**Soğuk havalarda diş hassasiyeti problemi artıyor**

Kış aylarında yaygın olarak görülen diş sağlığı problemlerinden biri olan diş hassasiyeti, günlük hayatı olumsuz etkileyebiliyor.

Lingual Ortodonti Uzmanı Dr. Cem Caniklioğlu, "Kış, ayları diş hassasiyetinin en yaygın görüldüğü dönemler olarak öne çıkıyor. Diş hassasiyeti olan kişilerin şikâyetleri sıcak havadan soğuk havaya geçiş dönemlerinde daha çok artıyor. Ani sıcaklık değişimleri ile birlikte artış gösteren diş hassasiyetini yanlış diş temizleme, hatalı beslenme alışkanlıkları, diş sıkma ve gıcırdatma alışkanlıkları, yoğun stres gibi faktörler de tetikleyebiliyor" diyor.

**Kış aylarında beslenme alışkanlıkları diş hassasiyetini etkiliyor**

Hatalı beslenme alışkanlıklarının diş hastalıkları ve diş hassasiyetinin en yaygın nedenlerinin başında gelen geldiğini ifade eden Dr. Cem Caniklioğlu, "Kola gibi asitli içeçekler, soğuk içecekler, sıcak içecekler ve yiyecekler, tatlı ve ekşi yiyecekler tüketmek kış aylarında diş hassasiyeti sorunlarını artırdığı gibi dişlerin çürümesini de hızlandırıyor. Bundan dolayı sağlıklı ve doğru beslenme alışkanlıkları büyük önem taşıyor. Diş hasssiyeti olan kişilerin sert diş fırçası kullanımından ve dişlere fazla kuvvet uygulamadan kaçınması da gerekiyor" dedi.

**Çapraşık dişler de diş sağlığını olumsuz etkiliyor**

Caniklioğlu, diş hassasiyetinin yanı sıra çapraşık ve doğru konumlanmayan dişlerin de ağız hijyeni ve ağız-diş sağlığı açısından, estetik kaygılara oranla daha büyük sorunlara yol açabildiğini belirtti. Bu durumun son yıllarda görünmeyen diş telleri uygulaması ile başarılı bir şekilde giderildiğine dikkat çeken Lingual Ortodonti Uzmanı Dr. Cem Caniklioğlu, dişlerin dışarıdan görünen yüzeylerinin hiçbir şekilde etkilenmediğini belirterek, bu tedavi ile sağlıklı dişlere kavuşmanın yanı sıra dişlerdeki düzelme ile birlikte kişilerin daha özgürce gülümsemelerinin ve konuşmalarının mümkün olabildiğinin altını çizdi.

**Diş hassasiyeti ve çapraşık diş sorunu olanlar diş hekimine görünmeli**

Diş hassasiyeti problemi yaşayanların mutlaka bir diş hekimine görünmesinin önemli olduğunu belirten Caniklioğlu, "Diş hassasiyeti olanların bir diş hekimine görünmesi doğru bir adım olacak. Yapılacak muayene sonucunda diş hassasiyetinin temel nedeni daha iyi anlaşılacak ve buna uygun yöntem uygulanacaktır. Hassas dişlere sahip olan kişilerin bu durumu önemsememesi daha farklı ağız problemleri yaşamalarına neden olabilir. Diş hassasiyetinden kaynaklanan ağrıdan dolayı dişlerin düzenli olarak fırçalanamaması, diş eti hastalıkları ve diş çürüklerini tetikleyebilir. Çapraşık diş problemi olanların tedavisinde ise görünmeyen diş teli tedavisinde kullanılan lingual braket ve lingual teller kişiye özel olarak laboratuar ortamında hazırlandığı için başarı şansı yüksek oluyor. Lingual Ortodonti, kişilerin iş ve sosyal hayatlarını olumlu yönde etkileyerek, diş teli kullanımını sorun olmaktan çıkarıyor" şeklinde konuştu.