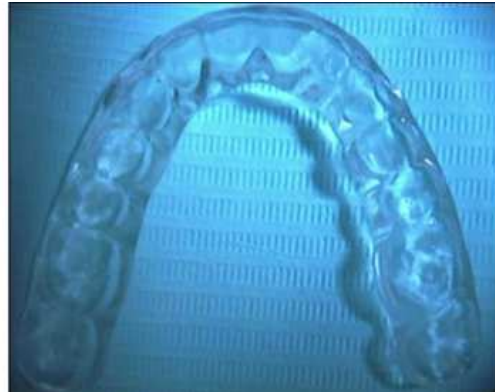


Bruxismo e Bite Plane (Placca di Michigan)



La placca di Michigan è specifica per la cura dei problemi temporo-mandibolari (DTM) ed ha le seguenti caratteristiche, in conformità con le indicazioni dell'America Academy of Tempomandibular disorders:

- deve essere di materiale rigido (come i denti)
- deve essere liscia (per non obbligare i denti a chiudere in una posizione prestabilita)
- deve avere delle caratteristiche gnatologiche peculiari (guida canina ed incisiva)
- deve ricoprire tutte le superfici occlusali dei denti

Ogni altra placca, che non corrisponde alle caratteristiche di cui sopra, va valutata attentamente perchè potrebbe non essere adatta per i Disordini Temporo-mandibolari. Sono state via via proposte infatti, una serie di placche molto diverse tra loro e che non hanno dimostrato effetti sicuri per i DTM. In particolare sono da evitare i bite in materiale morbido e quelli che non ricoprono tutti i denti.

Occorre ricordare che per risolvere i sintomi dolorosi spesso associati a queste condizioni, è utile appoggiarsi ad un fisioterapista specializzato in DTM e seguire i consigli che vengono dati sulle norme di comportamento da seguire (postura, dieta, tecniche di rilassamento, uso di farmaci).



L'idea che è stata alla base della terapia è quella di **impedire ai denti di entrare in contatto tra di loro**, in modo da svincolare la mandibola e l'articolazione temporo-mandibolare da una posizione obbligata (dalla masticazione) e potenzialmente patologica. In effetti, la mandibola, svincolata dall'occlusione, è libera di seguire le forze muscolari che piano piano la guidano verso una **nuova posizione**, più fisiologica e di riposo.

Il bite potrà essere portato **solo la notte** in modo da eliminare gli effetti negativi di un eccessivo digrignamento dei denti (**bruxismo**) che è, entro certi limiti, normale in ogni essere umano e che serve a dissipare lo stress accumulato durante il giorno. Grazie alla placca ci sarà un minor impegno dei muscoli della masticazione, e di conseguenza la risoluzione della sintomatologia dolorosa che consiste in una **dolenzia e un cerchio alla testa che è presente al mattino al momento del risveglio**. Può accompagnarsi ad un senso di dolenzia nella zona delle guance causato dall'iperlavoro dei muscoli masticatori avvenuto durante la notte a causa dell'eccessivo digrignamento.

Se invece il dolore non è muscolare ma della capsula articolare (ATM), il posizionamento più in avanti della mandibola, svincolata, grazie alla placca, dalle intercuspidadazioni presenti nel cavo orale, darà un notevole beneficio.

Indicazioni all'uso del bite plane:

- digrignamento notturno patologico (bruxismo) con mal di testa al mattino o dolore vicino all'orecchio (ATM)
- comparsa di faccette di usura sui denti naturali (i denti che si consumano e divengono sempre più corti); otturazioni del bordo incisale che si distaccano
- lesioni parodontali (parodontite cronica dell'adulto avanzata, cioè la vecchia "piorrea")
- grosse riabilitazioni in porcellana (per prevenire le fratture delle corone in porcellana)
- ampi interventi di implantologia (per proteggere gli impianti da forze masticatorie dislocanti laterali)



Istruzioni per i pazienti:

- come inserire e rimuovere l'apparecchio: per mettere in posizione l'apparecchio, si usa la pressione delle dita e quando l'apparecchio è stato inserito sui denti può essere stabilizzato serrandoli; per toglierlo facilmente, deve essere preso nell'area del I molare con le unghie di indice e pollice e spinta in basso la parte distale;
- indicare al paziente il tempo di utilizzo dell'apparecchio: nel dolore miogeno può essere sufficiente l'applicazione notturna, nelle alterazioni intracapsulari è necessaria un'applicazione continua. Se l'uso dell'apparecchio comporta aumento del dolore, il paziente deve toglierlo e segnalare immediatamente al medico l'inconveniente per poterlo correggere;
- talvolta può verificarsi un aumento della salivazione, che, tuttavia, è di rapida risoluzione (nell'arco di poche ore);
- difficoltà a parlare, con il bite superiore, che si risolve appena la lingua si adatta allo spessore della resina;
- igiene: per pulire il bite è ottimale l'uso di un bruschino da unghie con sapone di marsiglia, oppure pasticche disinfettanti da acquistare in farmacia, oppure gocce di amuchina in acqua.

Lo spazzolino da denti non è consigliabile, perchè è più costoso e si consuma in breve tempo. Per togliere il calcare, utilizzare viakal con acqua e aceto. E' importante fare asciugare il bite prime di riporlo per evitare colonizzazione batterica, con sgradevole retrogusto e decolorazione.

Caratteristiche della placca di Michigan:

Il bite di più largo impiego è la placca di Michigan. Si tratta di un dispositivo realizzato in **resina dura**, con superficie liscia, senza rilievi occlusali.

L'apparecchio viene provato intraoralmente e deve risultare ben adattato contro i denti mascellari e offrire una buona **ritenzione** e **stabilità**. I movimenti delle labbra e della lingua non devono spostarlo e, in qualsiasi punto vengano applicate pressioni, l'apparecchio non deve inclinarsi o muoversi. Deve avere:

- assenza di caratterizzazioni di superficie occlusale che potrebbero interferire con i movimenti mandibolari;
- presenza di **contatti uniformi e puntiformi, bilaterali, contemporanei** in relazione centrica sulle due emiarcate; i contatti posteriori devono essere più accentuati degli anteriori (gli incisivi devono solo sfiorarsi)
- presenza delle guide canina e incisiva per l'eliminazione delle interferenze sul lato bilanciante e di lavoro.

Lo spessore del bite deve essere di non più di 1 mm ma questo non sempre è possibile a causa di alcune curve lungo le quali sono disposte i denti.