousee esiin useasti potilasoppaan dioissa. Työn teksti ja kuvitus on suunniteltu kohdeyleisölle eli Ogelin asiakkaille. Teksti ei sisällä liian vaikeita termejä. Piirrookset ovat tekijän toteuttamat. Niissä on huomioitu esteettisyys ja niiden anatominen rakenne on oikeaoppinen.</p> <p>Potilasoppaan sisältö ja ulkonäkö täytti työn tilaajien tarpeet. Ainoastaan asiakaspalautteen kerääminen ei toteutunut. Prosessin aikana oli mahdollisuus tutustua lähemmin potilaille suunnatun tiedottamisen ongelmiin ja niiden mahdollisiin ratkaisuihin.</p>		
Avainsanat		
Terveiden edistäminen, tiedottaminen, yksityinen hammaslääkäriasema, suuhygienisti, asiakaslähtöisyys		

Degree Programme in		Degree	
Oral health care		Bachelor of Health Care (Dental hygienist)	
Author/Authors			
Leinonen, Kaisa			
Title			
A digital patient's guide for Ogelin hammaslääkärit Oy			
Type of Work	Date	Pages	
Final thesis	Spring 2010	22 + 2 appendices	
<p>ABSTRACT</p> <p>The work of a Dental hygienist is versatile and challenging. One of the biggest tasks is oral health promotion and the exploitation of new assisting methods. Written material is widely used in health promotion; for example patient guides in health centers and private practices. It is demanding to formulate written information which is reliable, understandable and comprehensive.</p> <p>The purpose of this final thesis was to plan and execute a patient's guide for private dental practice Ogelin hammaslääkärit Oy. They wanted to have the patient's guide visible on screen in their waiting room. The patient's guide consists of Ogeli's presentation, facts about oral health and explaining different dental operations that are done in the private practice. The guide is formulated by following wishes of the subscriber and it also includes drawings. The work is created by using Microsoft Power Point 2007-program, and Adobe Photoshop CS4-program to make adjustments to the drawings. The patient's guide contains 24 slides, in which pictures were used to support the text if necessary.</p> <p>The main aspect of this final thesis is oral health promotion. This also supports the main work principal of Ogelin hammaslääkärit Oy, which is preventing and recognizing the oral health problems in their early stages. Oral health promotion stands up often in the slides of the guide. Text and drawings are designed from the Ogeli's clients' point of view. There are no difficult terms in the text. The drawings are made by author. They are aesthetic and their anatomical structure is correct.</p> <p>The content and appearance of the patient's guide fulfilled the needs of the work's subscriber. Feedback from the customers was the only thing missing due to of lack of time. During the process there was a chance to learn more about problems in delivering information to the patients and how to solve them.</p>			
Keywords			
Health promotion, information, private dental practice, dental hygienist, customer orientation			

1	JOHDANTO	1
2	POTILASOPPAAN SISÄLLÖN PERUSTA	3
2.1	Suun terveyden edistämisen lähtökohtia	3
2.2	Yrityksen etujen lähtökohtia	4
2.3	Asiakkaiden etujen lähtökohtia	4
3	POTILASOPPAAN SISÄLTÖ	5
3.1	Tervetuloa Ogeliin!	5
3.2	Ogelin hammaslääkärit	6
3.3	Ainutlaatuinen suu	6
3.4	Kaksi hampaistoa	7
3.5	Hampaan rakenne	7
3.6	Omahoito kunniaan!	7
3.7	Säännöllisillä tarkastuksilla pelko pois!	8
3.8	Suuhygienisti tukee suun omahoidossa	8
3.9	Terve vai tulehtunut ien?	9
3.10	lentulehdus voi kehittyä parodontiitiksi	9
3.11	Kariesbakteeri käynnistää reikiintymisen	10
3.12	Happohyökkäys hallintaan	10
3.13	Miksi paikan viereen tulee uusi reikä?	11
3.14	Diagnodent Pen löytää kariesen	11
3.15	Korjaava karieshoito	12
3.16	Muovipaikka	12
3.17	Keraaminen paikka CEREC-laitteella	12
3.18	Vaurioitunut hampaan ydin johtaa juurihoitoon	13
3.19	Hampaan poisto kivuttomasti	13
3.20	Kruunu korvaa hampaan näkyvän osan	14
3.21	Silta korvaa useita puuttuvia hampaita	14
3.22	Osa- ja kokoproteesit	14
3.23	Implantti eli keinojuuri	15
4	POHDINTA	16
	LÄHTEET	19
	LIITTEET 1 — 2	

1 JOHDANTO

Suuhygienistin työn tavoitteena on hammas- ja suusairauksien ehkäisy, varhaishoito sekä terveyden edistäminen (Roos 2004: Suuhygienisti suun terveydenhuollossa). Terveyden edistämisen vahvana työkaluna toimii tiedottaminen. Selvittämällä potilaalle huonon suuhygienian seuraukset ymmärrettävästi sekä parantamalla terveyden lukutaitoa, saadaan suun omahoidon roolia merkittävämmäksi. Tätä kautta kehitetään potilaan valmiuksia parempaan omahoitoon ja pyritään vähentämään suun sairauksia sekä korjaavan hoidon tarvetta. (Murtooma 2004: Suuterveyden edistäminen.)

Toiminnallisen opinnäytetyöni tavoitteena oli valmistaa digitaalisessa muodossa oleva potilasopas Ogelin Hammaslääkärit Oy:n asiakkaille. Toteutin oppaan Microsoft PowerPoint ja Word 2007-ohjelmilla sekä käytin piirroksien käsittelyyn Adobe Photoshop CS4 -ohjelmaa. Työ tulee esille hammaslääkäriaseman odotustilaan, jota varten Ogeliin on ostettu 32 tuumainen näyttö, jossa diaesitys tulee olemaan asiakkaiden nähtävillä. Olen tehnyt itse luonut työn visuaalisen ilmeen ja kuvituksen. Potilasoppaan sisältö perustuu tieteellisesti tutkittuihin faktoihin, mutta se kuitenkin on sanallisesti muotoiltu kohderyhmää ajatellen. Potilasoppaan sisällön lähteenä käytin pääasiassa Therapia Odontologica-tietokantaa (Terveysportti 2009), sillä siinä esitetyt tiedot pohjautuvat tieteellisiin tutkimuksiin ja ne ovat myös esitetty hyvin laajasti, eri näkökohdat huomioiden. Opinnäytetyöni kirjallisen sisällön olen tehnyt noudattaen teosta *Toiminnallinen opinnäytetyö*, jonka tekijöinä ovat Hanna Vilkkä ja Tiina Airaksinen (2003).

Omana oppimistavoitteenani oli suunhoitoon liittyvän lähteistön muuttaminen yleistajuiseksi ja tätä kautta pohtia potilaille suunnatun tiedottamisen ongelmia sekä ratkaisuja. Toin työhöni terveydenedistämisen näkökulmaa ja viestitin asiakkaille, että heidän oma panoksensa vaikuttaa suun terveyteen.

Toimeksiantajana hankkeessa oli hammaslääkärikeskus Ogeli, joka sijaitsee Helsingissä, Oulunkylässä. Virallinen toiminimi on Ogelin Hammaslääkärit Oy. Ogelissa on seitsemän hammaslääkärinä, viisi hammashoitajaa ja kaksi sihteeriä. Hoituhuoneita on kolme. Yhdyshenkilöinä toimivat yrityksen omistajat Andreas Siponen ja hammaslääkäri Juha Lindgren. Juha Lindgren toimi myös tuotoksen tarkastajana ja hyväksyjänä. Opinnäytetyöni ohjaajina toimivat Tuula Toivanen-Labiad ja Elina Nurminen, jotka molemmat ovat Metropolia Ammattikorkeakoulun suun terveydenhuollon koulutusohjelman lehtoreita. Itse vastasin tietenkin tuotokseni valmistumisesta sekä vaadittujen raporttien kirjallisista osuuksista.

Pidimme yhteisökokouksien ja ohjaavien opettajien kanssa 24.4.2009 suunnittelu-palaverin potilasoppaan sisällöstä. Tässä tilaisuudessa kävimme läpi oppaaseen tulevat tiedot, kuvat, käyttöoikeudet ja kohderyhmän määrittelyn. Kävimme läpi opinnäytetyötäni varten tehdyn toimintasuunnitelman, jossa olin jo hahmotellut työni toteuttamisesta. Tässä tilaisuudessa sovimme, että minun tehtävänäni oli tuottaa oppaaseen teksti ja kuvat. Tuotoksen toteuttamiseen sovimme käytettävän Microsoft PowerPoint-ohjelmaa, koska oma osaamiseni on sen käyttämiseen riittävä.

Kohdeyleisöksi määrittelimme yhdessä Ogelin asiakkaat, jotka tarkennettiin vielä 20–40-vuotiaiksi siviileiksi. Potilasoppaan sisältö koostettiin työn tilaajien toiveiden mukaisesti sekä terveyden edistämisen näkökulmasta, mutta kuitenkin kohdeyleisöä ajatellen. Sovimme myös käyttöoikeuksien siirtyvän kokonaisuudessaan Ogelin hammaslääkärit Oy:lle sopimusten kirjoittamisen yhteydessä.

Tekemäni toiminnallisen opinnäytetyön merkitys oman alani aspektista on tärkeä. Vaikka oppaan pääasiallinen tarkoitus on korostaa hammaslääkäriasema Ogelin tarjontaa, sen sisällön merkitys painottaa suun terveyden edistämistä. Kiinnostuin aiheesta, koska sen myötä sain mahdollisuuden kokeilla ja kehittää omia kykyjäni potilaille suunnatun informaation toteuttamisessa. Sain myös tilaisuuden vaikuttaa potilasoppaan visuaaliseen ulkoasuun, mikä lisäsi kiinnostustani työn tekemiseen.

2 POTILASOPPAAN SISÄLLÖN PERUSTA

Suunnitteluvaiheessa pohdin hyvän potilasoppaan kriteerejä. Omat kokemukseni erilaisista oppaista koostuivat opaslehtisistä ja internet-sivuilta löytyvistä tiedostoista. Uskon, että suurin osa Suomen kansalaisista on jossain vaiheessa elämäänsä tutustunut erilaisiin potilasoppaisiin. Terveyskeskusten odotustiloissa voi löytää helpostikin useita eri lehtisiä, koskien yleisterveydellisiä ongelmia. Terveysongelmia käsitellään nykyään usein myös televisio-ohjelmissa, joihin on myös sisällytetty neuvoja ja ohjeita ongelmien ehkäisyyn sekä hoitoon.

Tekemääni potilasoppaaseen minun tuli terveyden edistämisen lisäksi huomioida Ogelin imago sekä hammaslääkäriaseman palvelujen selkeä esittely. Oppaan sisällön muovaamisessa korostuivat myös kohdeyleisön tarpeet. Näiden eri aspektien yhteen sitominen oli mielestäni helppoa, sillä ne kaikki tukevat toisiaan. Suun terveyttä haittaavien tekijöiden minimointi jo etukäteen, antaa Ogelin asiakkaille parempia tuloksia hoidon yhteydessä. Asiakkaat saavat toivottuja tuloksia ja oppivat myös oman roolinsa merkityksen terveytensä hoitamisessa.

Suunnitellessani työtäni kysyin ensimmäiseksi itseltäni: ”Millainen on hyvä potilasopas?”. Ensimmäisinä adjektiiveina mieleeni nousi *luotettavuus* ja *ymmärrettävyys*. *Luotettavuudella* tarkoitan tiedon totuudenpohjaisuutta; esitetyn aineiston tulee pohjautua tutkittuun tietoon. *Ymmärrettävyys* on mielestäni kohdeyleisön huomioimista tekstiä rakennettaessa; vaikeasti tajuttava ammattitermistö muutetaan ymmärrettävään muotoon niin, että varsinainen sisältö ja tarkoitus eivät kärsi. Potilaalle on annettava, hänen niin halutessaan, selvitys hänen terveydentilastaan, hoidon merkityksestä, eri hoitovaihtoehdoista ja niiden vaikutuksista sekä muista hänen hoitoonsa liittyvistä seikoista. Selvitys on annettava siten, että potilas ymmärtää riittävästi sen sisällön. (Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785.)

2.1 Suun terveyden edistämisen lähtökohtia

Terveys on jokaisen henkilökohtainen asia. Yksilö voi valita oman tapansa elää ja päätökset omasta terveydenhoidostaan tekee jokainen meistä itse. Terveydenhuollon tehtävänä on tarjota tukea ja opastusta terveellisempään elämään. Vastuu tiedon ja tuen käyttämisestä jää kuitenkin ihmiselle itselleen. (Häggman-Laitila 1999: 13.) Terveyden edistämisen toiminta perustuu arvoihin, joita ovat ihmisarvon ja itsenäisyyden kunnioittaminen, tarvelähtöisyys, omavoimaistaminen, oikeudenmukaisuus, osallistaminen,

kulttuurisidonnaisuus ja kestävä kehitys (Savola — Koskinen-Ollonqvist 2005: 8). Terveyden edistäminen pyrkii luomaan ihmisille edellytyksiä hallita, ylläpitää sekä parantaa omaa terveyttään (Lehtonen 2004). Tiedonsaanti on helpottunut teknologian edistymisen myötä ja nykyään ihminen voi kyseenalaistaa entistä enemmän asiantuntijuuteen perustuvaa tietoa (Pietilä — Hakulinen — Hirvonen — Koponen — Salminen — Sirola 2002: 51). Tarvitaan siis vankalla pohjalla olevaa, tutkittua tietoa tukemaan suun terveyttä edistäviä neuvoja.

On tärkeää muistaa, että terveyttä edistävän tiedon sisällön ja erilaisten työtapojen tulee sopia aikaamme sekä ihmisten yksilöllisiin elämäntapoihin (Pietilä ym. 2002: 36). Työtapojen nykyaikaistaminen vaatii teknologiaan paneutumista ja sen hyödyntämistä.

2.2 Yrityksen etujen lähtökohtia

Tuotokseni tehtävänä on palvella sen tilaajien haluamia tarkoituksia. Opas pyrkii täydentämään Ogelin asiakkaiden palvelukokemusta, tarjoamalla esittelyn palveluista jo odotushuoneessa. Potilasopas voi herättää lisää kysymyksiä, joihin Ogelin henkilöstö voi antaa lisää informaatiota itse hoitotilanteessa.

Tiedon saaminen auttaa asiakkaita ennakoimaan tulevia tilanteita ja orientoitumaan niihin (Torkkola — Heikkinen — Tiainen 2002: 25). Kokonaisvaltaisempi palvelukokemus toimii hyvänä mainoksena Ogelille. Asiakkaat muodostavat käsityksensä hoidon laadusta omien kokemustensa perusteella (Outinen — Holma — Lempinen 1994: 45). Lähiympäristön mielipiteet ja muiden asiakkaiden kertomukset kokemuksistaan vaikuttavat voimakkaasti mielikuviin yrityksestä ja tätä kautta hammaslääkäriaseman valintaan (Outinen ym. 1994: 46). Hyvä mielikuva toimii siis kilpailuetuna yritykselle (Karvonen 1999: 20).

2.3 Asiakkaiden etujen lähtökohtia

Potilasopas antaa asiakkaille etukäteen tietoa, joka auttaa heitä suhtautumaan paremmin tuleviin hoitotapahtumiin. Ihmisillä on tarve tietää etukäteen, valmistautua tilanteisiin ja välttää yllätyksiä (Outinen ym. 1994: 49). Ennustettavuus ja levollisuus merkitsevät samaa kuin luotettavuus. Luotettavuus lisää asiakkaan turvallisuuden tunnetta, joka on keskeinen inhimillinen ja sosiaalinen arvo. (Niemelä — Lahikainen 2000: 22.)

Asiakkaalla on tarve tulla huomioiduksi ja hoidetuksi omista lähtökohdistaan sekä tilanteestaan käsin (Torkkola 2002: 13). Tuomalla esiin ymmärryksen jokaisen asiakkaan erilaisuuden, luodaan jo alustavasti positiivinen ja avoin hoitokokemus, jossa asiakaskin tuntee olevansa huomioitu.

3 POTILASOPPAAN SISÄLTÖ

Käyn tässä kappaleessa läpi tuotokseni sisällön ja lopputulokseen ohjanneet ratkaisut. Liitän mukaan diojen tekstisisällön, jotta pystyn käymään läpi helposti niiden käyttöön liittyvät perustelut ja lähteet. Potilasopas sisältää 24, Microsoft PowerPoint 2007-ohjelmalla tehtyä diaa, joista viimeinen sisältää oppaan lähteet (liite 1).

Diaesityksen kuvituksen olen tehnyt itse puuväreillä piirtämällä. Tein kuvituksen pohjautuen omien hampaitteni kipsimalleihin ja tarkastin piirrosten anatomiset oikeellisuudet Therapia Odontologica kuvituksista (Terveysportti 2009: Therapia Odontologica). Diojen taustalla kulkevan vihreän nauhan tarkoituksena on sitoa esitys yhteen. Alkuperäisenä tarkoituksena oli sisällyttää esitykseen niin sanottu ”punainen lanka”, joka olisi symbolisoinut Ogelin pyrkimystä ennaltaehkäistä suun sairauksia. Alustavassa palaverissa 24.4.2009 sovimme kuitenkin, että värin tulisi olla vihreä, jotta se sopisi Ogelin logon väriin ja loisi positiivisemmän mielikuvan. Toimeksiantajien mielestä punainen väri yhdistetään useimmiten vaaraan ja tästä olin itekin samaa mieltä.

3.1 Tervetuloa Ogeliin!

”TERVETULOA OGELIIN!

Suun terveyden puolesta! Tarjoamme asiakkaillemme laadukasta hammashoitoa sekä tukea itsehoitoon.” (Dia 1.)

AloitUSDian tehtävänä on toivottaa asiakkaat tervetulleiksi Ogelin hammaslääkäriasemalle. Diassa on Ogelin hammaslääkärien sekä Metropolian logo. Tavoitteenani oli saada aikaan positiivinen aloitusdia, joka antaa esitykselle miellyttävän ensivaikutelman. Lyhyt ja napakka tekstiosuus viittaa laadukkaaseen palveluun sekä terveyden edistämiseen. Hoitoon hakeutunut asiakas nähdään siis aktiivisena, terveytensä huomioon ottavana ja omaan tulevaisuuteensa vastuullisesti suhtautuvana henkilönä (Murtomaa 2004). Dian yleisilmeen tarkoituksena on herättää kohdeyleisössä luottamusta Ogelin toimintaan. Luottamus hoitohenkilökuntaan voi lisätä potilastyytyväisyyttä, sitoutumista hoitotoimenpiteisiin sekä hoidon jatkuvuutta (McKinstry — Ashcroft — Car — Freeman — Sheikh 2008).

Tein dian kuvitukseksi kättelytilanteen, koska koin sen lämpimäksi ja humaniksi. Lisäksi pyrin saamaan aikaan vaikutelman, jossa terveydenhuollon ammattilainen huomioi asiakkaan toiveet ja tarpeet.

3.2 Ogelin hammaslääkärit

”Ogelin hammaslääkärit

Ogelissa hoidetaan suun terveyttä kokonaisvaltaisesti ja yksilöllisesti. Tuemme itsehoitoa, ennaltaehkäisemme suun terveysongelmien syntyä sekä tarjoamme ajanmukaista korjaavaa hoitoa.

Hammaslääkäripalveluiden lisäksi Ogelistä saa myös erikoishammaslääkäreiden sekä suuhygienistin palveluja.

Arvioimme hoidon tarpeen suun terveyden edistämisen näkökulmasta. On tärkeää ennaltaehkäistä ongelmien syntyä, eikä vain pelkästään korjata pitkälle edenneitä vaurioita.” (Dia 2.)

Dian sisältö kertoo syventävämmiin Ogelin hammaslääkäreiden toiminnasta. Se esittelee lyhyesti toiminnan pääperiaatteet sekä mainitsee mahdollisuudesta saada myös erikoishammaslääkäreiden sekä suuhygienistin palveluja. Diassa ei ole kuvitusta, sillä mielestäni sen funktiona on vain selvittää toiminnan sisältö.

Sisältö on koostettu yhteistyökumppaneiden toiveiden mukaisesti. 24.4.2009 pidetyssä palaverissa kävimme läpi toiminnan esittelyn sisällön. Toiveena oli saada toiminnan ja palveluiden yleiskatsaus, eikä esitellä erityisen tarkasti Ogelin henkilökunnan jäseniä.

3.3 Ainutlaatuinen suu

”Ainutlaatuinen suu

Meillä jokaisella on erilainen hymy. Hampaiden ulkonäkö, väri, lukumäärä sekä puhkeamisen ajankohdat vaihtelevat. Esimerkiksi viisaudenhampaiden puhkeaminen voi viivästyä tai ne voivat jäädä kokonaan puhkeamatta.” (Dia 3.)

Aloituslause tiivistää dian sisällön tarkoituksen, joka on ottaa huomioon jokaisen asiakkaan hoidon tarpeet. Nykyään ihmiset ovat hammaslääketieteestä valistuneempia ja odottavat tulevansa hoidon aikana yksilöllisesti huomioiduiksi. Teksti osoittaa myös hammaslääkäriaseman henkilökunnan ymmärtävän erilaisia sairastamis- ja reaktiotapoja, sillä ei ole olemassa oikeaa tai väärää tapaa sairastaa. (Le Bell — Autti — Meurman — Murtomaa 2006). Viisaudenhampaat on otettu esimerkiksi, koska niissä esiintyy yleisimmin puhkeamishäiriöitä (Suuronen — Lindqvist — Kontio — Autti — Rihtniemi 2008; Mettes — Nienhuijs — van der Sanden — Verdonschot — Plasschaert 2008: 2).

Kuvituksena on hymyilevä suu, joka ei kuitenkaan edusta aivan täydellistä hampaistoa. Hampaat eivät kuvassa ole täysin suorassa, eikä niiden väritytkään ole aivan valkoinen. Halusin saada aikaan mielikuvan persoonallisuudesta sekä eri tekijöiden, kuten esimerkiksi perimän, elinympäristön ja elintapojen vaikutuksesta suun ulkonäköön.

3.4 Kaksi hampaistoa

”Kaksi hampaistoa

Ihmisillä on elinaikanaan kaksi hampaistoa: maitohampaat ja pysyvät hampaat. Maitohampaista on 20 kappaletta ja ne vaihtuvat pysyviin hampaisiin 6-13 ikävuoden välissä. Viimeisinä puhkeavat viisaudenhampaat, noin 17–21 vuotiaana. Pysyviä hampaista on 32 kappaletta, viisaudenhampaat mukaan luettuina.” (Dia 4.)

Tämä dia toimii informatiivisena koosteena hampaiston vaihtumisesta ja hampaiden lukumäärästä (Therapia Odontologica 2007: Hampaiston rakenne ja hampaiden nimeäminen). Kuvitusta ei ole, sillä teksti toimii jatkona edelliselle dialle.

Mainitsemalla hampaiston vaihtumisen, saadaan esitykseen mukaan myös hampaiden historia. Asiakaskuntaan kuuluvat pienten lasten vanhemmat tai omaiset voivat sisäistää potilasoppaan viestin myös lasten näkökulmasta. Terveys on perusarvo, jonka vanhemmat haluavat varmasti lapsilleen siirtää (Koskenvuo 2003: 16). Huomioitava seikka on myös se, että vanhemmat, jotka eivät itse ole hoitomyönteisiä, voivat siirtää omat ahdistuksensa lapsilleen. Hammaslääkärillä käynnit voivat siis jäädä väliin ja tämä lisää esimerkiksi kariksen riskiä lapsilla. (Wigen — Skaret — Wang 2009.)

3.5 Hampaan rakenne

”Hampaan rakenne

Hampaan rakenteeseen kuuluvat näkyvä osa eli kruunu sekä leukaluun sisällä oleva juuri. Kruunun pintaa nimitetään kiilteeksi, joka on elimistön kovinta ainesta. Kiilteen alla on hammasluu eli dentiini sekä hampaan ydin eli pulpa. Hammas pysyy paikoillaan kiinnityskudosten ansiosta.” (Dia 5.)

Dian sisältö kertoo yksittäisen hampaan rakenteesta tiivistetysti (Terveysportti 2009: Terapia Odontologica: Hampaat). Tekstin lisäksi diassa on piirros hampaan poikkeileikkauksesta. Piirros havainnollistaa hyvin tekstin sisällön ja viestiä tehostaakseni vaihdoin sanojen *kiilteeksi*, *hammasluu*, *dentiini* ja *pulpa* värityksen vastaamaan piirroksessa esiintyviä värejä. Näin hampaan rakenteeseen kuuluvien osien hahmottaminen helpottuu.

3.6 Omahoito kunniaan!

”Omahoito kunniaan!

Ensisijaisen tärkeää suun ja hampaiden terveyden huolenpidossa on hyvä omahoito. Ratkaisevasti vaikuttavat myös monipuolinen ravinto sekä makean käytön tiheys. Hampaiden huolellinen harjaus fluoritahnalla kahdesti päivässä sekä hammasvälien puhdistus kuuluvat jokaisen perushammashoitoon. Jos suussa on proteettisia ratkaisuja, tulee myös niiden puhtaudesta huolehtia päivittäin. On hyvin tärkeää tarkistuttaa suun

ja hampaiden kunto säännöllisesti. Näin ongelmat pystytään löytämään ja hoitamaan mahdollisimman ajoissa.” (Dia 6.)

Tämä dia sisältää suun terveyttä edistävät toiminnot tiivistetysti (Käypä hoito 2009). Tarkoituksena on saada asiakkaat huomioimaan omahoidon tärkeä rooli suun terveydessä. Suun yleisimmät sairaudet ovat käyttäytymissairauksia kuten parodontiitti ja karies. (Murtomaa 2004: Suuterveyden edistäminen, yleistä.) Tekstissä käsitellään suun omahoidon toimintoja: itsehoitoa, itse-ehkäisyä sekä ammattilaisten hoitoon haikautumista. (Keto — Murtomaa 2004: Suuhygieniä).

Kuvituksena on suunhoidon välineitä: hammasharja sekä -lanka. Kuva tuo siis esiin hampaiden harjauksen lisäksi, hammasvälien puhdistuksen.

3.7 Säännöllisillä tarkastuksilla pelko pois!

”Säännöllisillä tarkastuksilla hammasvaivat ja pelko pois!

On hyvä muistaa, että mitä säännöllisemmin käy tarkastuttamassa suun ja hampaiden terveyttä, sitä varmemmin välttää isot ongelmat ja kalliit hoidot. Huonot hoitokokemukset menneisyydestä voivat jäädä mieleen kummitelemaan ja siksi ajan varaaminen hammaslääkärille voi venähtää. Huomioimme potilaidemme mahdolliset pelot ja pyrimme luomaan miellyttävän hoitokokemuksen. Jos kokemus on puudutuksesta huolimatta liian epämiellyttävä, tarjoamme myös nukutushoitoa.” (Dia 7.)

Ogelin yhteyshenkilöt pyysivät minua huomioimaan potilasoppaassa myös hammashoitoa pelkäävät asiakkaat. Asiakkaat ymmärtävät yleensä paremmin suuriakin käytännön hankaluuksia jos he kokevat heidän tunteidensa tulleen huomioiduksi (Le Bell — Autti — Meurman — Murtomaa 2006: Potilas–hammaslääkärisuhde.). Dian tekstisisältö muistuttaa asiakkaita ongelmien varhaisen hoitamisen tärkeydestä. Tässä toistin taas yhteistyökumppaneideni toivomusta tuoda varhaishoidon edut selkeästi esiin.

Tekstisisältö ottaa huomioon aikaisemmat hoitokokemukset ja niistä mahdollisesti syntyneet pelot. Pelkääville asiakkaille kerrotaan myös hoidon kivuttomuudesta ja mahdollisuudesta hoitoon nukutuksessa.

3.8 Suuhygienisti tukee suun omahoidossa

”Suuhygienisti tukee suun omahoidossa

Suuhygienisti on itsenäisesti työskentelevä, terveyden edistämisen ammattilainen, jonka työn tavoitteena on tukea potilasta omahoidossa sekä ehkäistä suusairauksia. Suuhygienistin työtä on mm. henkilökohtainen terveysneuvonta ja suun infektiosairauksien, kariuksen ja ientulehdusten hallinta yhteistyössä potilaan kanssa. Lisäksi suuhygienisti hoitaa hampaiden kiinnityskudossairauksia (parodontiitti), poistaa hammaskiven sekä toteuttaa hampaiden valkaisuhoidot. Säännölliset käynnit suuhygienistin hoidossa vaikuttavat ratkaisevasti hyvään suun terveyteen. Näin vä-

henevät suun terveysongelmien syntymiset ja samalla myös hammaslääkärillä käynnit.” (Dia 8.)

Oman alani kannalta tämän dian sisältö on tärkeä. Se selventää suuhygienistin toimenkuvaa ja samalla myös esittelee Ogelin suuhygienistin palveluja. Teksti painottaa myös suuhygienistin palvelujen käyttämisestä seuraavia hyötyjä. (Roos 2004: Suuhygienisti suun terveydenhuollossa; Metropolia 2009.)

Kuvitukseksi tein yksinkertaisesti hammasharjan, sillä halusin korostaa suuhygienistin tekemää terveysneuvontaa, jossa omahoidolla on tärkeä rooli.

3.9 Terve vai tulehtunut ien?

”Terve vai tulehtunut ien?

Hammasta ympäröivät kudokset kiinnittävät hampaan paikoilleen. Niiden tehtäviin kuuluvat myös hampaan suojeleminen purentavoimilta sekä suun haitallisten mikrobien torjuntaan osallistuminen.

Terve ien on vaaleanpunainen ja se kiinnittyy tiiviisti hampaan ympärille. Huonosti puhdistettujen hampaiden ienrajaan kertyvä plakki aiheuttaa ientulehdusta. Silloin ikenet turpoavat, punoittavat ja vuotavat herkästi verta (esim. harjauksen ja lankauksen yhteydessä).

Ientulehduksen hoitoon tarvitaan tulehdusalueen perusteellinen ja säännöllinen puhdistus. Näin tulehdusta aiheuttavat bakteerit saadaan poistettua ja ien tervehtyy. Jos tulehdus puhdistamisesta huolimatta jatkuu, kannattaa varata aika suuhygienistille.” (Dia 9.)

Tekstiosuuden ja kuvituksen tehtävinä on tässä diassa kertoa gingiviitistä. Ientulehdus on yksi yleisimmistä ihmiskunnan sairauksista (Uitto 2008: Parodontaalisairauksien tausta ja diagnostiikka). Teksti selventää lyhyesti kiinnityskudosten tehtävät (Uitto 2008: Parodontiumin rakenne ja fysiologia), ientulehduksen pääasiallisen aiheuttajan sekä tulehduksen hoitamisen (Nieminen 2008).

Kuvituksessa on hampaan poikkileikkaus, jossa toisella puolella hammasta on terve ien ja toisella tulehtunut. Terveen ja sairaan ikenen vertailu antaa ientulehduksen ulkonäöstä paremman mielikuvan.

3.10 Ientulehdus voi kehittyä parodontiitiksi

”Ientulehdus voi kehittyä parodontiitiksi

Pitkälle edennyt, hoitamaton ientulehdus voi johtaa kiinnityskudossairauteen eli parodontiittiin. Silloin ikenen ja hampaan liitosalueella olevien bakteerien määrä on kasvanut yli tietyn kynnyksarvon ja bakteerit tunkeutuvat ikenen alle.

Ikenen alle edennyt tulehdus muodostaa hampaan ja ikenen väliin taskun. Tulehdus etenee ikenen alla ja syventää ientaskua sekä tuhoaa hammasluuta. Pitkälle edennyt, hoitamaton parodontiitti johtaa hampaan irtoamiseen.

Parodontiitin ehkäisy onnistuu hyvällä suuhygienialla ja erityisesti hammasvälien puhdistuksella. Hammaskiven eli kovettuneen plakin poistami-

nen on tärkeää parodontiitin hoidossa. Tämän vuoksi säännölliset hoidot hammaslääkärillä tai suuhygienistillä pysäyttävät kiinnityskudosvaurion etenemisen. Ammattilaiset antavat jokaiselle potilaalle henkilökohtaiset hoito-ohjeet.” (Dia 9.)

Parodontiittia käsittelevä osuus on loogisesti sijoitettu gingiviitistä kertovan dian jälkeen, sillä tautihan yleisimmin kehittyy hoitamattomasta ientulehduksesta. Tekstissä kerrotaan lyhyesti parodontiitin etenemisestä ja hoidosta. (Uitto 2008: Parodontaalisairauksien patogeneesi.) Pysin saamaan aikaan vaikutelman sairauden vakavuudesta, syyllistämättä mahdollisesti siitä kärsivää asiakasta.

Kuvituksen tehtävänä oli näyttää taudin eteneminen. Piirsin edeltävän dian kuvitusta vastaavan poikkileikkauksen hampaasta, jossa kuitenkin oli selvästi havaittavissa parodontiitin aiheuttama kiinnityskudostuho. Näin asiakas ymmärtää hoitamattoman gingiviitin johtavan parodontiittiin.

3.11 Kariesbakteeri käynnistää reikiintymisen

”Kariesbakteeri käynnistää reikiintymisen

Tartunta tapahtuu 1-3-vuotiaana. Mitä varhaisemmin ja mitä runsaampana tartunta tapahtuu, sitä hankalampi mikrobikasvusto lapsen suuhun syntyy.

Hammaskaries tarkoittaa hampaiden reikiintymistä. Karies kuuluu maailman yleisimpiin tauteihin.

Hampaiden reikiintyminen johtuu suussa olevista kariesbakteereista sekä niiden saamasta ravinnosta. Reikiintymistä aiheuttava bakteeri on lähes aina mutans-streptokokki. Tämä bakteeri tarttuu yleensä äidiltä lapselle syljen välityksellä, esimerkiksi syöttämisen yhteydessä, lusikan nuolemissen kautta.” (Dia 11.)

Parodontiitti-osion jälkeen on vuorossa karies. Osioon kuuluu selvitys kariesbakteerin tartunnasta. Kariesbakteereista ensisijaisimpana on mainittu mutans-streptokokki. (Tenovuo 2008.) Terveyden edistämisen näkökulmasta, teksti selventää asiakkaille kariesin alkuperää ja antaa heille mahdollisuuden kehittää terveyden lukutaitoaan. Kehittämisen tavoitteena on kriittisen tietoisuuden, arviointi- sekä ongelmanratkaisukykyjen kehittäminen terveyteen vaikuttavista tekijöistä. (Lehtonen 2004.)

Piirros kuvaa kariesin etenemistä kiilteessä ja hammasluussa. Karies on selkeästi tummempi alue, jonka asiakas havaitsee kuvituksesta helposti.

3.12 Happohyökkäys hallintaan

”Happohyökkäys hallintaan

Syödessämme myös bakteerit saavat ravintoa ja ne alkavat tuottaa happoa, joka syövyttävät hampaan pintaa. Tätä kutsutaankin happohyökkäykseksi.

Hampaat kestävät päivän aikana viisi tai kuusi happohyökkäystä. Syöminen jälkeen kuluu noin puoli tuntia ennen kuin happohyökkäys on ohi. Happohyökkäystä voi lyhentää käyttämällä ksylitolituotteita syöminen ja juomisen jälkeen.

Kun karies on kiilteessä, se voidaan vielä pysäyttää hyvällä kotihoidolla ja fluorilla. Hammasluuhun eli dentiiniin edennyttä karies joudutaan usein paikkaamaan.

Isompi karies on aina lähtöisin pienemmästä karieksesta.” (Dia 12.)

Dian tekstisisältö keskittyy selvittämään reikiintymisprosessia sekä sen ehkäisyä (Tenovu 2008). Teksti tuo asiakkaalle tietoa aiheesta sekä korostaa suun hoidon tärkeyttä kariksen ehkäisyssä ja hoidossa.

3.13 Miksi paikan viereen tulee uusi reikä?

”Miksi paikan viereen tulee uusi reikä?

Paikan saumoissa syntyvää kariesta nimitetään sekundaarikariekseksi. Jos hampaiden puhdistus on hoidettu huonosti ja paikan sauma ei ole tarpeeksi tiivis, kerääntyvät bakteerit näihin pieniin koloihin ja saattavat aiheuttaa reikiintymistä.

Noin puolet uusista kariestapauksista on sekundaarikariesta.” (Dia 13.)

Karies-osuus saa jatkoa sekundaarikarieksen määrittelyllä (Tammisalo — Peltola — Kivisaari 2007). Sisältö vastaa lyhyesti otsikon kysymykseen sekä kertoo lyhyesti yleisimmän esiintymisalueen sekundaarikariekselle.

3.14 Diagnodent Pen löytää kariksen

”Diagnodent Pen löytää kariksen

Diagnodent Pen on laite, jonka avulla karies löydetään jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Laite myös löytää piilokarieksen helposti ja auttaa näin estämään suuremmat hammaskudosten tuhoutumiset.

Numeerinen arvo sekä äänimerkki ilmaisevat, miten laajasta kariesalueesta on kyse. Laite löytää kariksen tehokkaammin kuin klassiset menetelmät.

Käytämme Ogelissa Diagnodent Pen:ä tavallisten menetelmien lisäksi. Näin pyrimme löytämään ja hoitamaan kariksen aiheuttamat ongelmat mahdollisimman ajoissa.” (Dia 14.)

Yksi yhteistyöhenkilöiden esiin nostama aihe oli Diagnodent Pen (Heinonen 2007: 30). Ogelin hammaslääkäreillä ja suuhygienistillä on kyseinen laite käytössään. Yhteistyökumppaneiden toiveiden mukaisesti, kerroin laitteen positiivisista puolista. Löysin myös artikkelin tiivistelmän, jossa on ilmaistu epävarmuutta Diagnodent Pen-laitteen antamien arvojen luotettavuudessa. Artikkelissa esitelty tutkimus kuitenkin toteaa, että laitetta voi hyvin käyttää apuvälineenä vastaanotoilla. (Kühnisch – Bücher – Henschel – Hickel 2007.)

3.15 Korjaava karieshoito

”Korjaava karieshoito

Kiilteessä ja hammasluussa ei ole verenkiertoa eikä imusuonitusta. Tästä johtuen hammasluuhun edenneitä kariesbakteereja ja tuhoutunutta hammaskudosta ei voida poistaa lääkkeiden avulla, vaan se tehdään mekaanisesti eli poraamalla.

Poistettu hammaskudos korvataan paikka-aineella, kuten esimerkiksi muovilla tai keraamisilla täytteillä.” (Dia 15.)

Tämän dian tekstiosuuden tehtävänä on selvittää asiakkaalle, miksi korjaavaa karieshoitoa pitää tehdä (Tenovuo 2008: Kariuksen etiologia; Kerosuo 2008: Onko karies aina poistettava?). Dia toimii johdantona seuraaville täyteaineista kertoville dioille.

Kuvituksessa on alaleuan taka-alueen hampaita, joissa keskimmaisessä erottuu täyte. Piirros pyrkii visualisoimaan mahdollisimman yksinkertaisesti paikan ulkonäön sekä korostamaan sen huomaamattomuutta ja hampaan ulkonäköön sulautumista.

3.16 Muovipaikka

”Muovipaikka

Muovitäytteen sävy pyrkii vastaamaan mahdollisimman hyvin hampaan omaa sävyä.

Muovitäyte on edullisin vaihtoehto paikkaushoidossa, mutta se ei ole niin pitkäikäinen kuin esimerkiksi keraaminen täyte.

Ogelissa muovipaikkojen takuu-aika on yhden vuoden, johtuen muovin pehmeydestä. Isoihin paikkoihin muovi ei ole paras materiaali kestävyys-takia.” (Dia 16.)

Dia esittelee muovitäytteen hampaiden paikkausmateriaalivaihtoehtona (Kerosuo 2008: Korjaavan karieshoidon täytemateriaalien valinta). Tekstisisältö on tehty mukaillen Ogelin odotushuoneessa aiemmin ollutta palveluesitettä (liite 2). Sisältö noudattaa siis jälleen yhteistyökumppaneiden toiveita.

3.17 Keraaminen paikka CEREC-laitteella

”Keraaminen paikka CEREC -laitteella

Keraaminen täyte on muoviin verrattuna hintavampi paikkausmateriaali. Se kuitenkin on kestävämpi vaihtoehto ja ominaisuuksiltaan lähimpänä luonnollista hammaskudosta.

Ogelissa on käytössä oma CEREC-laite, jolla valmistetaan tietokoneohjautusti keraamisia paikkoja, jotka ovat esteettisiä ja kestäviä.

Laitteen ansiosta pystymme valmistamaan ja kiinnittämään täytteen yhden käyntikerran aikana. Näille keraamisille paikoille myönnämme viiden vuoden takuun, mutta ne voivat helposti kestää 20 vuotta.” (Dia 17.)

Keraamisista täytteistä kertova dia sisältää kuvauksen täytteiden eduista sekä Ogelin omista valmiuksista, tehdä asiakkaille paikkaushoito keraamisilla täytteillä (Porko — Sipilä — Raustia 2007).

Tekstissä on myös maininta CEREC 3D-laitteesta, jolla täytteet Ogelissa valmistetaan. Laite on Yhdysvaltalaisen yhtiön, Sironan, tuote ja sillä voidaan valmistaa täytteitä, kruunuja sekä laminaatteja (Cerec online 2009). Laitteella valmistettujen täytteiden takuu-aika on Ogelin itse lupaama (liite 2).

3.18 Vaurioitunut hampaan ydin johtaa juurihoitoon

”Vaurioitunut hampaan ydin johtaa juurihoitoon

Jos hampaan ydin eli pulpa on vaurioitunut parantumattomasti, tarvitaan juurihoitoa. Pulpan vaurioitumisen voivat aiheuttaa mm. pitkälle edennyt karies ja lohkeamat. Juurihoito vaatii useamman käyntikerran hammaslääkäriissä.

Hoidettava hammas puudutetaan, juurien kanavatila puhdistetaan, desinfioidaan ja eristetään juuritäytteellä.” (Dia 18.)

Tämän dian tehtävänä on kertoa miksi ja miten juurihoitoja tehdään. Kuvaus on lyhyt, eikä sisällä kaikkia mahdollisia työvaiheita, kuten juurihoidon yhteydessä otettavat röntgenkuvat tai juurikanavien preparointi. (Haapasalo — Siren 2004: Juurihoidon indikaatiot; Juurihoidon suoritus.) Pyrkimyksenäni oli tiivistäen esitellä tähän hoitoon kuuluvat osatekijät ja kuitenkin muistuttaa asiakkaita siitä, että hoitoon kuuluu useampia käyntikertoja. Tekstisisältö ei erittele käyntikertojen määriä tai kivuttomuuteen liittyviä seikkoja, sillä ne vaihtelevat aina tapauskohtaisesti, eikä potilaille näin ollen voida luvata mitään etukäteen (Figini — Lod — Gorni — Gagliani 2008). Kuvituksessa nähdään pitkälle edennyt karies, joka joudutaan juurihoitamaan.

3.19 Hampaan poisto kivuttomasti

”Hampaan poisto kivuttomasti

Joskus hoidossa päädytään hampaan poistoon. Näitä tilanteita voivat olla mm. viisaudenhampaan tai pahoin vaurioituneen hampaan poisto. Puudutusaineen käyttäminen varmistaa mahdollisimman kivuttoman hoitotilanteen.

Puuttuvan hampaan korvaamisvaihtoehdoista voit neuvotella hammaslääkärisi kanssa.” (Dia 19.)

Opas sisältää myös dian hampaan poistosta. Itse operaatiosta en ole maininnut muuta kuin puudutusaineen käytön, jotta kyseiseen hoitoon hakeutuvat asiakkaat eivät tuntisi oloaan epä mukavaksi tai pelokkaaksi (Suuronen — Autti — Randell 2008). Tekstiosuuden viimeinen lause toimii alustavana tietona seuraaville dioille.

3.20 Kruunu korvaa hampaan näkyvän osan

”Kruunu korvaa hampaan näkyvän osan

Hampaan näkyvän osan eli kruunun voi korvata keraamisesti valmistetulla kruunulla. Tähän vaihtoehtoon päädytään jos hampaaseen ei enää saada paikkaushoidolla kestäväää ratkaisua aikaiseksi.

Hammas hiotaan pilariksi, josta otetaan jäljennös hammasteknikolle, kruunun tekemistä varten. Valmis kruunu kiinnitetään pilariin hammassementillä.

Keraamisesti valmistettu kruunu vastaa muodoiltaan ja väreiltään korvattavaa hammasta sekä sitä ympäröiviä hampaita. Näin pyritään säilyttämään hampaiston ulkonäkö luonnollisena.” (Dia 20.)

Tekstisisällön tehtävänä on kertoa kruunuprotetiikasta. Diassa selvitetään lyhyesti kruunuprotetiikan käyttöön johtava syy, valmistusprosessi ja keraamisen kruunun ominaisuudet. (Mähönen — Könönen 2004.) Kuvituksessa on selvitetty kruunun rakenne poikkileikkauksen avulla.

3.21 Silta korvaa useita puuttuvia hampaita

”Silta korvaa useita puuttuvia hampaita

Puuttuvia hampaita voidaan korvata sillalla. Se on myös hammasteknikon valmistama keraaminen ratkaisu, jonka avulla hampaiston ulkoasu pysyy luonnollisena.

Silta muodostaa useamman hampaan kiinteän kokonaisuuden ja se liitetään pysyvästi tukihampaisiin eli hampaatonta aluetta reunustaviin, omiin hampaisiin.

Sillan rakenteisiin kuuluvat välihampaat ja ankkurikruunut. Välihampaat korvaavat puuttuvat hampaat ja ankkurikruunut kiinnittävät sillan paikoilleen.” (Dia 21.)

Dian teksti kertoo lyhyesti siltaprotetiikasta (Mähönen — Könönen 2004). Tekstissä käy ilmi sillan tehtävät ja ominaisuudet. Kuvitus kertoo sillan sijoittumisesta hampaistoon ja siksi se tukee tekstin sisältöä.

3.22 Osa- ja kokoproteesit

”Osa- ja kokoproteesit

Hammasproteesit voivat korvata osan hampaista tai koko hampaiston. Ne valmistetaan akryylista ja tarvittaessa niihin käytetään metallia mahdollisimman tukevan rakenteen ja kiinnityksen varmistamiseksi.

Hampaita ympäröi alveoliluu. Ajan myötä hampaattoman alueen alveoliluu madaltuu ja proteesien istuvuus voi huonontua.

Proteesit voidaan silloin pohjata, jolloin hammaslääkäri määrittää niille paremman istuvuuden ja ottaa jäljennöksen suusta. Hammasteknikko korjaa jäljennöksen avulla proteesit sopivammiksi.”

Diaesityksen sisältöön kuuluu myös osio irtoproteetikasta (Närhi — Ainamo 2007; Hujanen 2007: Kokoproteesihoidon suunnittelu ja preproteettiset hoitotoimenpiteet). Sisällyttiin tekstiin myös tietoa pohjauksesta, sillä se kuuluu oleellisena osana irtoproteesien huoltoon (Hujanen 2007: Kokoproteesien korjaukset). Dian kuvituksena ovat yläleuan kokoproteesit.

3.23 Implantti eli keinojuuri

”Implantti eli keinojuuri

Hammasimplantti on metallista (yleensä titaanista) valmistettu keinojuuri, jolla voidaan korvata puuttuva hammas. Implanttien varaan voidaan myös valmistaa siltoja tai hammasproteeseja.

Implantti asennetaan kirurgisesti ja se vaatii usean kuukauden parantumisaajan (noin 3-8 kuukautta), ennen kuin varsinainen proteettinen osa (kruunu/silta/peittoproteesi) voidaan liittää implanttiin.

Hammaslääkäri arvioi potilaan sopivuuden implanttihoidolle. Implanttien asentamisen jälkeen on erittäin tärkeää myös huolehtia suun omahoidosta. Hammaslääkäri tai suuhygienisti opastaa potilaalle suun ja hampaiden huolellisen puhdistamisen.” (Dia 23.)

Tärkeänä osana potilasopasta on implanttahoito. Lyhyen hoidonkuvauksen lisäksi, tekstissä mainitaan myös tärkeä omahoidon osuus. (Salonen-Kemppi 2007; Laine — Pihakari 2004: Yleiset edellytykset implanttihoidolle; Laine — Pihakari 2004: Paranemisvaihe ja kirurginen seuranta.) Tekstiä tukee yksittäisen implantin poikkileikkauskuva, johon on myös kiinnitetty kruunu, jotta asiakkaille muodostuisi parempi mielikuva implantin toiminnasta.

4 POHDINTA

Palatessani taaksepäin katsomaan itselleni antamiani tavoitteita, huomasin suunnitelmissa tapahtuneen monia muutoksia. On luonnollista, että työskentelyn edetessä myös suunnitelmat muuttuvat. Tärkeää on muistaa kuitenkin pitää perustasolla annetut lupaukset työn sisällöstä (Vilkka – Airaksinen 2003). Uskon, että sain pidettyä itselleni asettamani päälinjaukset hyvin hallussa. 24.4.2009 pidetyssä palaverissa päätimme toimitasuunnitelmani ja Ogelin yhteistyöhenkilöiden toiveiden mukaisesti, potilasoppaan päälinjaukset.

Olin 24.4.2009 palaverissa luvannut tehdä potilasoppaan valmiiksi viimeistään syyskuun loppuun mennessä. Palautin potilasoppaan kuitenkin vasta 15.10.2009 ja aivan lopullisen version postitin vasta 10.11.2009. Lisäsin 10.11. potilasoppaaseen puuttuvat lähteet ja korjasin muutaman virheen. Ehdin tämän tehdä, sillä potilasopasta ei ollut vielä otettu käyttöön Ogelissa. Olin saanut potilasoppaan ensimmäisen version jo valmiiksi syyskuun puolessa välissä, mutta en ollut vielä tuohon mennessä saanut ollenkaan palautetta oppaan teksteihin, joita olin sähköpostilla Ogeliin lähettänyt. Olisin halunnut tehdä korjaukset ja parantelut oppaaseen itse ja palautteen kautta oppia työelämän asettamia vaatimuksia tällaisille projekteille. Koska prosessi viivästyi ja potilasopasta ei ole vielä otettu Ogelissa käyttöön, en sisällyttänyt asiakkailta mielipiteitä opinnäytetyöni raporttiin. Tämä olisi ollut hyvä osio, josta olisi saanut tietoa oppaan toimivuudesta. Asiakkaiden antaman palautteen perusteella olisi opasta voinut muokata vielä toimivammaksi.

Lupasin Ogelille tuottaa potilasoppaaseen tekstin ja kuvat. Alun perin meillä oli puhe piirroksista ja valokuvista. Huomasin opasta tehdessäni, että valokuvien toteuttaminen olisi ollut liian aikaa vievä prosessi. Minun olisi pitänyt olla jatkuvasti valmiudessa läheteä Oulunkylään kuvaamaan Ogelin asiakkaita. Hankalaksi tämän olisi tehnyt se, että Ogelissa on normaalit työajat ja itse olin kesätöissä, minkä vuoksi en olisi päässyt paikalle. Lisäksi kuvien käyttö olisi vaatinut asiakkaiden suostumuksen ja varmuuden siitä, että kuvatut kohteet ovat esteettisiä eli niissä ei näkyisi, esimerkiksi verta tai tikkejä. Tästä syystä päädyin toteuttamaan pelkästään piirrokset, jotka siirsin skannerilla tietokoneelle ja käsittelin PhotoShop CS4 -ohjelmalla hieman siistimmiksi.

Olen itse kuvitukseen tyytyväinen. Sain tehtyä hammas- ja suuaiheista piirroksista selkeitä ja realistisia, mutta kuitenkin hyvin pehmeitä ja miellyttäviä katsella. Kuvien realismin varmistin katsomalla anatomisen oikeaoppisuuden Therapia Odontologica (Terveysportti 2009: Therapia Odontologica). Koska kuvat olivat minun tekemiäni ja mallihampaina toimivat omien hampaideni kipsimallit, ei minun myöskään tarvinnut huolehtia kuvien käyttöoikeuksista. Pystyin myös luottamaan omaan ammattitaitooni kuvien toteutuksessa; olen aiemmin opiskellut kaksi vuotta hammastekniikkaa sekä vuoden tuotemuotoilua, johon kuuluivat vahvasti taideaineet. Tietenkin kuvien oikeellisuudelle tuli loppuvaiheessa varmistus myös työn tarkastajalta, hammaslääkäri Juha Lindgreniltä.

Potilasoppaan tekstiosuuksien työstäminen oli verrattain helppoa, sillä olenhan koulutukseni aikana tehnyt useita suun terveydenhoitoon liittyviä esitelmiä ja kirjoituksia. Olen koulutukseni myötä oppinut tieteellisen tiedon tiivistämistä ja yhdistämistä. Teoreettista tietoperustaa kerätessäni pyrin lähestymään aihetta moniulotteisesti, mutta johdonmukaisesti. Potilasoppaan sisältö käsittelee useita suun terveyden ja korjaavan hoidon osa-alueita, mutta se on loogisesti etenevä.

Oppaan työstämisessä esiin tuli entistä vahvemmin lähdekritiikin merkitys. Eniten käyttämäni tiedon lähde oppaan työstämisessä oli, jo useaan otteeseen mainittu, Therapia Odontologica (Terveysportti 2009). Koska olen tutustunut tähän teokseen useita kertoja koulutukseni aikana, pystyin valmiiksi luottamaan sen sisällön laajuuteen ja todenmukaisuuteen. Teos on toiminut useiden tenttien lukumateriaalina ja esitelmien lähteenä. Käyttäessäni kyseistä teosta sain myös varmuuden yhdenmukaisesta tekstistä, jonka sisältö on alan ammattilaisten keskuudessa yleisesti hyväksyttyä sekä useilla tutkimuksilla varmistettua. Käytin potilasoppaassa tiedonlähteenä myös teosta Kariuksen hallinta (Heinonen 2007). Teoksen kirjoittaja Timo Heinonen toimii Metropolian suun terveydenhuollon koulutusohjelmassa hammaslääkäriopettajana. Käytin oppaassa myös internetistä löytyvää Käypä hoito -suositusta kariuksen hoitoon. Käypä hoito -toimitus laatii näyttöön perustuvia kansallisia hoitosuosituksia terveydenhuollon päätöksenteon tueksi ja potilaan parhaaksi. Se on Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin yksikkö. (Käypä hoito 2009.)

Tarkastellessani tuotostani olen erityisen tyytyväinen terveyden edistämisen isoon rooliin. Sen myötä sain tuotua oppaaseen opiskelemani alan näkökulmaa, sillä suuhygienistillä on tulevaisuudessa tulla valmiudet terveyden edistämiseen, hammas- ja suusairauksien ehkäisyyn ja varhaishoitoon. Potilasoppaassa käsitellään useassa diassa suun omahoitoa ja varhaishoidon tärkeyttä.

Opas onnistui yhdistämään terveyden edistämisen ja yrityksen edut. Se, että oppaan toimintaympäristö on Ogelin odotushuone, antaa työhön markkinoinnin kannalta paljon vapautta. Jos asiakas jo istuu odotushuoneessa katsomassa potilasopasta, hän on jo todennäköisesti valinnut käyttävänsä yrityksen palveluja. Tämän vuoksi oppaaseen ei tarvinnut sisällyttää vahvasti markkinoivaa tekstiä, vaan sen funktiona on lähinnä täydentää hoitoympäristöä ja luoda asiakkaalle kokonaisvaltainen palvelukokemus sekä kertoa hoitovaihtoehdoista ilman pitkiä myyntipuheita. Toki työssä on mainintoja yrityksen omista valmiuksista, kuten CEREC-laite ja Diagnodent Pen, mutta niiden osuus on hyvin pieni.

Työn tilaajilta saamastani palautteesta käy ilmi tyytyväisyys potilasoppaaseen. Yrityksen toinen omistaja, Andreas Siponen, lähetti minulle sähköpostia, jossa hän kertoi olevansa tyytyväinen oppaan ulkoasuun. Piirrookset olivat hänestä erinomaisia ja havainnollistivat asiaa hyvin. Hän kirjoitti työn olevan, mitä he halusivatkin sen olevan ja uskovansa sen toimivuuteen myös käytännössä.

Tehdessäni opinnäytetyötäni opin yhdistämään erilaisia vaatimuksia ja tekemään tuotoksen, joka palvelee useampia näkökulmia. Terveyden edistäminen, asiakkaat ja yrityksen edut saivat kaikki tarvitsemansa tilan oppaassa. Tällä hetkellä koen oppineeni prosessista paljon ja sain myös paljon eväitä tuleviin kirjallisiin prosesseihini.

LÄHTEET

- Cerec online 2009. Sirona. Verkkodokumentti. <<http://www.cereconline.com/cerec/>>. Luettu 19.7.2009.
- Figini, Lara — Lod, Giovanni — Gorni, Fabio — Gagliani, Massimo 2008: Single versus multiple visits for endodontic treatment of permanent teeth. The Cochrane Collaboration. JohnWiley & Sons, Ltd. Verkkodokumentti. <http://www.mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD005296/pdf_fs.html>. Luettu 2.4.2010. 9.
- Haapasalo, Markus — Siren, Eva 2004: Juurihoidon perusteet. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 20.10.2004. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.7.2009.
- Haapasalo, Markus — Siren, Eva 2004: Juurihoidon suoritus. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 20.10.2004. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.7.2009.
- Hampaiston rakenne ja hampaiden numerointi. 2007. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 14.9.2007. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 15.6.2009.
- Heinonen, Timo 2007: Kariuksen Hallinta. Helsinki: Idies ky.
- Hujanen, Erkki 2007: Kokoproteesien korjaukset. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 3.5.2007. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 22.7.2009.
- Hujanen, Erkki 2007: Kokoproteesihoidon suunnittelu ja preproteettiset hoitotoimenpiteet. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 6.3.2007. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 22.7.2009.
- Häggman-Laitila, Arja 1999: Terveys ja omatoiminen terveydenhoito. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Karvonen, Erkki 1999: Elämää mielikuvayhteiskunnassa: Imago ja maine menestystekijöinä myöhäismodernissa maailmassa. Tampere: Gaudeamus.
- Kerosuo, Eero 2008: Korjaavan karieshoidon täytemateriaalien valinta. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 16.5.2008. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.7.2009.
- Kerosuo, Eero 2008: Onko karies aina poistettava?. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 16.5.2008. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.7.2009.
- Keto, Anu — Murtooma, Heikki 2004: Suuhygieniä. Therapia Odontologica. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.4.2009.

- Kirjallisen työn ohjeet. 2008. Metropolia Ammattikorkeakoulu. Verkkodokumentti. Päivitetty 3.9.2008.
<<https://tuubi.metropolia.fi/MetropoliaPortlets/downloadFile.action?file=100501479&association=DocumentFolder%2097583473>>. Luettu 8.4.2009.
- Kühnisch, Jan — Bücher, Katharina — Henschel, Volkmar — Hickel, Reinhard 2007: Reproducibility of *DIAGNOdent* 2095 and *DIAGNOdent Pen* measurements: results from an in vitro study on occlusal sites. PubMed. National Center for Biotechnology Information. U.S. National Library of Medicine. Verkkodokumentti. Päivitetty 6/2007.
<<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17587296>>. Luettu 19.7.2009.
- Käypä hoito 2009: Kariuksen hallinta. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Verkkodokumentti. Päivitetty 19.4.2009.
<http://www.kaypahoito.fi/kotisivut/sivut.koti?p_sivusto=6&p_navi=1303&p_url=http://www.kaypahoito.fi/kh/kh_julkaisu.suosituksset>. Luettu 19.4.2009.
- Laine, Pekka — Pihakari, Antti 2004: Paranemismuutos ja kirurginen seuranta. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 23.7.2009.
- Laine, Pekka — Pihakari, Antti 2004: Yleiset edellytykset implanttihoidolle. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 23.7.2009.
- Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785. Eduskunnan päätöksen mukaisesti säädetty 17.8.1992.
- Le Bell, Yrsa — Autti, Heikki — Meurman, Jukka H. — Murtomaa, Heikki 2006: Potilas-hammaslääkärisuhde. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 15.11.2006.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 20.4.2009.
- Lehtonen, Erja 2004: Terveystieteen edistämisen ajatus. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.4.2009.
- McKinstry, Brian — Ashcroft, Richard — Car, Josip — Freeman, George K. — Sheikh, Aziz 2008: Interventions for improving patients' trust in doctors and groups of doctors. The Cochrane Collaboration. JohnWiley & Sons, Ltd. Verkkodokumentti.
<http://mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD004134/pdf_fs.html>. Luettu 26.3.2010.
- Mettes, Dirk — Nienhuijs, Marloes — van der Sanden, Wil — Verdonschot, Emiel H — Plasschaert, Alphons 2008: Interventions for treating asymptomatic impacted wisdom teeth in adolescents and adults. The Cochrane Collaboration. JohnWiley & Sons, Ltd. Verkkodokumentti.
<http://www.mrw.interscience.wiley.com/cochrane/clsysrev/articles/CD003879/pdf_fs.html>. Luettu 26.3.2010

- Murtomaa, Heikki 2004: Suu-terveyden edistäminen, yleistä. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.4.2009.
- Mähönen, Kalevi — Könönen, Mauno 2004: Kruunu- ja siltaproteettisen hoidon suunnittelu. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 22.7.2009.
- Niemelä, Pauli — Lahikainen, Anja Riitta 2000: Inhimillinen turvallisuus. Tampere: Vastapaino.
- Nieminen, Anja 2008: Krooninen plakkivälitteinen gingiviitti (K05.10) ja sen hoito. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 2.1.2008. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 15.6.2009.
- Närhi, Timo — Ainamo, Anja 2007: Irrotettavat osaproteesit. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 3.5.2007. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 22.7.2009.
- Outinen, Maarit — Holma, Tupu — Lempinen, Kristiina 1994: Laatu ja asiakas. Juva: WSOY.
- Pietilä, Anna-Maija — Hakulinen, Tuovi — Hirvonen, Ella — Koponen, Päivikki — Salmi, Eeva-Maija — Sirola, Kirsi 2002: Terveiden edistäminen: Uudistuvat työmenetelmät. Juva: WSOY.
- Porko, Carita — Sipilä, Kirsi — Raustia, Aune 2007: Keraamiset täytteet. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 14.9.2007. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.7.2009.
- Roos, Marja 2004: Suuhygienisti suun terveydenhuollossa. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 25.10.2004. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.4.2009.
- Salonen-Kemppi, Maarit 2007: Indikaatiot. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 31.7.2007. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 22.7.2009.
- Savola, Elina — Koskinen-Ollonqvist, Pirjo 2005: Terveiden edistäminen esimerkein: Käsitteitä ja selityksiä. Verkkodokumentti. Päivitetty 9.3.2005. <http://www.health.fi/timage.php?i=100311&f=1&name=Terveiden_edistaminen_esimerkein.pdf>. Luettu 25.10.2009.
- Suuronen, Riitta — Autti, Heikki — Randell, Tarja 2008: Puuduttaminen ja sen tekniikka. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 2.1.2008. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 22.7.2009.

- Suuronen, Riitta — Lindqvist, Christian — Kontio, Risto — Autti, Heikki — Rihniemi, Jarmo 2008: Puhkeamishäiriö, retentio dentis (K01) Puhkeamaton hammas (K01.0) Kiilautunut hammas (K01.1). *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 2.1.2008.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 15.6.2009.
- Tammisalo, Erkki — Peltola, Jaakko — Kivisaari, Leena 2007: Sekundaarikaries (K02.1). *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 22.3.2007.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.7.2009.
- Tenovuo, Jorma 2008: Kariuksen etiologia. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 14.5.2008.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 18.7.2009.
- Terveysportti 2009: Hammaslääketieteen tietokannat. *Therapia Odontologica*. Kustannus Oy Duodecim. Verkkodokumentti.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 19.4.2009.
- Therapia Odontologica*: hammaslääketieteen käsikirja. 2004: Ongelmalähtöinen diagnostiikka. CD-ROM. Helsinki: Academica-kustannus Oy. 46.
- Uitto, Veli-Jukka 2008: Parodontaalisairauksien patogeneesi. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 2.1.2008.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 15.6.2009.
- Uitto, Veli-Jukka 2008: Parodontaalisairauksien tausta ja diagnostiikka. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 2.1.2008.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 15.6.2009.
- Uitto, Veli-Jukka 2008: Parodontiumin rakenne ja fysiologia. *Therapia Odontologica*. Terveysportti. Verkkodokumentti. Päivitetty 2.1.2008.
<<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>. Luettu 15.6.2009.
- Vilka, Hanna — Airaksinen, Tiina 2003: Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Dia 1.



Ogelin
hammaslääkärit

TERVETULO A OGELIIN!

Suun terveyden puolesta!

Tarjoamme asiakkaillemme
laadukasta hammashoitoa
sekä tukea itsehoitoon.



Dia 2.

Ogelin hammaslääkärit

Ogelissa hoidetaan suun terveyttä kokonaisvaltaisesti ja yksilöllisesti. Tuemme itsehoitoa, ennaltaehkäisemme suun terveysongelmien syntyä sekä tarjoamme ajanmukaista korjaavaa hoitoa.

Hammaslääkäripalveluiden lisäksi Ogelistä saa myös erikoishammaslääkäreiden sekä suuhygienistin palveluja.

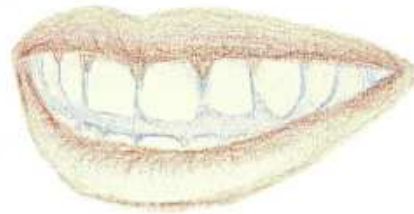
Arvioimme hoidon tarpeen suun terveyden edistämisen näkökulmasta. On tärkeää ennaltaehkäistä ongelmien syntyä, eikä vain pelkästään korjata pitkälle edenneitä vaurioita.

Dia 3.

Ainutlaatuinen suu

Meillä jokaisella on erilainen hymy.

Hampaiden ulkonäkö, väri, lukumäärä sekä puhkeamisen ajankohdat vaihtelevat. Esimerkiksi viisaudenhampaiden puhkeaminen voi viivästyä tai ne voivat jäädä kokonaan puhkeamatta.



Dia 4.

Kaksi hampaistoa

Ihmisillä on elinaikanaan kaksi hampaistoa: maitohampaat ja pysyvät hampaat. Maitohampaita on 20 kappaletta ja ne vaihtuvat pysyviin hampaisiin 6-13 ikävuoden välissä.

Viimeisinä puhkeavat viisaudenhampaat, noin 17-21 vuotiaana. Pysyviä hampaita on 32 kappaletta, viisaudenhampaat mukaan luettuina.


Dia 5.

Hampaan rakenne

Hampaan rakenteeseen kuuluvat näkyvä osa eli kruunu sekä leukaluun sisällä oleva juuri.

Kruunun pintaa nimitetään **kiilteeksi**, joka on elimistön kovinta ainesta. Kiilteen alla on **hammasluu** eli **dentiini** sekä hampaan ydin eli **pulpa**.

Hammas pysyy paikoillaan kiinnityskudosten ansiosta.



Dia 6.

Omahoito kunniaan!

Ensisijaisen tärkeää suun ja hampaiden terveyden huolenpidossa on hyvä omahoito. Ratkaisevasti vaikuttavat myös monipuolinen ravinto sekä makean käytön tiheys.

Hampaiden huolellinen harjaus fluoritahnalla kahdesti päivässä sekä hammasvälien puhdistus kuuluvat jokaisen perushammashoitoon.

Jos suussa on proteettisia ratkaisuja, tulee myös niiden puhtaudesta huolehtia päivittäin.

On hyvin tärkeää tarkistuttaa suun ja hampaiden kunto säännöllisesti. Näin ongelmat pystytään löytämään ja hoitamaan mahdollisimman ajoissa.



Dia 7.

Säännöllisillä tarkastuksilla hammasvaivat ja pelko pois!

On hyvä muistaa, että mitä säännöllisemmin käy tarkastuttamassa suun ja hampaiden terveyttä, sitä varmemmin välttää isot ongelmat ja kalliit hoidot.

Huonot hoitokokemukset menneisyydestä voivat jäädä mieleen kummittelemaan ja siksi ajan varaaminen hammaslääkärille voi venähtää.

Huomioimme potilaidemme mahdolliset pelot ja pyrimme luomaan miellyttävän hoitokokemuksen.

Jos kokemus on puudutuksesta huolimatta liian epämiellyttävä, tarjoamme myös nukutushoitoa.

Dia 8.

Suuhygienisti tukee suun omahoidossa

Suuhygienisti on itsenäisesti työskentelevä, terveyden edistämisen ammattilainen, jonka työn tavoitteena on tukea potilasta omahoidossa sekä ehkäistä suusairauksia.

Suuhygienistin työtä on mm. henkilökohtainen terveysneuvonta ja suun infektiosairauksien, kariksen ja ientulehdusten hallinta yhteistyössä potilaan kanssa. Lisäksi suuhygienisti hoitaa hampaiden kiinnityskudossairauksia (parodontiitti), poistaa hammaskiven sekä toteuttaa hampaiden valkaisuhoitoa.

Säännölliset käynnit suuhygienistin hoidossa vaikuttavat ratkaisevasti hyvään suun terveyteen. Näin vähenevät suun terveysongelmien syntymiset ja samalla myös hammaslääkärillä käynnit.



Dia 9.

Terve vai tulehtunut ien?

Hammasta ympäröivät kudokset kiinnittävät hampaan paikoilleen. Niiden tehtäviin kuuluvat myös hampaan suojeleminen purentavoimilta sekä suun haitallisten mikrobin torjuntaan osallistuminen.

Terve ien on vaaleanpunainen ja se kiinnittyy tiiviisti hampaan ympärille. Huonosti puhdistettujen hampaiden ienrajaan kertyvä plakki aiheuttaa ientulehdusta. Silloin ikenet turpoavat, punoittavat ja vuotavat herkästi verta (esim. harjauksen ja lankauksen yhteydessä).

Ientulehduksen hoitoon tarvitaan tulehdusalueen perusteellinen ja säännöllinen puhdistus. Näin tulehdusta aiheuttavat bakteerit saadaan poistettua ja ien tervehtyy. Jos tulehdus puhdistamisesta huolimatta jatkuu, kannattaa varata aika suuhygienistille.



Dia 10.

Ientulehdus voi kehittyä parodontiitiksi

Pitkälle edennyt, hoitamaton ientulehdus voi johtaa kiinnityskudossairauteen eli parodontiittiin. Silloin ikenen ja hampaan liitosalueella olevien bakteerien määrä on kasvanut yli tietyn kynnyksarvon ja bakteerit tunkeutuvat ikenen alle.

Ikenen alle edennyt tulehdus muodostaa hampaan ja ikenen väliin taskun. Tulehdus etenee ikenen alla ja syventää ientaskua sekä tuhoaa hammasluuta. Pitkälle edennyt, hoitamaton parodontiitti johtaa hampaan irtoamiseen.

Parodontiitin ehkäisy onnistuu hyvällä suuhygienialla ja erityisesti hammasvälien puhdistuksella. Hammaskiven eli kovettuneen plakin poistaminen on tärkeää parodontiitin hoidossa. Tämän vuoksi säännölliset hoidot hammaslääkärillä tai suuhygienistillä pysäyttävät kiinnityskudosvaurion etenemisen. Ammattilaiset antavat jokaiselle potilaalle henkilökohtaiset hoito-ohjeet.



Dia 11.

Kariesbakteeri käynnistää reikiintymisen

Hammaskaries tarkoittaa hampaiden reikiintymistä. Karies kuuluu maailman yleisimpiin tauteihin. Hampaiden reikiintyminen johtuu suussa olevista kariesbakteereista sekä niiden saamasta ravinnosta. Reikiintymistä aiheuttava bakteeri on lähes aina mutansstreptokokki. Tämä bakteeri tarttuu yleensä äidiltä lapselle syljen välityksellä, esimerkiksi syöttämisen yhteydessä, lusikan nuolemisen kautta.

Tartunta tapahtuu 1-3-vuotiaana. Mitä varhaisemmin ja mitä runsaampana tartunta tapahtuu, sitä hankalampi mikrobikasvusto lapsen suuhun syntyy.



Dia 12.

Happohyökkäys hallintaan

Syödessämme myös bakteerit saavat ravintoa ja ne alkavat tuottaa happoa, joka syövyttävät hampaan pintaa. Tätä kutsutaankin happohyökkäykseksi.

Hampaat kestävät päivän aikana viisi tai kuusi happohyökkäystä. Syömisestä jälkeen kuluu noin puoli tuntia ennen kuin happohyökkäys on ohi.

Happohyökkäystä voi lyhentää käyttämällä ksylitolituotteita syömisen ja juomisen jälkeen.

Kun karies on kiilteessä, se voidaan vielä pysäyttää hyvällä kotihoidolla ja fluorilla. Hammasluuhun eli dentiiniin edennyt karies joudutaan usein paikkaamaan.

Isompi karies on aina lähtöisin pienemmästä kariesta.

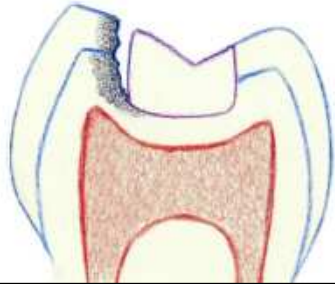
Dia 13.

Miksi paikan viereen tulee uusi reikä?

Paikan saumoissa syntyvää kariesta nimitetään sekundaarikariekseksi.

Jos hampaiden puhdistus on hoidettu huonosti ja paikan sauma ei ole tarpeeksi tiivis, kerääntyvät bakteerit näihin pieniin koloihin ja saattavat aiheuttaa reikiintymistä.

Noin puolet uusista kariestapauksista on sekundaarikariesta.



Dia 14.

Diagnodent Pen löytää kariksen

Diagnodent Pen on laite, jonka avulla karies löydetään jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Laite myös löytää piilokariksen helposti ja auttaa näin estämään suuremmat hammaskudosten tuhoutumiset.

Numeerinen arvo sekä äänimerkki ilmaisevat, miten laajasta kariesalueesta on kyse. Laite löytää kariksen tehokkaammin kuin klassiset menetelmät.

Käytämme Ogelissa Diagnodent Pen:ä tavallisten menetelmien lisäksi. Näin pyrimme löytämään ja hoitamaan kariksen aiheuttamat ongelmat mahdollisimman ajoissa.



Dia 15.

Korjaava karieshoito

Kiilteessä ja hammasluussa ei ole verenkiertoa eikä imusuonitusta. Tästä johtuen hammasluuhun edenneitä kariesbakteereja ja tuhoutunutta hammaskudosta ei voida poistaa lääkkeiden avulla, vaan se tehdään mekaanisesti eli poraamalla.

Poistettu hammaskudos korvataan paikka-aineella, kuten esimerkiksi muovilla tai keraamisilla täytteillä.



Dia 16.

Muovipaikka

Muovitäyteen sävy pyrkii vastaamaan mahdollisimman hyvin hampaan omaa sävyä.

Muovitäyte on edullisin vaihtoehto paikkaushoidossa, mutta se ei ole niin pitkäikäinen kuin esimerkiksi keraaminen täyte.

Ogelissa muovipaikkojen takuu-aika on yhden vuoden, johtuen muovin pehmeystestä. Isoihin paikkoihin muovi ei ole paras materiaali kestävyysnäkökulmasta.

Dia 17.

Keraaminen paikka CEREC -laitteella

Keraaminen täyte on muoviin verrattuna hintavampi paikkausmateriaali. Se kuitenkin on kestävämpi vaihtoehto ja ominaisuuksiltaan lähimpänä luonnollista hammaskudosta.

Laitteen ansiosta pystymme valmistamaan ja kiinnittämään täytteen yhden käyntikerran aikana. Näille keraamisille paikoille myönnämme viiden vuoden takuun, mutta ne voivat helposti kestää 20 vuotta.

Ogelissa on käytössä oma CEREC-laite, jolla valmistetaan tietokoneohjatusti keraamisia paikkoja, jotka ovat esteettisiä ja kestäviä.

Dia 18.

Vaurioitunut hampaan ydin johtaa juurihoitoon

Jos hampaan ydin eli pulpa on vaurioitunut parantumattomasti, tarvitaan juurihoitoa. Pulpan vaurioitumisen voivat aiheuttaa mm. pitkälle edennyt karies ja lohkeamat. Juurihoito vaati useamman käyntikerran hammaslääkärissä.

Hoidettava hammas puudutetaan, juurien kanavatila puhdistetaan, desinfioidaan ja eristetään juuritäytteellä.



Dia 19.

Hampaan poisto kivuttomasti

Joskus hoidossa päädytään hampaan poistoon. Näitä tilanteita voivat olla mm. viisaudenhampaan tai pahoin vaurioituneen hampaan poisto.

Puudutusaineen käyttäminen varmistaa mahdollisimman kivuttoman hoitotilanteen.

Puuttuvan hampaan korvaamisvaihtoehdoista voit neuvotella hammaslääkärisi kanssa.

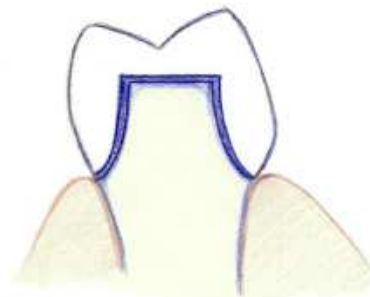
Dia 20.

Kruunu korvaa hampaan näkyvän osan

Hampaan näkyvän osan eli kruunun voi korvata keraamisesti valmistetulla kruunulla. Tähän vaihtoehtoon päädytään jos hampaaseen ei enää saada paikkaushoidolla kestävää ratkaisua aikaiseksi.

Hammas hiotaan pilariksi, josta otetaan jäljennös hammasteknikolle, kruunun tekemistä varten. Valmis kruunu kiinnitetään pilariin hammassementillä.

Keraamisesti valmistettu kruunu vastaa muodoiltaan ja väreiltään korvattavaa hammasta sekä sitä ympäröiviä hampaita. Näin pyritään säilyttämään hampaiston ulkonäkö luonnollisena.



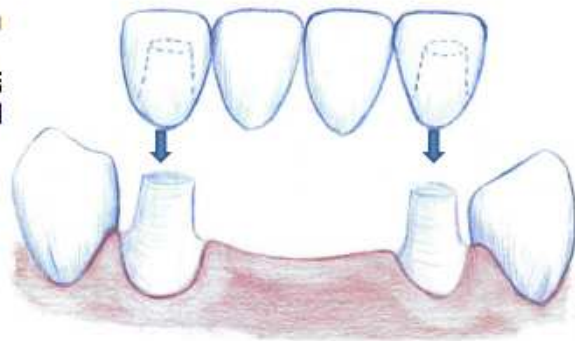
Dia 21.

Silta korvaa useita puuttuvia hampaita

Puuttuvia hampaita voidaan korvata sillalla. Se on myös hammasteknikon valmistama keraaminen ratkaisu, jonka avulla hampaiston ulkoasu pysyy luonnollisena.

Silta muodostaa useamman hampaan kiinteän kokonaisuuden ja se liitetäi pysyvästi tukihampaisiin eli hampaattonta aluetta reunustaviin, omiin hampaisiin.

Sillan rakenteisiin kuuluvat välihampaat ja ankkurikruunut. Välihampaat korvaavat puuttuvat hampaat ja ankkurikruunut kiinnittävät sillan paikoilleen.



Dia 22.

Osa- ja kokoproteesit

Hammasteesit voivat korvata osan hampaista tai koko hampaiston.

Ne valmistetaan akryylista ja tarvittaessa niihin käytetään metallia mahdollisimman tukevan rakenteen ja kiinnityksen varmistamiseksi.

Hampaita ympäröi alveoliluu. Ajan myötä hampaattoman alueen alveoliluu madaltuu ja proteesien istuvuus voi huonontua.

Proteesit voidaan silloin pohjata, jolloin hammaslääkäri määrittää niille paremman istuvuuden ja ottaa jäljennöksen suusta.

Hammasteknikko korjaa jäljennöksen avulla proteesit sopivammiksi.



Dia 23.

Implantti eli keinojuuri

Hammasimplantti on metallista (yleensä titaanista) valmistettu keinojuuri, jolla voidaan korvata puuttuva hammas. Implanttien varaan voidaan myös valmistaa siltoja tai hammasproteeseja.

Hammaslääkäri arvioi potilaan sopivuuden implanttihoidolle. Implanttien asentamisen jälkeen on erittäin tärkeää myös huolehtia suun omahoidosta. Hammaslääkäri tai suuhygienisti opastaa potilaalle suun ja hampaiden huolellisen puhdistamisen.

Implantti asennetaan kirurgisesti ja se vaatii usean kuukauden parantumisaajan (noin 3-8 kuukautta), ennen kuin varsinainen proteettinen osa (kruunu/silta/peittoproteesi) voidaan liittää implanttiin.



Dia 24.

Tekijätiedot ja lähteet

Teksti & kuvitus: Kaisa Leinonen

Lähteet:

- Terveysportti 2009. Therapia Odontologica. Verkkodokumentti. <<http://www.terveysportti.fi.ezproxy.metropolia.fi/dtk/tod/koti>>
- Heinonen, Timo 2007: Karieksen hallinta. Idies ky.
- Käypä hoito 2009: Karieksen hallinta. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. Verkkodokumentti. <<http://www.kaypahoito.fi>>

MELISSA ON NYT OGELIN HAMMASLÄÄKÄRIT OY

UUSIA TUULIA OGELISSA

Uusinta tekniikkaa reikien paikantamiseen

- Uusi DiagnoDent Pen laitteemme toimii laservalolla, mikä takaa entistä tarkemman mahdollisuuden löytää piilokaries (piiloreiät). Nimensä mukaisesti tämä reikä kehityy piilossa ja voi, jos ei paikannettu, kehittyä huomaamatta suureksi reiäksi. Reijän löytäminen ajoissa on asiakkaalle edullisempaa ja miellyttävämpää.

Keraamiset paikat samalla käynnillä

- Olemme myös hankkineet uuden laitteen, jolla voimme tehdä paikan päällä asiakkaalle sopivat keraamiset paikat. Keraamisille paikoille myönnämme 5 vuoden takuun, muovipaikoilla takuu on yleensä 1 vuosi, johtuen muovin pehmeystestä. Keraamiset paikat kestävät helposti 20 vuotta.

Pintaremontti

- Tulemme parantamaan asiakastilamme viihtyvyyttä kevään aikana tekemällä pintaremonttia. Pyrimme tekemään mahdollisimman paljon remontista aukioloaikojen ulkopuolella.

Erityistarjouksia

- Kevään juhlat (äitienpäivä, valmistujaiset jne.) lähestyvät! Muistathan, että mainio lahja voisi olla esimerkiksi hampaiden valkaisu.

Asiakaspalaute

- Asiakaspalautteenantaminen tulee jatkossa entistäkin helpommaksi uusien internet-sivujemme johdosta. Palautteen avulla pyrimme kehittämään toimintaamme entistäkin asiakasystävällisemmäksi.

Oikein hyvää kevään odotusta ja tervetuloa uudelleen!

Ogelin hammaslääkärit

