**Bruksizm - cichy "szkodnik"**

**Coraz więcej osób boryka się z problemem bruksizmu. Na czym polega? Przeczytaj, może ty także się z nim zmagasz.**

**Czym jest bruksizm?**

**Bruksizm** to mocne i mimowolne zaciskanie mięśni szczęki. Objawia się w ciągu dnia, ale najczęściej w nocy, kiedy nieświadomie w trakcie snu mięśnie szczęki pracują tworząc duże szkody. Zaciskanie szczęki powoduje ścieranie się zębów, a to z kolei może doprowadzić do bolesnego odsłonięcia szyjek zębowych lub pojawienia się ubytków w ich okolicy. Ponadto tak silne zaciskanie szczęk powoduje bóle głowy, bardzo często migrenowe, z którymi ciężko sobie poradzić. Jednak najczęstszym objawem, który zwiastuje *bruksizm*, jest zgrzytanie i stukanie zębami - czy to w ciągu dnia, czy w trakcie snu.

**Bruksizm - wpływ na zdrowie**

Wielu pacjentów borykających się z bruksizmem narzeka także na uczucie niewyspania, nawet po przespaniu całej nocy, a zaraz po przebudzeniu wyczuwalny jest lekki ból głowy. Ponadto [bruksizm](http://3gdentist.eu/bruksizm/) łączy się z trudnością szerokiego otwierania szczęki i bólem towarzyszącym mu. Schorzenie to w połączeniu z innymi chorobami czy niedbałością o prawidłową higienę jamy ustnej może doprowadzić do opłakanych skutków. Zatrzymaj ten proces. Zdiagnozuj się u nas.