

GECE DİŞ GICIRDATMASI

Margaret Rauner BRODNICK

Yirmibeş yaşında genç bir avukat olan Robin West'in sürekli ve zonklayan baş ağrılarının, ilaçla tedavisini sürdüren sinir uzmanının teşhisi migrendi. İlaçlar her ne kadar bir ölçüde yardımcı olsalar da West, devamlı ilaç tedavisi altında olmaktan huzursuz olmaya başladı ve ilaçları kesti. Bu arada, ağzını açıp kaparken de rahatsız olmaya başlamıştı. "Örneğin bir bifteği üç defadan fazla çiğnemeye kalksam kesinlikle yiyemiyordum" diye şikâyetlerini bir periodontiste (diş etleri uzmanı) iletince asıl şikâyetinin şakak ve alt çene kemiği eklemi sendromu (Temporomandibular Joint Syndrome/ TMJ) olduğu ortaya çıktı. Çene hareket ettiği zaman, buraya bağlı kaslar, kemikler ve eklemler harekete geçer. İşte TMJ sendromu, çene kaslarına diş gıcırdatma, diş sıkma ile fazlaca yüklenilmesi ile ortaya çıkar. Amerikan Dişçiler Birliği'nin belirttiğine göre, Amerika'da 60 milyondan fazla kişi TMJ problemi nedeni ile baş ağrısı, kulak ağrısı kulak çınlaması, çene, boyun ve sırt ağrılarında şikâyet etmektedirler. Genellikle, migren ve sinirsel ağrılarla karıştırıldığından, dişçiler bu sendroma "büyük hilekâr" takma adını vermişlerdir.

Bozuk çiğneme ya da alt ve üst çene arasındaki temas bozukluğu nedeni ile birçok kişi, geceleri dişlerini sıkıyorlar veya gıcırdatıyorlar. Bunun sonucunda da TMJ problemi ortaya çıkar. Diş gıcırdatmanın ana nedeni, bilinçaltında, bozuk sıralı dişin fark edilmeden aşındırılmasıdır.

Tedavisi için öngörülen yollar: Gıcırdatmanın yerini bulmak, hafif bir diyet ve çene kaslarının gevşemesi için birtakım egzersizler ve en önemlisi, alt veya üst çeneye uygulanabilen, çiğnemeyi kolaylaştıran, çene kasları ve eklemlerindeki basıncı azaltıcı bir plastik ağızlık takmaktır.

Dişçiler ve psikiyatristler diş gıcırdatmaya neden olarak ruhsal gerilimi de göstermektedir-



Birbirlerine sürtünmeleri sırasında dişler, çene mafsalsının bozuk durumunu zorlar (kesik çizgi). Bu da baş ağrıları, kas krampları ve diğer ağrıları (koyu bölgeler) oluşturabilir.

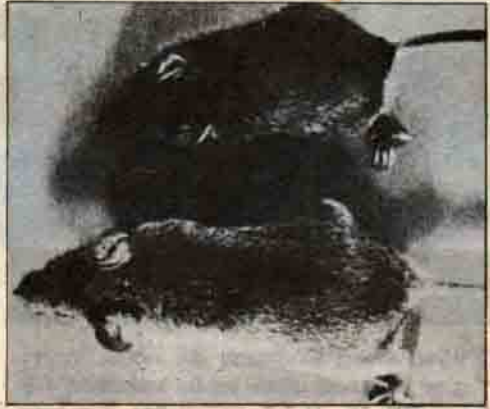
ler; bu yolla kişi bilinçaltından gerginliğini hafifletebilir. Kontrollü çalışmaların ışığında TMJ'li hastalarda kuruntu büyük bir ortak noktadır; fakat araştırmacılar bunun sebep mi yoksa belirti mi olduğuna halen karar vermiş değildiler. Gerilime bağlı TMJ problemlerinde tedavi amacı ile tranklizanlar (sinir gevşeticiler) veya kas gevşeticiler ilaç olarak verilebilir.

Amerika'da son yıllar içinde en azından 100 TMJ kliniği açılmış bulunmaktadır. Maryland Üniversitesi Dişçilik Kürsüsü'ne bağlı Myo-Kliniği Direktörü Antonia Balciunas'ın belirttiğine göre, tedavileri biten hastaların en az % 70'inin hastalık belirtilerinin eski şiddetini kaybettiğini, geri kalan % 30'un ise gerilim kökenli olduklarıdır. Balciunas, "TMJ ağrılı bir hasta, klinikteki tedavisinden sonra tekrar aynı gerilim dolu bir işe veya ev hayatına dönerse ağrıları, en kısa zamanda, tekrar başlayacaktır. Genel belirtiyi ortadan kaldırabildiğimiz halde, esas neden olan problemi her zaman yok edemiyoruz" demektedir. Bir yılda tedavi edilen ve yaşları 15-75 arası değişen 120 hastanın büyük bir çoğunluğunun hanım olduğu hemen göze çarpmaktadır.

Balciunas'ın yaptığı ilgi çekici açıklamanın

GEN MÜHENDİSLİĞİ VE DEV FARELER

Gen Mühendisliği, hücrenin kalıtım birimleri olan genler üzerinde operasyon yaparak benzeri görülmemiş canlılar yaratıyor. Bugüne kadar beyaz kurbağa, dört ebeveynli fare, bildircin-tavuk vb. garip canlılar oluşturuldu. Şimdi sığır kadar büyük fareler yapma dönemi-ne girmiş bulunuyoruz. Seattle ve Philadelphia araştırmacıları normalden iki kat büyük fareler elde etmeyi başardılar. Bu tekniğe lehimci-çinkocu tekniği dense yeridir. Çünkü metodun esası, iki farklı geni birbirine yapıştırarak bir melez gen elde etmek ve sonra çinko vererek melez geni uyarmak ve onun büyüme hormonu yapmasını sağlamaktır. Memelilerde ağır metallerin toksik etkisine karşı koruyucu özel bir protein bulunmaktadır. Metalotionein. Vücuda giren ağır metaller bu proteinin yapılmasını sağlayan geni uyarır. Amerikalı araştırmacılar metalotionein yapılmasını başlatan gen ile büyüme hormonu yaptıran geni birbirlerine yapıştırdılar. Elde edilen melez gen, döllenmiş fare yumurtaları içine verildi, sonra bu yumurtalar başka farelerin dölyataklarına kondu: Melez (hibrid) gen, farelerin bir bölümünde kromozomların yapısına girdi. Bu yumurtalardan doğan farelere düzenli olarak çinko bileşikleri verildiğinde, hayvanın çok fazla miktarda büyüme hormonu yapmaya başladığı görüldü. Sonuçlar bütün tahminlerin üstünde idi. Ancak bunu her farede başarmak henüz olası değildir. Ba-



Normal fare ve dev fare

zı fareler yabancı geni DNA'larına almamakta, ya da yanlış yere veya birçok noktaya bağlamaktadır. Bazı fareler ise şimer halini almıştır (Şimer, Yunan Mitolojisi'nde ağzından alev saçan, aslan başlı, keçi vücutlu ve yılan kuyruklu bir ejderdir. Biyolojide genetik olarak birbirine benzemeyen hücrelerden oluşan canlılara şimer denmektedir); şimer farelerde hücrelerin bir bölümü normal DNA, bir bölümü ise yabancı genle birleşmiş DNA içermektedir (Normal bir canlıda her hücre aynı DNA'yı içerir). Farelerin ancak bir bölümü yeni geni yavrularına geçirmişlerdir. Bazılarında da gen yavruya geçmesine rağmen devlik yapmamıştır. Gen mühendisliğinin bu tip deneyleri hayvancılıkta, bazı proteinlerin endüstriyel olarak hazırlanmasında ve insandaki kalıtsal hastalıkları düzeltmekte yararlı olacaktır.

Dr. Selçuk ALSAN

ışığında TMJ, her zaman, bu kadar geniş ağrı çeşitlerinin tek suçlusu kabul edilmemelidir. Günümüzde dişçilik fakültesi öğrencileri, TMJ bozukluklarını ayrı bir ders kolu olarak almaktadırlar. Tedaviye başlamadan önce, kliniklerin büyük bir kısmı hastalarına tıbbi araştırmaların yanı sıra, tam bir ruhsal muayene de yapmaktadır. Hatta Dr. Balcinas'ın belirttiğine göre, yüz ağrılarında şikâyetçi ve kesin bir TMJ bozukluğu gösteren hastaların bile muayeneleri 1-2 1/2 saat arası bir zaman almaktadır.

Geçen yıl yapılan bir konferansta, dişçiler yönünden hastalığın nedenleri ve tedavisi için bazı kesin prensipler ortaya konuldu. Konferansın koordinatörü ve halen Amerikan Dişçiler Birliği Başkanı Rober Griffiths de konuşmasın-

da, TMJ bozukluğunun çok yönlü olduğunu, çeşitli tedavi yöntemleri denendiğini fakat sonuçta, bütün uzmanların birleştiği noktanın, bozukluğun ortaya çıkmasına birçok faktörün etken olduğunu belirtmiştir.

Hastamız West, artık uyurken plastik ağızlık kullanıyor; yemek yerken karşılaştığı zorlukları büyük ölçüde yenmiş bulunuyor. En önemlisi, baş ağrıları hemen hemen geçmiş durumda. Çeşitli egzersizlerle, kullandığı ağızlığın sayesinde çiğnenmesini kontrol altında tutabiliyor. İlk başta ağrısının nereden kaynaklandığını bilemediğinden çok huzursuz olan West, nedenlerini artık öğrenmiş olduğundan, hiç olmazsa bundan doğan ruhsal geriliminin ortadan kaldırdı.

Science 83'ten

Çev: Kumru SARIMANOĞLU