

**ŠIAULIŲ VALSTYBINĖS KOLEGIJOS
SVEIKATOS PRIEŽIŪROS FAKULTETO
BIOMEDICINOS MOKSLŲ KATEDRA**

Burnos higienos studijų programa
Nuolatinės studijos
III kurso studentė

Roma Pakačimienė

ŠIAULIŲ MIESTO AKTORIŲ DANTŲ SPALVA IR JOS VERTINIMAS

BAIGIAMASIS DARBAS

Darbo vadovas: G. Švambarienė

Patvirtinu, kad šis baigiamasis darbas yra originalus autorinis darbas

(baigiamojo darbo autoriaus vardas ir pavardė, parašas)

Šiauliai,
2018 m.

SANTRAUKA

Roma Pakačimienė. Šiaulių miesto aktorių dantų spalva ir jos vertinimas. Darbo vadovė lekt. Gintarė Švambarienė. Profesionalios burnos higienos studijų programa, Biomedicinos mokslų katedra. Sveikatos priežiūros fakultetas, Šiaulių valstybinė kolegija, 2018.

Tyrimo tikslas: išsiaiškinti Šiaulių miesto aktorių dantų spalvą ir jos vertinimą.

Tyrimo uždaviniai:

1. Išanalizuoti mokslinius informacijos šaltinius apie dantų spalvą, jos pokyčius, bei dantų spalvos pokyčių vertinimą.
2. Išsiaiškinti aktorių žinias apie dantų spalvą.
3. Išsiaiškinti subjektyvų pačių aktorių dantų spalvos vertinimą.
4. Atlikti objektyvų aktorių dantų spalvos vertinimą.
5. Palyginti objektyvų ir subjektyvų dantų spalvos vertinimą.

Tyrimo metodai:

- Kiekybinis tyrimas - anketinė apklausa raštu;
- Kokybinis tyrimas - palyginamoji analizė.

Tyrimo imties aprašymas: Tyrimo imtis sudaryta iš 40 respondentų. Tiriamieji - Šiaulių mieste dirbantys profesionalūs aktoriai. Apklausa pateikiama anketos forma, kurioje klausimynas sudarytas iš 18 klausimų.

Aktorių objektyvus ir subjektyvus dantų spalvos vertinimo palyginimas buvo atliktas Šiaulių valstybinėje kolegijoje, burnos higienos kabinete. Kokybinio tyrimo metu, buvo pakviesti atsitiktinai parinkti 13 profesionalūs Šiaulių miesto aktoriai, kurie veidrodžio, natūralaus apšvietimo, dentalinės lempos ir VITA spalvų rakto pagalba, patys vertino savo dantų spalvą. Kiekvienam aktoriui įvertinus savo dantų spalvą, objektyvų vertinimą odontologinių instrumentų pagalba analogiška procedūra buvo atlikta burnos higienisto studento.

Išvados:

1. Dantų spalva kinta dėl įvairių veiksnių, kurie skirstomi į tris grupes – vidines, išorines ir priežastis, atsiradusias dėl amžiaus. Norint nustatyti tinkamą dantų spalvos atspalvį praktikoje naudojamas – Vita Lumin Vacuum spalvos raktas. Siekiant išlaikyti baltus dantis individai gali rinktis dvi balinimo rūšių alternatyvas.
2. Aktorių gyvenimo būdas lemia, jog dantų spalva yra nuolat neigiamai veikiama išorinių veiksnių - nesaikingas kavos gėrimas, rūkymas, stresas, nesubalansuota mityba - tačiau objektyvus tiriamųjų dantų spalvos vertinimas atskleidė, kad šie išoriniai faktoriai veikia nežymiai.

3. Apklausoje dalyvavę aktoriai akcentuoja baltų dantų svarbą, ne tik kaip esminę išvaizdos detalę, bet ir kaip puikios savijautos garantą, darbo instrumentą.
4. Spalva turi būti ne tik matoma, bet ir suvokiama jos kaita. Nors aktoriai pastebi savo dantų spalvos kitimą, bet jų žinios apie dantų spalvą ir kitimo priežastis yra ribotos.
5. Suteikta informacija apie priemones dantų atspalviams ir tonams nustatyti, aktorių požiūrį į dantų spalvos vertinimą pakeitė į kritiškesnį.

SUMMARY

Roma Pakacimiene. Teeth Colour and Its Evolution of Šiauliai Town Actors. Supervisor: lect. Gintare Svambariene. Professional oral hygienist study programme. Biomedical science department. Healthcare faculty. Siauliai State College, 2018.

Study Aim: To analyse the evaluation of teeth colour and its evolution of Siauliai town actors.

Study Objectives:

1. To analyse the scientific literature about tooth colour, tooth colour changes and tooth colour change evaluation.
2. To understand the actors' knowledge about tooth colour and its changes.
3. To ascertain the subjective evaluation of tooth colour and tooth colour change by the actors.
4. To undertake an objective analysis of the actors' tooth colour.
5. To compare the objective and subjective tooth colour evaluations.

Study methods:

- A quantitative study (questionnaire)
- Comparative analysis

Study sample:

The study sample consists of 40 professional, employed actors from the Siauliai city. The questionnaire consisted of 18 questions.

The comparison between the objective and subjective evaluation of the actors' tooth colour and tooth colour change was performed at the Siauliai State College, in an oral hygienist treatment room.

During this study, 13 professional actors from Siauliai city were included, having been chosen at random. The actors evaluated their own tooth colour with the aid of a mirror, natural light, a dental lamp and a VITA tooth colour guide. After the each subjective evaluation, an objective evaluation was performed by the study author.

Conclusions:

1. The color of the teeth varies due to a variety of factors, which are divided into three groups - internal, external and cause of age. In practice, the Vita Lumin Vacuum color key is used to determine the correct tonal color of the tooth. Individuals can choose between two types of whitening alternatives to keep their white tooth white.

2. In the actors' work environment, external factors that affect the color of the teeth are non-essential coffee drinking, smoking, persistent stress and unbalanced nutrition, should have a particular effect on the color of the teeth, but after performing an objective assessment of the teeth of the actor, the teeth of the actor are sufficiently white.
3. The actors who participated in the survey emphasize the importance of white teeth, not only as an essential element of the appearance, but also as a guarantor of a perfect well-being, a work instrument.
4. Color must be not only visible, but also perceived its change. Though actors notice the variation in their teeth color, their knowledge of the color of the teeth and the causes of the changes are poor enough.
5. Information on measures to detect dyed teeth and tones has changed the attitude of the actor towards dental evaluation to a more critical one.

SVARBIAUSIŲ SAŲVOKŲ ŽODYNĖLIS

Bruksizmas - sutrikusi arba iškreipta dantų bei žandikaulių sistemos funkcija, kai susitraukinėjant kramtomiesiems raumenims, apatinių dantų paviršiai trinasi su viršutinių, sukeldami griežimą primenantį garsą (snomed et al, Medicininių terminų žodynas).

Danties cervikalinė sritis – dantų priekaklelinė sritis (Gedrimas, V. ir kt., 2005, p. 30).

Danties incizalinė sritis – dantų kandamoji sritis (Gedrimas, V. ir kt., 2005, p. 30).

Dantys (*lot. dentes*) – burnos organas. Sudarytas iš burnoje išsikišusios matomos dalies – danties vainiko, trumputės tarpinės dalies – danties kaklelio ir šaknies, kuri yra įsiterpusi viršutinio bei apatinio žandikaulio dantų alveolėse (Gedrimas V. ir kt., 2005, p. 63).

Dantų akmenys – kalcifikuotas bakterinis apnašas (A. Pūrienė, 2000, p. 5).

Dantų apnašos - lipni, nemalonų kvapą skleidžianti plėvelė, kuri yra sudaryta iš jau sunykusių ir kartu dar gyvų bakterijų. Dantis dažniausiai ji dengia ties pačiu jų pagrindu, iš vidinės pusės bei tarpdančiuose (A. Pūrienė, 2000, p. 3).

Dantų balinimas – viena iš populiariausių kosmetinio dantų gydymo procedūrų cheminėmis medžiagomis (Fang, G., 2013, p. 223).

Dentinas (*angl. ivory – dramblio kaulas*) – kietas, tamprus, gelsvai balkšvas, kalcifikuotas, panašus į kaulą audinys neturintis ląstelinių struktūrų ir kraujagyslių (Gedrimas, V. ir kt., 2005, p. 62).

Emalis – baltas, blizgantis, labai kietas (kiečiausias žmogaus kūne, persišviečiantis audinys), jis apkloja danties vainiką iki danties kaklelio (Gedrimas V. ir kt., 2005, p. 11).

Metamerija – fenomenas, kai dvi skirtingos spalvos esant vienam apšvietimui atrodo kaip viena spalva, o kitam – kaip nesuderinamos spalvos (asu.lt et al. 2018 šviesos bangos ilgio matavimas. Difrakcinė gardelė).

Pigmentas - organinė ar neorganinė medžiaga, turinti spalvą, lemianti organizmų arba jų organų spalvą (Gedrimas V. ir kt., 2005, p. 21).

Pulpa - danties minkštumas, kuriame gausu nervinių skaidulų ir kraujagyslių (Gedrimas V. ir kt., 2005, p. 37).

Spektrofotometras - profesionalus prietaisas skirtas išmatuoti švytinčią arba atspindėtą šviesos srauto energiją daugelyje dažnių visame šviesos spektre (gamafix.alt. Spalvų valdyme naudojami terminai. 2017).

Vita Lumin vacuum spalvų raktas – prietaisas padedantis dantų atspalviui parinkti (Dude, D. ir kt., 2016, p. 129).

LENTELIŲ IR PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS

LENTELIŲ SĄRAŠAS

Lentelės Nr.	Lentelės pavadinimas	Puslapis
1.1.	Baigiamajame darbe demonstruojami studijų programos rezultatai	11
3.3.1	Demografiniai apklausos rodikliai	26
3.4.1	Dantų spalvos vertinimo palyginimas pagal matomus šviesesnius spalvos tonus	40
3.4.2.	Dantų spalvos vertinimo palyginimas pagal matomus tamsesnius spalvos tonus	41
3.4.3.	Dantų spalvos vertinimo palyginimas pagal sutapusius spalvos tonus	42

PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS

Paveiklo Nr.	Paveiklo pavadinimas	Puslapis
2.4.2.1	Danties atspalvių pasiskirstymo schema	21
2.4.2.2	Atspalvių pasiskirstymo schema	22
2.4.2.3	Vita Lumin vacuum spalvų raktas	22
3.3.1	Respondentų pasiskirstymas pagal dėmesio skirimą savo dantų priežiūrai, proc.	27
3.3.2	Respondentų pasiskirstymas pagal lankymosi dažnumą pas gydytoją odontologą, proc.	28
3.3.3	Respondentų pasiskirstymas pagal reagavimą į išsakytas pastabas, pastebėjimus, siūlymus gyd. odontologo, proc.	29
3.3.4	Respondentų pasiskirstymas pagal savo dantų estetinio vaizdo vertinimą, proc.	29
3.3.5	Respondentų pasiskirstymas pagal susimąstymą kitų žmonių atkreipiamą dėmesį į Jų dantų spalvą, proc.	30
3.3.6	Respondentų pasiskirstymas pagal svarbiausius pastebėjimus žmogaus šypsenoje kai su juo bendrauja, proc.	31
3.3.7	Respondentų pasiskirstymas pagal norą keisti tam tikrus šypsenos aspektus, proc.	31
3.3.8	Respondentų pasiskirstymas pagal dantų spalvos svarbą, proc.	32
3.3.9	Respondentų pasiskirstymas pagal teiginio: „Balti dantys – raktas į sėkmę“ vertinimą, proc.	33
3.3.10	Respondentų pasiskirstymas pagal dantų spalvos įtaką jų darbe, proc.	34
3.3.11	Respondentų pasiskirstymas pagal pastebėjimus į kintančią dantų spalvą, proc.	34
3.3.12	Respondentų pasiskirstymas pagal darbo	35

	aplinkoje esančių veiksnių įtaką dantų spalvos kitimui, proc.	
3.3.13	Respondentų pasiskirstymas pagal nuomonės pateikimą teiginiui: “ar aktorius turėdamas gelsvus/pilkus dantis būtų patrauklus žiūrovui/publikai“, proc.	37
3.3.14	Respondentų pasiskirstymas pagal teiginį: “balti dantys suteikia daugiau pasitikėjimo darbe“, proc	37
3.3.15	Respondentų pasiskirstymas pagal naudojamą priemonę išlaikančias dantis baltus, proc.	38
3.3.16	Respondentų pasiskirstymas pagal jų dantų spalvos vertinimą, proc.	39
3.4.1	Respondentų pasiskirstymas pagal paciento ir burnos higienisto dantų spalvos parinkimo ir vertinimo skirtumų palyginimą, proc.	42

Turinys

SANTRAUKA	2
SUMMARY	4
SVARBIAUSIŲ SAŲVOKŲ ŽODYNĖLIS	6
LENTELIŲ IR PAVEIKSLŲ SAŲAŠAS.....	7
ĮVADAS	10
2. SUAUGUSIŲ ŽMONIŲ DANTŲ SPALVOS POKYČIŲ TEORINĖ PARADIGMA	12
2.1. Žmonių dantys ir jų atspalviai	12
2.2. Suaugusio žmogaus dantų spalvos kitimo priežastys	13
2.2.1. Vidiniai dantų spalvos pokyčius lemiantys veiksniai.....	13
2.2.2. Išoriniai veiksniai lemiantys dantų spalvos pokyčius.....	14
2.2.3. Dantų spalvos pokyčių priežastis, atsiradusi dėl amžiaus	17
2.3. Dantų spalvos atgavimo galimybės	17
2.4. Dantų spalva ir spalvos nustatymas.....	18
2.4.1. Spalvos suvokimas.	18
2.4.2. Šviesos apibūdinimas	19
2.4.3. Veiksniai lemiantys atspalvio parinkimą.....	19
2.4.4. Dantų spalvos apibūdinimas ir Vita Lumin vacuum spalvų raktas	20
3. TYRIMO METODIKA, METODOLOGIJA IR TYRIMŲ ANALIZĖ	25
3.1. Respondentų atranka.....	25
3.2. Taikytų metodų pagrindimas ir tyrimų organizavimas.....	25
3.3. Anketinio tyrimo duomenų analizė	26
3.4. Aktorių dantų spalvos vertinimo palyginimo analizė	39
IŠVADOS	45
MOKSLO INFORMACIJOS ŠALTINIŲ SAŲAŠAS.....	46
PRIEDAI	48

ĮVADAS

Šypsena – tarsi vizitinė kortelė – kiekvieno sėkmingo žmogaus palydovas. Be to, kad balta ir sveika šypsena sukuria simpatiško žmogaus įvaizdį, kartu ji reprezentuoja ir padeda pasitikėti savimi bendraujant su kitais žmonėmis. Norint turėti gražią šypseną labai svarbu atkreipti dėmesį į dantis ir jų spalvą.

Dauguma šiuolaikinių žmonių nepatenkinti savo dantų spalva. Jie dažnai kreipiasi į gyd. odontologus, prašydami balinti dantis, todėl tikslinga plačiau panagrinėti žmonių požiūrį į dantų spalvą ir jos pokyčius. Gražūs dantys suteikia daugiau pasitikėjimo bendraujant su žmonėmis, ypač situacijose kai išvaizdai skiriama daug dėmesio. Ne visų žmonių dantys yra vienodai balti. Jaunų žmonių dantys baltesni, su amžiumi žmonių dantų spalva kinta, tamsėja. Įtakos turi keletas veiksnių: dantų spalva priklauso nuo genų, išorinių ir vidinių veiksnių.

Darbe nagrinėjama žmonių grupė, kuriai ypatingai svarbu reprezentacinė išvaizda – aktoriai. Aktoriai – žmonės atiduodantys save ir savo talentą scenai, ekranui visu 100 procentu, yra nuolat vertinami ne tik dėl atliktų vaidmenų, talento ar įvykdytų projektų, bet ir dėl savo išvaizdos. Šypsena (gražūs, sveiki ir balti dantys) viena iš nepriekaištingos išvaizdos dalių. Darbe bus pristatyta Šiaulių miesto aktoriai.

Žinant, koks sudėtingas ir daug ne tik fizinių, bet ir psichologinių pastangų reikalaujantis darbas yra linksminti ir sudominti žmonėms, darbe bus siekiama sužinoti, kaip aktoriai vertina turimą dantų spalvą, jos kitimą ir ar jų pasirinkta specialybė turi tam įtakos?

Tyrimo objektas: Šiaulių miesto aktorių dantų spalva ir jos vertinimas.

Darbo tikslas: išanalizuoti Šiaulių miesto aktorių dantų spalvą ir jos vertinimą.

Darbo uždaviniai:

1. Mokslinių informacijos šaltinių analizė.
2. Išsiaiškinti aktorių žinias apie dantų spalvą.
3. Subjektyvus pačių aktorių dantų spalvos vertinimas.
4. Objektiviai įvertinti aktorių dantų spalvą.
5. Objektivaus ir subjektyvaus dantų spalvos vertinimo palyginimas.

Darbe naudojami metodai:

- Mokslinių informacijos šaltinių analizė.
- Objektivus ir subjektyvus dantų spalvos nustatymas (pagal VITA spalvų raktą).
- Statistinė duomenų analizė (naudojant Microsoft Office Excel programą).

Hipotezė: aktorių kritiškas požiūris į dantų spalvą, skatina matyti dantis tamsesnius nei jie realiai yra.

1.1. lentelė. **Baigiamajame darbe demonstruojami studijų programos rezultatai**

Studijų programos rezultatai, demonstruojami ir į rodomi baigiamajame darbe	Baigiamojo darbo struktūros dalis
Žinios ir jų taikymas	
<p><i>Žinios:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bendrąją žmogaus, burnos ir dantų anatomiją, fiziologiją, amžiaus tarpsnių psichologiją, pagrindinių gyvybinių funkcijų normą ir patologiją. 2. Odontologinių ligų atsiradimo priežastis ir veiksnius, užtikrinančius burnos organų sveikatą.. 	<p>Mokslo informacijos šaltinių analizė</p> <p>Mokslo informacijos šaltinių analizė</p>
Gebėjimai vykdyti tyrimus	
<p>Gebės rinkti ir interpretuoti epidemiologinius duomenis, organizuoti ir vykdyti taikomuosius tyrimus.</p>	<p>Tyrimų rezultatai ir jų analizė</p>
Specialieji gebėjimai	
<p><i>Gebės:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Įvertinti paciento bendrąją, burnos ir dantų būklę. 2. Atlikti burnos priežiūros procedūras, parinkti burnos priežiūros priemones ir metodus. 3. Mokyti išsaugoti ir stiprinti sveikatą, vykstant nuolatinei kaitai. 	<p>Tyrimų rezultatai ir jų analizė</p> <p>Tyrimų rezultatai ir jų analizė</p> <p>Mokslo informacijos šaltinių analizė</p>
Socialiniai gebėjimai	
<p>Gebės bendrauti ir bendradarbiauti su sveikatos priežiūros ir kitais specialistais, vadovaujantis profesinės etikos nuostatais.</p>	<p>Tyrimo metodika ir organizavimas, bei tyrimų rezultatai ir jų analizė</p>
Asmeniniai gebėjimai	
<p>Gebės mokytis vykstant nuolatinei kaitai.</p>	<p>Įvadas, mokslo informacijos šaltinių analizė, tyrimo metodika ir organizavimas, bei tyrimų rezultatai ir jų analizė</p>

2. SUAUGUSIŲ ŽMONIŲ DANTŲ SPALVOS POKYČIŲ TEORINĖ PARADIGMA

2.1. Žmonių dantys ir jų atspalviai

Dantys (lot. dentes) – burnos organas. Sudarytas iš burnoje išsikišusios matomos dalies – danties vainiko, trumputės tarpinės dalies – danties kaklelio ir šaknies, kuri yra įsiterpusi viršutinio bei apatinio žandikaulio dantų alveolėse. Dantys sudaryti iš dentino, danties vainikas padengtas emaliu, kaklelis ir šaknis – plonu cemento sluoksniu. Žandikaulio duobutėse dantis tvirtai laiko jungiamojo audinio skaidulos, vadinamos periodontu, arba periodontiniais raiščiais. Danties ertmėje yra pulpa (kitai – danties minkštumas), kurioje gausu nervinių skaidulų ir kraujagyslių (Gedrimas V. ir kt., 2005). Suaugęs žmogus turi 32 nuolatinis dantis.

Sveiki, balti, taisyklingos formos, tvarkingai išsivystę ir išsidėstę žandikauliuose dantys daugiausia lemia individo veido išvaizdą. Dantų spalva - svarbi išvaizdos dalis. Įprastą baltą dantų spalvą formuoja melšvas, žalsvas ir rausvas emalio atspalviai bei nuo rausvo iki gelsvo atspalvių turintis po emaliu gulintis ir per emalį prasišviečiantis dentinas. Dantų spalva priklauso nuo amžiaus ir lyties ypatybių. Ji greitai kinta dėl žalingų įpročių (ypač rūkymo), sergant bendromis ligomis, dėl metalų, vaistų poveikio, apsinuodijus ir pan. Medžiagų apykaitos sutrikimai, dantų apnašos ir tam tikri sisteminiai veiksniai lemia danties audinių vystymosi sutrikimus ir jų spalvą. Į burną patekusios dažų ar kt. medžiagos įsiskverbia į dantų audinius ir taip pat lemia jų spalvą. Dantų spalva daugiausia priklauso nuo kietųjų audinių struktūros. Emalio ir dentino struktūra yra skirtinga, todėl jie skirtingai laužia į danties paviršių krentančius šviesos spindulius.

Baltų dantų atspalviai gana įvairūs. Kiekvieno danties, einant nuo dantenų iki kandamojo vainiko krašto, matomi individualūs spalvų kitimai. Vainiką ir kandamąjį kraštą (kramtomąjį paviršių) dengia storesnis emalio sluoksnis. Todėl jis atrodo baltesnis, skaidresnis. Danties kaklelio srityje, ties dantenomis, danties spalva dažnai būna šiek tiek tamsesnė, nes čia plonėja emalio sluoksnelis, būna storesnis dentino sluoksnis. Daugumos žmonių iltiniai dantys yra šiek tiek tamsesni už gretimus centrinius ar šoninius kandžius.

Jaunų žmonių dantys yra šviesesni. Jų vainikų emalis baltesnis, opalescuojantis, melšvai baltas. Kartais jaunų žmonių kandžių vainike matomos lygiagrečios matinės (baltos, skaidrios) juostelės atspindinčios emalio mineralizacijos eigą. Žmogui senstant dantų spalva keičiasi - kinta dantų audinių struktūra ir jų pralaidumas šviesai. Susidarant antriniam dentinui ir ryškėjant vainiko emalio nusitrynimo požymiams emalio sluoksnis plonėja, jo mineralizacija didėja, jis pasidaro skaidresnis, nusitrynimo paveiktas jo paviršius būna lygesnis, apsinuogina emalio ir dentino riba, mažėja šviesos spindulių sklaida. Be to, daugėja gelsvos ir pilkšvos spalvos antrinio dentino, todėl

vyresnio amžiaus žmonių dantys tamsėja arba pasidaro pilkšvesni. Ypač pakinta nusitrynusio danties vainiko paviršiaus emalio srities dentino spalva ties kandamuoju kraštu (kramtomuoju paviršiumi) (Ryliškytė M., 2016).

Senstant dantų paviršiuje daugėja mažųjų įtrūkimų, pro kuriuos į paviršinius danties audinių sluoksnius patenka balkšvos, gelsvos ar rudos pigmentinės medžiagos, dar daugiau keičiančios danties vainiko paviršiaus spalvą.

2.2. Suaugusio žmogaus dantų spalvos kitimo priežastys

Gražūs ir balti dantys - jaunystės, grožio simbolis. Dantų baltumą lemia daugelis veiksnių, dažnai manoma, jog daili ir balta šypsena yra gamtos dovana. Mūsų matomą dantų spalvą lemia šviesos, atspindinčios nuo danties paviršiaus kokybė ir kiekis. Todėl dantys atrodo baltesni tada, kai šviesos atspindžiui nėra trukdžių.

Tokiais trukdžiais virsta įvairios apnašos, senos patamsėjusios plombos ir emalio spalvos pakitimai, kurie sumažina šviesą atspindinčios danties dalies paviršių. Dantų spalvos pokyčius gali lemti daugelis priežasčių, tokių kaip tam tikrų vaistų vartojimas, netinkamas gydymas ir danties traumos, nuolat mūsų dantis veikiantys dažikliai, kurių gausu tam tikruose maisto produktuose, gėrimuose, kosmetikoje ir tabako gaminiuose.

Kaip teigia Rondon (2010), dantų spalva kinta, sąlygojant įvairiems veiksniams, ant dantų paviršiaus arba dantų audiniuose formuojasi dėmės, todėl kintą dantų spalva. Priežastys, lemiančios dantų spalvų pokyčius skirstomos į tris pagrindines grupes: išorines, vidines ir atsirandančias su amžiumi. (Rondon N., 2010).

2.2.1. Vidiniai dantų spalvos pokyčius lemiantys veiksniai

Daili, balta šypsena suteikia pasitikėjimo savimi ir laisvumo bendraujant, padeda atsikratyti komplekso šypsotis parodant dantis, galiausiai, neturėdamas, ko slėpti, individas gali tiesiog gerai ir patogiai jaustis visose gyvenimo situacijose. Suaugusio žmogaus sveikatos būklė gali atspindėti ne tik jo savijautoje, bet ir jo šypsenoje.

Vidiniai veiksniai, lemiantys emalio spalvos pakitimus, yra šie:

- padidėjęs skydliaukės veiklos aktyvumas (būdinga pieno baltumo dantų spalvos dėmelės);
- antinksčių hiperfunkcija (būdinga tamsiai geltona su rausvu atspalviu kramtomajame paviršiuje dantų spalvos pokyčiai);
- endeminė fluorozė (būdingos nuo šviesiai baltų iki tamsiai rudų danties paviršiaus dėmelių, priklausomai nuo pažeidimų);
- per ilgą geležies preparatų vartojimas (būdingas melsvas dantų atspalvis).

Esant vidiniams dantų spalvos pakitimo veiksniams reikėtų dantis ne tik balinti, bet ir spręsti jų spalvos pakitimą lemiančias priežastis t.y. atkreipti dėmesį į sveikatos būklę.

2.2.2. Išoriniai veiksniai lemiantys dantų spalvos pokyčius

Išoriniai dantų spalvos pokyčius sukeliantys veiksniai tiesiogiai susiję su tuo, kas patenka į individo burną iš išorės.

Vienas iš išorinių veiksnių - nepakankama burnos higiena. Dantų apnašose kaupiasi bakterijos, kurios minta angliavandeniais, gaunamais su maistu. Vietose, kur apnašos neišvalomos, gali atsirasti éduonies patamsėjusios dėmės. Kaip pažymi Ryliškytė (2010), prie apnašų dažniausiai tvirtinasi dažomosios medžiagos, kurios lengvai įsiskverbia į danties dentino kanalėlius. (Ryliškytė M., 2010).

Taip pat dantų spalvos kitimui įtakos turi tabako gaminiai. Dažnas tabako gaminių vartojimas gali sukelti daugybę įvairių burnos pažeidimų. Tabako sukeliamiems pažeidimams priskiriamos dantų dėmės, abrazijos. Vienas dažniausių rūkymo lemiančių pokyčių yra spalvos pokyčiai dantų kaklelių srityje. Cigaretėse esančios dervos bei kitos medžiagos, išsiskiriančios smilkstant cigaretei, nulemia dėmių, kurios kinta nuo tamsiai rudų iki juodų, atsiradimą. Dantų spalvos pokyčiai - estetinė problema. Besikaupiantis pigmentinis apnašas taip pat gali paskatinti dantų akmenų susidarymą. Rūkantiems pypkę arba naudojantiems kramtomąjį tabaką labai dažnai diagnozuojamas dantų nudilimas.

Dantų spalvos pokyčių atsiradimą gali paskatinti bruksizmas. Pasak, Jeneliūno (2009), bruksizmu vadinamas sutrikusi arba iškreipta dantų bei žandikaulių sistemos funkcija, kai susitraukinėjant kramtomiesiems raumenims, apatinių dantų paviršiai trinasi su viršutinių, sukeldami griežimą primenantį garsą. Kai dantys dažnai stipriai sukandami ne valgio metu, intensyviai dėvisi emalis. Dantims trinantis, nudyta emalis ar net dentinas. Prieškrūminiams ir krūminiams dantims nusidėvi gumburai, susiformuoja duobelės kramtomuosiuose paviršiuose. Esant dideliame kramtomųjų raumenų aktyvumui, pavieniai dantys gali įtrūkti ar net nulūžti, o vainikėliai gali suskilti. Ilgainiui dantyse prie dantėnų susiformuoja pleištiniai defektai, kurie yra labai jautrūs braukiant nagu ar valant dantų šepetėliu. Į bruksizmo procesą įtraukiami įvairūs dantys, tačiau labiausiai nukenčia iltys. Tai itin būdingas bruksizmo požymis. Atliktų tyrimų duomenimis, greičiausiai taip nutinka dėl to, kad iltys vadovauja apatinio žandikaulio šoniniams judesiams, o dantų griežimo metu būtent ir atliekami malamieji apatinio žandikaulio judesiai, per kuriuos šie dantys taip stipriai nudyta. Atsidengus dentinui į jį lengviau įsiskverbia dažomųjų maisto produktų pigmentai, kurie dažnai lemia dantų spalvos pokyčius. Ši problema yra palietusi

apie 8 – 10% visos žmonių populiacijos. Bruksizmas pasireiškia tiek suaugusiems tiek vaikams. Tačiau dažniau pasitaiko 25 – 44 metų amžiaus žmonėms. (Jeneliūnas T., 2009).

Norint išsaugoti baltą šypseną, vertėtų atkreipti dėmesį ne tik į ryškiaspalvius produktus, bet ir į maisto rūgštingumą. Rūgštūs patiekalai ir gėrimai, net jei ir neišsiskiria ryškia spalva, provokuoja dėmių atsiradimą ant dantų emalio, minkština dantų audinius ir daro juos imlesnius pigmentacijai. Rekomenduojama atsakingai vartoti maisto produktus, kurie, patekę ant rūbų, sunkiai išsiskalbia – būtent jie dažniausiai kenkia dantų spalvai. Vertėtų atkreipti dėmesį į šiuos maisto produktus turinčius nemažai rūgščių:

- Kava. Kavos rūgštingumas – gana didelis, todėl ji priskiriama vieniems iš stipriausiai dantų spalvą veikiančių gėrimų. Jos dažantį poveikį galima sumažinti atskiedus vandeniu ar pienu.
- Arbata. Arbata dažo dantis beveik taip pat stipriai, kaip ir kava, kadangi arbatoje gausu taninų. Vertėtų vengti tamsiųjų arbatos rūšių, dažniau rinktis žaliają, baltąją ar žolelių arbatą.
- Raudonas vynas. Tamsiai raudona vyno spalva ir jame esantys taninai kenkia dantų spalvai. Po vyno vartojimo - išsiskalauti burną vandeniu ar burnos skalavimo skysčiu.
- Gazuoti vaisvandeniai. Šiuose gėrimuose esanti citrinos rūgštis ardo paviršinį dantų emalio sluoksnį, dažikliai lengviau įsigeria į dantų audinius. Taip pat, tokiuose gėrimuose esantis cukrus provokuoja ėduonies atsiradimą.
- Vaisių sultys. Bet kokios sultys, ypač tamsios spalvos (pavyzdžiui, vynuogių ar juodųjų serbentų), dažo ir liežuvį, ir dantų emalį.
- Saldainiai ir vaisiniai ledai, kieti saldumynai. Dažnai jų sudėtyje yra sintetinių dažiklių, kurių dalelės patenka į dantų emalio poras. Rekomenduojama becukrė kramtomoji guma be dažiklių, o saldainiai ir ledai kuo natūralesni, be ryškių spalvų.
- Balzamo actas ir sojos padažas. Tamsios spalvos padažai, taip pat gali palikti dėmes ant dantų. Siekiant išvengti dantų spalvos pokyčių – vertėtų rinktis šviesesnius variantus, pavyzdžiui, ryžių actą arba citrinos sultis.
- Pomidorų sultys ir pomidorų padažas. Pomidorų pagrindu pagaminti padažai turi ir daug rūgšties, ir natūralaus raudono pigmento – kenkiančio dantims.
- Uogos. Dantis labiausiai dažo mėlynės, vyšnios, gervuogės, avietės. Jų pavartojus rekomenduojama praskalauti burną vandeniu.
- Burokėliai. Šiose daržovėse yra itin stiprių natūralių dažomųjų medžiagų. Burokų sultys šiuo atžvilgiu veikia dar stipriau nei patys burokėliai – juose chromogenų koncentracija itin didelė. Užvalgius burokėlių arba išgėrus jų sulčių, rekomenduojama nedelsiant išsivalyti dantis – taip išvengsite pigmentinių dėmių.

- Karis. Šis indiškasis prieskonis suteikia vaiskiai geltoną spalvą ant dantų. Užvalgius maisto su kario prieskoniais patartina išsiskalauti burną, o dar geriau – išsivalyti dantis.

Dar keletas išorinių svarbių veiksnių lemiančių dantų spalvos pokyčius – vaistai, burnos skalavimo skysčiai. Kai kurie burnos skalavimo skysčiai netgi gali nudažyti dantų apnašas. Taip nutinka dėl skalavimo skystyje esančio chlorheksidino gliukonato - antiseptiko, kurio paskirtis yra naikinti bakterijas ir dantų akmenis, sukeliančius blogą burnos kvapą. Tačiau reguliariai patekdamas ant dantų chlorheksidinas gali ant emalio palikti rudų dėmių. Taip nutinka dėl tam tikros cheminės reakcijos. "Jis gali nudažyti dantų apnašas per maždaug 10 naudojimo dienų, nes reaguoja su maisto priedais, kurių likučių gali būti dantų apnašose" (Ryliškytė M., 2016).

„Labiausiai kenkia taninai (konservantai), kurių yra kokakoloje, arbatoje, kavoje ir raudonajame vyne", - aiškina profesorius Seymour (2010).

Dantų spalvą taip pat keičia tam tikrų medikamentų vartojimas. Pasak, Kadam (2008) dantų spalvai įtakos gali turėti vaistai nuo kai kurių ligų, kuriuos vartojant pakinta seilių sudėtis ir kiekis. Tai skatina greitesnę dantų apnašų susidarymą, mažiną natūralų dantų apsivalymą, priklausant nuo medikamentų sudėties ir savybių pakinta dantų atspalvis. Vaistuose esantys metalo junginiai taip pat gali prisidėti prie dantų spalvos pokyčių, pvz., vaistuose esantis Fe (geležis), Mn (manganas) gali lemti tamsių dėmių ant danties atsiradimą. Dantų spalva kinta dėl to, kad ant danties paviršiaus arba jo audiniuose formuojasi dėmės. Didelę įtaką turi šie vaistai:

- Opioidai.
- Analgetikai.
- NVNU (nesteroidiniai vaistai nuo uždegimo).
- Anticholinerginiai preparatai.
- Antihistamininiai preparatai.
- Antidepresantai.
- Selektyvūs serotonino inhibitoriai.
- Tricikliai ir heterocikliai antidepresantai.
- Atipiniai antidepresantai.
- Antihipertenziniai preparatai.
- Diuretikai.
- Miorelaksantai.
- Raminamieji/anksiolitikai.

Apibendrinus galima teigti, kad išorinės priežastys, sukeliančios suaugusio žmogaus dantų spalvos pokyčius – nepakankama burnos higiena, tabako gaminiai ir tabakas, medikamentai,

bruksizmas, maisto produktai ir juose esančios rūgštys, dažikliai ir konservantai. (Kadam A. ir kt., 2008)

2.2.3. Dantų spalvos pokyčių priežastis, atsiradusi dėl amžiaus

Kiekvieno dantų spalva labai individuali, ji priklauso nuo emalio storio. Kuo jis plonesnis, tuo danties spalva tamsesnė, nes išryškėja geltona, natūrali vidinio dantų sluoksnio (dentino) spalva. Emalio storį apsprendžia genetika, be to su amžiumi jis plonėja, dantys dyla.

2.3. Dantų spalvos atgavimo galimybės

Kaip pažymi Karadas ir Seven (2014), kai dantų spalva yra pakitusi dėl išorinių priežasčių - ant emalio paviršiaus susidariusių dėmių arba prie jo prisitvirtinusių pigmentinių apnašų, dantų spalvai atgauti paprastai naudojamos individualios burnos higienos priemonės, t.y. balinanti dantų pasta arba profesionalios burnos higienos priemonės - dantų poliravimas. Svarbu pažymėti, kad yra atvejų, kai balinamųjų pastų sudėtis papildoma vandenilio peroksidu, įvairiomis rūgštimis, natrio rūgščiuoju karbonatu (soda) arba kitomis abrazyviomis medžiagomis. Jos mechaniškai gerai nuvalo pigmentinį apnašą nuo danties paviršiaus, bet jas naudojant ilgesnį laikotarpį, gali būti pažeistas paviršinis emalio sluoksnis: jis išplonėja dėl nuolatinio šlifavimo poveikio, ypač kai naudojamas kietas arba elektrinis dantų šepetėlis (Karadas M. ir kt., 2014).

Delfino ir kt. (2009) pažymi, kad naudojamos tam tikros naminės dantų balinimo priemonės, pvz., namie dantis balinti su soda, citrinų sultimis, uogomis, vandenilio peroksidu, medžio pelenais. Kaip pabrėžia minėti autoriai, šių balinimo priemonių taikymas taip pat reikalauja tam tikrų žinių bei atsargumo kaip ir balinimas cheminėmis priemonėmis. Naminėmis priemonėmis dantis reikia balinti po truputį, mažais priemonės kiekiais, siekiant patikrinti, ar jos nesukelia dantų jautrumo arba dantenų dirglumo.

Vienas populiariausių šiuolaikinių dantų spalvos atgavimo būdų yra cheminis dantų balinimas, apibūdinamas oksidacijos - redukcijos procesu, kuriame oksiduojamosios medžiagos yra laisvieji radikalai. Pastarieji turi nesuporuotus ir lengvai besiredukuojančius elektronus, o šie pakeičia audinių spalvą.

Dantų balinimo procedūros klasifikuojamos į odontologijos kabinete atliekamas bei namuose atliekamas balinimo procedūras. Dantų balinimą atliekant odontologijos kabinete, naudojamas vandenilio arba karbamido peroksidas. Vandenilio peroksido koncentracija negali viršyti 6 proc. – tai atitinka 20 proc. karbamido peroksido. Tačiau rinkoje yra balinamųjų medžiagų, kur karbamido peroksido koncentracija siekia 35 proc.

Balinamosios medžiagos aktyvinimui naudojamas lazeris arba specialios lempos. Šviesos šaltiniai, naudojami dantų balinimui, greitina balinimo procesą, tačiau šiame procese išskiriama

šiluma gali pažeisti danties pulpą. Dantų balinimo proceso pagrindas - oksidacijos reakcija, kurios metu vandenilio arba karbamido peroksidas, įsiskverbdamas į pakitusios spalvos danties emalį ir dentiną, atpalaiduoja pigmentą prisijungusias molekules. Reakcijos metu sudėtinės organinės molekulės, pasižyminčios dideliu molekulinio svoriu, bei atitinkamo šviesos ilgio bangų atspindėjimu, lėtai skyla į mažesnio molekulinio svorio molekules, kurios mažiau atspindi šviesą, todėl dantys šviesėja (Delfino C. S. ir kt., 2009).

Jau sukurta įvairių priemonių, skirtų balintis dantis namuose. Vienos dažniausiai šiuolaikinėje visuomenėje naudojamų dantų balinimo namuose priemonių yra kapos. Kaip teigia Fang (2013), kapos pagaminamos individualiai. Į kapos talpinamos balinamosios medžiagos, kurių koncentraciją parenka gydytojas odontologas (Fang G., 2013).

Dantų balinimo namuose priemonėmis priskiriamas balinimas juostelėmis, pieštukais. Kaip pažymi Karadas ir Seven (2014) šiose dantų balinimo priemonėse yra saugios balinimo medžiagos, dantų paviršiuje skylančios į vandenį bei laisvąjį deguonį. Aktyvus laisvasis deguonis skaido pigmentuotas organines jungtis į mažesnes, bespalves jungtis. Remiantis minėtais autoriais, juostelės, pieštukai yra vienos saugiausių dantų balinimo namuose priemonių, nes jose yra pakankamas efektyviam poveikiui balinamojo gelio ir koncentracijos kiekis. Jei dantų balinimo priemonėse yra per didelė veikliosios medžiagos koncentracija, gali būti pažeisti arba sudirginti kietieji bei minkštieji burnos audiniai.

Apibendrinus galima teigti, kad nesvarbu, kurį balinimo būdą individas pasirenka (balinimas namuose ar atliekamas odontologiniame kabinete) būtina atkreipti dėmesį, kad į dantų balinamąsias priemones įeina tam tikros cheminės medžiagos, kurių netinkamas vartojimas gali pakenkti sveikatai, sudirginti audinius, balinimo metu minkštėja danties, bei plombų paviršiai, dėl šios priežasties dantys įgauna tamsesnį atspalvį, todėl dantų balinimo ciklą vertėtų kartoti kuo rečiau. Negalima per dažnai balinti dantų, būtina domėtis balinimo priemonių sudėtimi (Karadas M. ir kt., 2014).

2.4. Dantų spalva ir spalvos nustatymas

2.4.1. Spalvos suvokimas.

Kaip teigia Kauno medicinos universiteto dėstytojai Gedrimas ir kt. (2005), spalva (kaip ją suvokia akis) yra absorbcijos ar atspindžio rezultatas. Absorbcijos metu balta šviesa praeina pro filtrą. Tos spalvos, kurios pro ją praeina ir pasiekia akį, suvokiamos kaip filtro spalvos. Atspindžio atveju, esant kietiems kūnams, spalva, kurią mes matome, yra spektro dalis, atsispindinti atgal į akį (Gedrimas V. ir kt., 2005).

Vadovaujantis Gedrimo (2005) mokomąja medžiaga, patekusi į akį šviesa stimuliuoja

tinklainės fotoreceptorius (kolbeles ir lazdeles). Energija fotocheminės reakcijos metu paverčiama nerviniais impulsais ir regos nervu nešama į smegenų žievės pakaušio skiltį. Lazdelės skiria šviesumą ir ryškumą. Kolbelės skiria spalvą ir jos sodrumą. Jei šviesos šaltinis turi visas spektro spalvas, atsiranda tikrasis vaizdas. Jei šviesos šaltinyje trūksta kokios nors spalvos, pasirodo klaidingas vaizdas (Gedrimas V. ir kt., 2005).

2.4.2. Šviesos apibūdinimas

Anot M. Faradėjaus, šviesa - matoma elektromagnetinė energija, kurios bangų ilgis matuojamas nanometrais (nm). Akis yra jautri tik matomai elektromagnetinio spektro daliai 380-750 nm diapazone.

Metamerija – fenomenas, kai dvi skirtingos spalvos esant vienam apšvietimui atrodo kaip identiška, o kitam – kaip nesuderinamos spalvos. Spalva gali būti išgaunama keliais būdais. Ji būna gryna arba kitų dviejų spalvų mišinys (pvz., gryna žalia atitinka mėlynos ir geltonos mišinį). Gryna žalia spalva atspindi šviesą žalioje regimosios šviesos juostoje, o žalios spalvos mišinys atspindi šviesą regimosios šviesos mėlynoje ir geltonoje juostose vienu metu. Jei spalvos bus apšviečiamos visų spalvų spektro šviesa, jos atrodys panašios. Tačiau jei jos bus apšviečiamos šviesa, neturinčia mėlynos juostos, dvi spalvos atrodys skirtingai. Gryna žalia vis tiek atrodys žalia, bet mišinys atrodys geltonas, nes be mėlynos juostos apšvietimo mėlyna spalva nebus matoma. Metamerija apsunkina restauracijų spalvų parinkimą (asu.lt alt., 2018. Šviesos bangos ilgio matavimas. Difrakcinė gardelė).

Spalvos raktas (žr. pav. 2.4.2.3) gali atitikti esant ryškiam odontologo lempos apšvietimui, parenkant tinkamą danties atspalvį pacientui, bet nesiderinti, kai šviečia dienos šviesos lempa. Svarbu išmanyti atspalvių parinkimo metodus ir gebėti naudotis pagalbinėmis priemonėmis, tokiomis kaip dantų atspalvių skalės (VITOS raktas žr. pav. 2.4.2.3), kolorimetras arba spektrofotometras.

2.4.3. Veiksniai lemiantys atspalvio parinkimą

Kaip teigia Karamouzos ir kt. (2007 m.), tikslus danties atspalvio parinkimas – tai sudėtinga, žinių ir net individualių gydytojo savybių reikalaujanti procedūra.

Spalvos matymui įtakos turintys elementai:

1. *Šviesos šaltinis.* Norint pamatyti spalvą, šviesa turi būti šviesi ir kiek galima daugiau imituoti natūralų apšvietimą. Spalvą geriausia nustatyti naudojant tris šviesos šaltinius. Odontologijos kabinete paprastai yra trijų rūšių apšvietimas: išorinė dienos šviesa, sklindanti pro langą; ryškus reflektoriaus (odontologinės lempos) apšvietimas; šaltas baltas die-

nos šviesos lempų apšvietimas iš viršaus. Spalva, kuri geriausiai tinka esant visiems trimis apšvietimams, yra tinkamiausia.

2. *Šviesos kiekis.* Mažėjant šviesos kiekiui, mažėja galimybė pamatyti spalvą. Viso spektro šviesa turi spinduliuoti tinkamus bangų ilgius, šiltą koloritą ir intensyvumą.
3. *Akies jautrumas.* Pacientas turi būti stebimas akių lygyje, kad dirbtų jautriausia spalvoms tinklainės dalis. Spalva turi būti parenkama greitai, dedant spalvos pavyzdį prie lūpos šalia danties. Taip garantuojamas danties fono ir spalvos pavyzdžio atitikimas. Tai labai svarbu tiksliai nustatant spalvą. Reikia įvertinti akies nuovargį, ypač jei yra ryškus apšvietimas. Prieš pat spalvos nustatymą akys atpalaiduojamos žiūrint į pilkai melsvą paviršių, nes taip išlaikomi pusiausvyroje tinklainės spalvos receptoriai, o akis vėl tampa jautri danties geltonai spalvai. 5 sekundes žiūrint į dantį ar spalvų raktą akis akomodojasi ir tampa šališka. Jei žmogus žiūri į kurią nors spalvą ilgiau kaip 5 sekundes ir nusuka žvilgsnį į baltą paviršių ar užsimerkia, atsiranda papildančios spalvos vaizdas. Šis fenomenas (spalvos jautrumas) neigiamai veikia spalvos pasirinkimą. 14 proc. vyrų neskiria vienos ar daugiau spalvų. Tarp moterų daltonizmas pasitaiko retai.
4. *Spalvos suvokimas smegenyse.* Spalva turi būti ne tik matoma, bet ir suvokiama. Kiekvienas receptoriaus stimuliacijos iškreipimas sukelia netikslumų. Todėl šviesa turi būti pastovi ir prižiūrima, stebėjimo sąlygos standartizuotos, o akys bei smegenys treniruojami.
5. *Danties optinės savybės.* Natūralūs dantys yra pusiau skaidrūs. Visa įeinanti šviesa yra atspindima (šviesos refrakcija). Peršviečiamumo dydis priklauso nuo emalio ir dentino struktūros bei storio. Dentinas yra pirmasis šviesos šaltinis, o emalis reguliuoja šviesumą. Dantys, kurių spalva nustatoma, turi būti švarūs. Spalvos parinkimas turi būti atliekamas paciento vizito pradžioje, nes dantims sausėjant didėja jų ryškumas (šviesumas).
6. *Danties padėtis ir aplinka.* Spalvos interpretaciją veikia kabineto sienų, paciento ir gydytojo rūbų spalva, paciento servetėlė, lūpų dažai ir odos spalva. Neutralizuojant šiuos faktorius akies gebėjimas matyti geltonai oranžinę spalvą pagerina spalvos nustatymą. Taip pat Karamouzos nustatė, kad viduriniame danties trečdalyje gydytojais tiksliausiai parenka danties spalvą. (Karamouzos A., 2007)

2.4.4. Dantų spalvos apibūdinimas ir Vita Lumin vacuum spalvų raktas

1915 m. Albertas Henris Munsellis sukūrė spalvą apibūdinančią sistemą, kuri yra pavyzdinė ir šiandien. Šioje sistemoje spalva dalijama į tris parametrus: atspalvį, sodrumą, ryškumą.

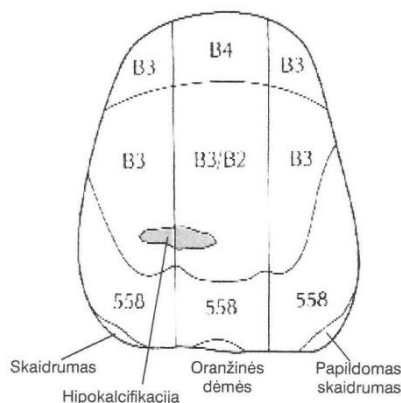
Rekomenduojamas protokolas:

- Tono parinkimas. Tinkamiausia sritis tonui nustatyti yra kaklelinis ilčių trečdalis.
- Pagal toną parenkamas sodrumas.
- Skaidrumui nustatyti dažniausiai naudojamas papildomas spalvų raktas. Rekomenduojama tai daryti atsitraukus nuo paciento ir primerkus akis, kad būtų sumažintas šviesos, pasiekiančios tinklainę, kiekis. Tokiu būdu sumažinama kūgelių stimuliacija ir aktyvinamos lazdelės, kurios padeda diferencijuoti achromatinius skirtumus.

Pasak Dudea (2016), atspalvis apibūdinamas atspindėtos šviesos bangų ilgiu. Jis priklauso nuo dentino. Spalvos sodrumas – kita atspalvio subtilybė. Tai atspalvio atskiedimas ar prisotinimas nuo blyškaus iki sodraus. Ryškumą apibūdina nuo danties atspindėtas šviesos kiekis. Jis dar vadinamas skaisčiu ar šviesumu. Ryškumas matuoja pilką skalę – nuo juodo (mažas ryškumas) iki balto. Emalio storis ir bruožai veikia šviesumą. Dantys storu emaliu yra tamsesni, nes pilkas emalio sluoksnis slepia po juo esantį šviesesnį dentiną.

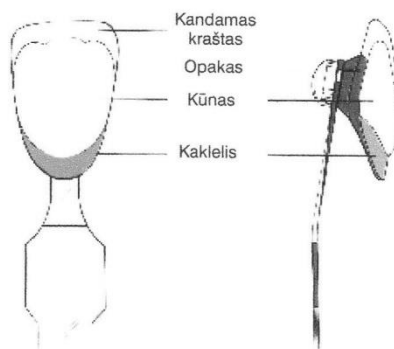
Dantys turi ketvirtą spalvos dydį – išskirtinumą. Išskirtinos spalvos yra koncentruotos spalvos vietos daugelio dantų dentine, besiskiriančios nuo bendros spalvos. Jos dera prie pagrindinės dentino spalvos. Matomas galutinis rezultatas per emalį. Išskirtinos spalvos neatitinka jokių taisyklių ir modelių, atsiranda skirtingose dentino vietose ir parodo įvairias spalvas esant skirtingoms koncentracijoms.

Todėl net ir tiksliai nustačius spalvą rekomenduojama spalvos pasiskirstymo schema (2.4.2.1 pav.). Dantis suskirstomas į tris sritis: cervikalinę, vidurinę ir incizalinę. Jose pažymimos atitinkamos spalvos ir individualios charakteristikos (hipokalcifikacija, smulkūs įtrūkimai, peršviečiamumas, dėmės, spalvos išblukimas).



2.4.2.1 pav. Danties atspalvių pasiskirstymo schema

Kiekviena individuali spalvos dimensija turi būti matuojama atskirai. Dantų spalvų raktas turi daug reikiamos informacijos. Kiekvienas rakto spalvos pavyzdys turi opakinę, kaklelio, vainiko bazės ir kandamojo krašto spalvą (2.4.2.2 pav.).



2.4.2.2 pav. Atspalvių pasiskirstymo schema

Parenkama ta spalva, kuri geriausiai atitinka dantį. Paplitusiame *Vita Lumin vacuum* spalvų rakte to paties atspalvio pavyzdžiai yra sugrupuoti į A, B, C, D spalvų šeimas (2.4.2.3 pav.).



2.4.2.3 pav. Vita Lumin vacuum spalvų raktas

Nustatyti atspalvį gana sunku. Kai gretimų dantų sodrumas yra nedidelis, tai atspalvis nustatomas pagal didžiausią sodrumą turinčią sritį (t. y. cervikalinę ilčių sritį). Nustačius atspalvį parenkamas tinkamiausias sodrumas. Tam reikia palyginti atitinkamos šeimos (A, B, C, D) intensyvumą. Pertraukose rekomenduojama žiūrėti į mėlyną paviršių, siekiant išvengti tinklainės kolbelių nuovargio. Pabaigoje nustatomas ryškumas, naudojant spalvų raktą, kuriame pavyzdžiai išdėstyti pagal mažėjantį šviesumą: B1, A1, B2, D2, A2, C1, C2, D4, A3, D3, B3, A3.5, B4, C3, A4, C4 (3 pav.).

Pridėjus antrąjį spalvų raktą prie paciento dantų, nustatoma, ar danties ryškumas patenka į turimo rakto ribas. Dėmesys kreipiamas į to atspalvio sritį, kuri geriausiai atitinka danties ryškumą, ir kaip ta sritis suderinama su danties atspalviu bei sodrumu. Ryškumas geriausiai nustatomas šiek tiek atsitraukus nuo paciento kėdės ir primerkus akis. Primerkus akis sumažinamas šviesos kiekis, patenkantis į tinklainę. Kolbelių stimuliacija sumažinama, ir padidėja jautrumas bespalvėms sąlygoms. Primerkus akį stebima, kas išnyksta iš vaizdo anksčiau – dantis ar spalvos pavyzdys. Tas, kuris pamažu išnyksta pirmas, yra mažesnio ryškumo.

Nustačius ryškumą, reikia nuspręsti, ar pakeisti prieš tai nustatytą spalvos pavyzdį. Jei atskirai nustatant ryškumą jis yra mažesnis už pasirinkto atspalvio ir sodrumo pavyzdžio ryškumą – reikia keisti nustatytą spalvos pavyzdį, nes paviršiaus ryškumo didinimas, pridėdam dažų ant paviršiaus (tai visada sumažina šviesumą), negalimas. Jei ta reikšmė yra didesnė už atspalvio reikšmę, reikia nuspręsti, ar galima esantį skirtumą išlyginti vidinio ar paviršinio dažymo būdu (Dude D. ir kt., 2016).

Literatūrinės dalies išvados:

Išanalizavus literatūroje pateiktą informaciją, galima teigti, kad dantų spalva kinta dėl įvairių veiksnių, kurie skirstomi į tris grupes – vidines priežastis, išorines ir priežastis atsiradusias dėl žmogaus amžiaus. Išoriniai dantų spalvos pokyčių veiksniai - nepakankama burnos higiena, tam tikrų maisto produktų, tabako, burnos skalavimo skysčių, medikamentų vartojimas. Vidinės priežastys, kurios lemia pakitusią dantų spalvą yra suaugusio žmogaus sveikatos būklė, persirgtos ar sergamos ligos. Dantų spalva dažniausiai priklauso nuo kietųjų audinių struktūros.

Emalio ir dentino struktūra yra skiriasi, todėl jie skirtingai laužia į danties paviršių krentančius šviesos spindulius. Norint tiksliai parinkti danties atspalvį, rekomenduojama pasirinkti tinkamą apšvietimą, neutralią kabineto spalvą, optimalų atstumą nuo gydytojo akių iki danties, kuris turėtų būti lygus ištiestos rankos ilgiui, atlikti specialų dantų paruošimą juos poliruojant ir pasirinkti tinkamiausią danties vietą. Kiekvienas dantis turi individualius spalvų kitimus, einančius nuo dantenų kandamojo vainiko krašto link. Dantų spalvai nustatyti, paprasčiausia ir daug investicijų nereikalaujanti priemonė – atspalvių raktas. Populiariausios ir daugiausia praktikoje naudojamos VITA Cassic ir VITA- 3D Master skalės.

Norint turėti gražią šypseną, yra atliekamos balinimo procedūros. Balinti dantis galima namie, bei odontologijos kabinete. Namie galimos naudoti dantų balinimo priemonės yra balinamosios dantų pastos, juostelės, pieštukai, kapos, taip pat natūralios balinimo priemonės: balinimas soda, uogomis ir kt. tuo tarpu odontologijos kabinete dantų balinimui naudojamos cheminės medžiagos – vandenilio arba karbamido peroksidas. Nesvarbu kurį balinimo būdą individas pasirenka (balinimas namuose ar atliekamas odontologiniame kabinete) būtina atkreipti

dėmesį, kad į dantų balinamąsias priemones įeina tam tikros cheminės medžiagos, kurių netinkamas vartojimas gali pakenkti sveikatai, sudirginti audinius.

3. TYRIMO METODIKA, METODOLOGIJA IR TYRIMŲ ANALIZĖ

Šioje darbo dalyje bus pristatyta atlikto anketinio tyrimo „Šiaulių miesto aktorių dantų spalva ir jos vertinimas“ metodologija, pasirinkimo kriterijai, aptarta tyrimo strategija, argumentuotas pasirinkto tyrimo būdas bei pristatyti išanalizuoto anketinio tyrimo rezultatai ir pateiktos išvados. Taip pat darbe bus pristatytas Šiaulių miesto aktorių objektyvus bei subjektyvus dantų spalvos vertinimo palyginimas, pateiktos išvados.

3.1. Respondentų atranka

Galutinė tyrimo imtis – 40 respondentų. Tiriamųjų skaičių lėmė tai, jog Šiaulių mieste oficialiai dirba ir savo veiklą deklaruoja 45 profesionalūs aktoriai, dirbantys Šiaulių dramos teatre bei Šiaulių vaikų teatre „Birbironas“. Norint, kad apklausos rezultatai atspindėtų visų tiriamųjų nuomonę su pasirinkta tikimybe (95%) bei 5% paklaida, gautas imties dydis – 40 respondentų. Pagrindinės imties demografinės charakteristikos nurodytos lentelėje (žr. 1.5.1 lentelė). Buvo apklausti atsitiktinai parinkti Šiaulių miesto profesionalūs aktoriai.

3.2. Taikytų metodų pagrindimas ir tyrimų organizavimas

Remiantis Čekanavičiumi ir Murausku (2003), darbe buvo naudota kiekybinio tyrimo strategija, anketinė apklausa raštu (žr. 2 priedas). Analizuojant kiekybinių tyrimų duomenis taikyta aprašomoji statistika. „Tai duomenų sisteminimo ir grafinio vaizdavimo metodas, kuris leidžia daryti pagrįstas išvadas apie dantų spalvą ir jos vertinimą. Pasirinktas metodas yra vienas iš populiariausių ir plačiausiai taikomas kiekybinių tyrimo metodų. (Čekanavičius V., Murauskas G., 2003).

Tyrimas vyko dviem etapais.

Pirmas etapas - anketinė apklausa - vykdytas 2018 metų kovo mėnesį Šiaulių dramos teatre. Anketos buvo išdalintos Šiaulių valstybiniame dramos teatre dirbantiems aktoriams. Apklausa pateikta anketos forma, kurioje klausimynas buvo suskirstytas diagnostiniais blokais pateiktais tyrimo instrumentarijuje (žr. priedas 1). Anketa sudaryta iš 18 klausimų, pagal išanalizuotus mokslinius informacinius šaltinius. Anketa – anoniminė, todėl respondentai, kurie dalyvavo apklausoje (viso 40 respondentų) buvo atsitiktiniai ir jų suteikta informacija naudojama tik statistinei analizei. Apklausos duomenų statistinė analizė atlikta naudojant Microsoft Office Excel programą. Kadangi respondentų imtis nedidelė (40 respondentų) – pasirinkta programa leido lengvai ir kokybiškai apdoroti gautus duomenis.

Antrasis etapas vyko Šiaulių valstybinėje kolegijoje, burnos higienos kabinete 2018 m. balandžio mėnesį. Šiame etape buvo atliktas aktorių objektyvus ir subjektyvus dantų spalvos vertinimas bei palyginimas. io tyrimo metu dalyvavo 13 atsitiktinai atrinktų profesionalių Šiaulių miesto aktorių (nedidelį tiriamųjų skaičių lėmė didelis užimtumas, nepalankus darbo grafikas bei pačių respondentų iniciatyvumo stoka), kurie buvo kviečiami po vieną į kabinetą, kur veidrodžio, natūralaus apšvietimo, dantalinės lempos ir VITA spalvų rakto pagalba, subjektyviai vertino savo dantų spalvą. Kiekvienam aktoriui įvertinus savo dantų spalvą, objektyvus vertinimas pagal nustatytą protokolą buvo atliktas burnos higienisto studento. Gauti duomenys pateikti kokybinio tyrimo - lyginamojoje analizėje (žr. poskyrį 3.4.).

3.3. Anketinio tyrimo duomenų analizė

Apklausa buvo sudaryta iš 18 klausimų susijusių su aktorių dantų spalvos ir jos vertinimo tema. Apklausoje dalyvavo 40 respondentų, kurie yra profesionalūs Šiaulių miesto aktoriai. Kiekybinio tyrimo metodu – apklausa, siekta sužinoti aktorių dantų spalvą ir jos vertinimą, ar jų pasirinkta specialybė turi tam įtakos. Į visus šiuos klausimus bus atsakyta darbo eigoje.

3.3.1 lentelė. Demografiniai apklausos rodikliai (sudaryta darbo autorės)

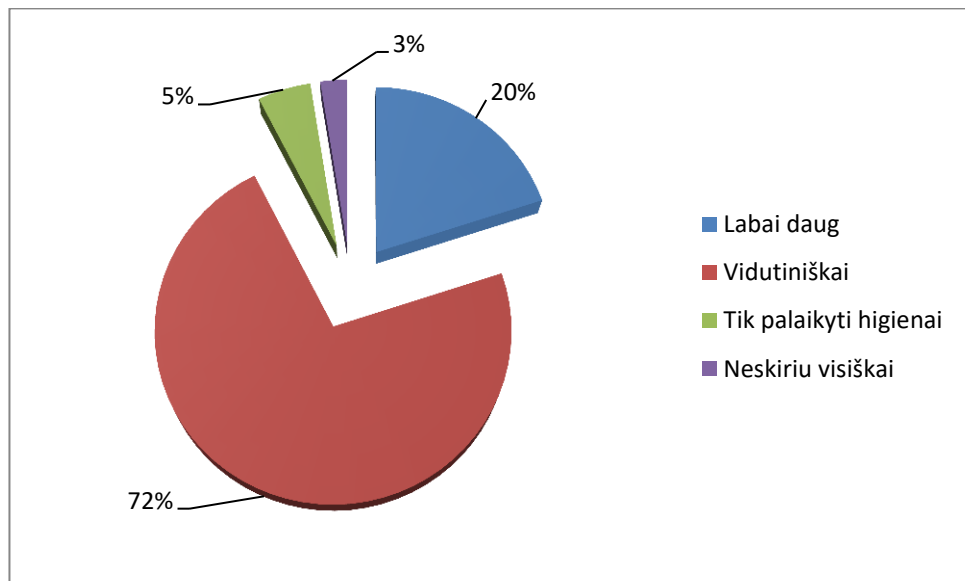
Rodiklis	Požymis	Respondentų sk.	Procentai
Lytis	Vyras	20	50%
	Moteris	20	50%
Amžius	18 – 25m.	6	15%
	26 – 30m.	14	35%
	31- 40m.	15	37%
	41- 50m.	4	10%
	51- 60m.	1	3%

Žvelgiant į demografinio bloko skirstinį (žr. 3.3.1 lentelė) – respondentų lyties pasiskirstymą (vyrų sudarė 50% , moterų - 50% apklaustųjų), galime daryti išvadą, kad apklausoje dalyvavę aktoriai yra vienodai suinteresuoti domėtis ir rūpintis savo burnos sveikata ir išvaizda.

Analizuojant amžiaus skirstinį (žr. 3.3.1 lentelė) galime daryti dvi išvadas: nepaisant to, kad pusė aktorių yra jauni (50%), o kita pusė - vidutinio amžiaus (50%) (anot Žukauskienės, žmogaus raidai priskiriamos 8 amžiaus pakopos, kurios išskirstytos pagal individo metus: jaunystės laikotarpis išskiriamas nuo 20-40 metų, o vidutinis amžius 41-65 metų (Žukauskienė R.,2008)), visi respondentai vienodai suinteresuoti prižiūrėti savo dantis, bei išvaizdą.

Antroji išvada tai, kad pusei apklausoje dalyvavusių respondentų (50%) dantų spalvos pokyčiams turi įtakos amžius, su amžiumi plonėja danties emalio sluoksnis, kuo jis plonesnis, tuo danties spalva tamsesnė.

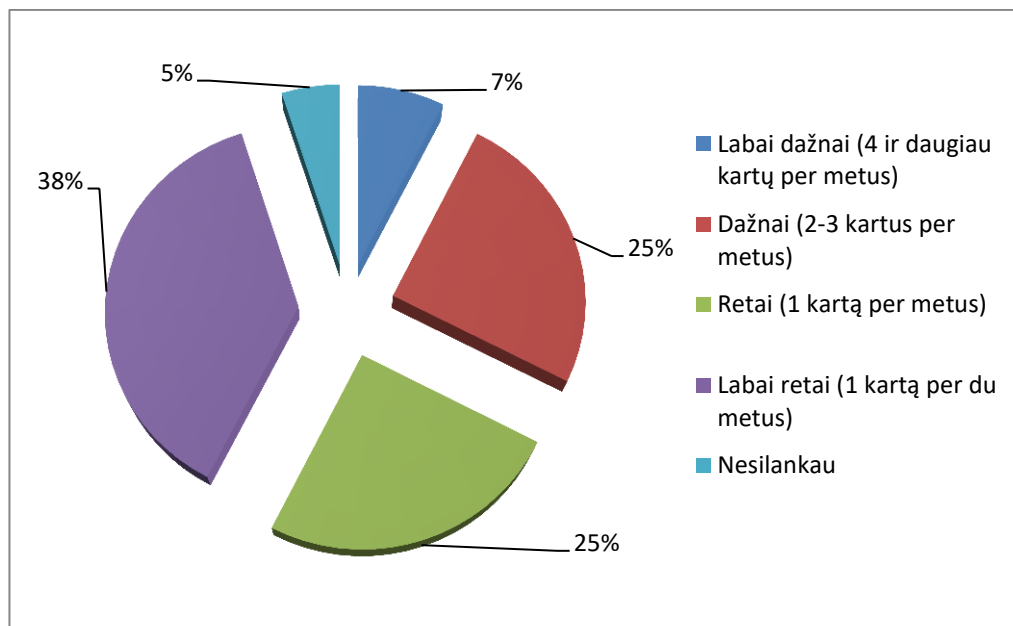
Apibendrinus galima teigti, kad apklaustieji aktoriai, nepaisant lyties ar amžiaus, savo burnos ir dantų išvaizdai skiria labai daug dėmesio, kuri yra vienas iš pagrindinių jų darbo instrumentų.



3. 3.1 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal dėmesio skirimą savo dantų priežiūrai, proc.

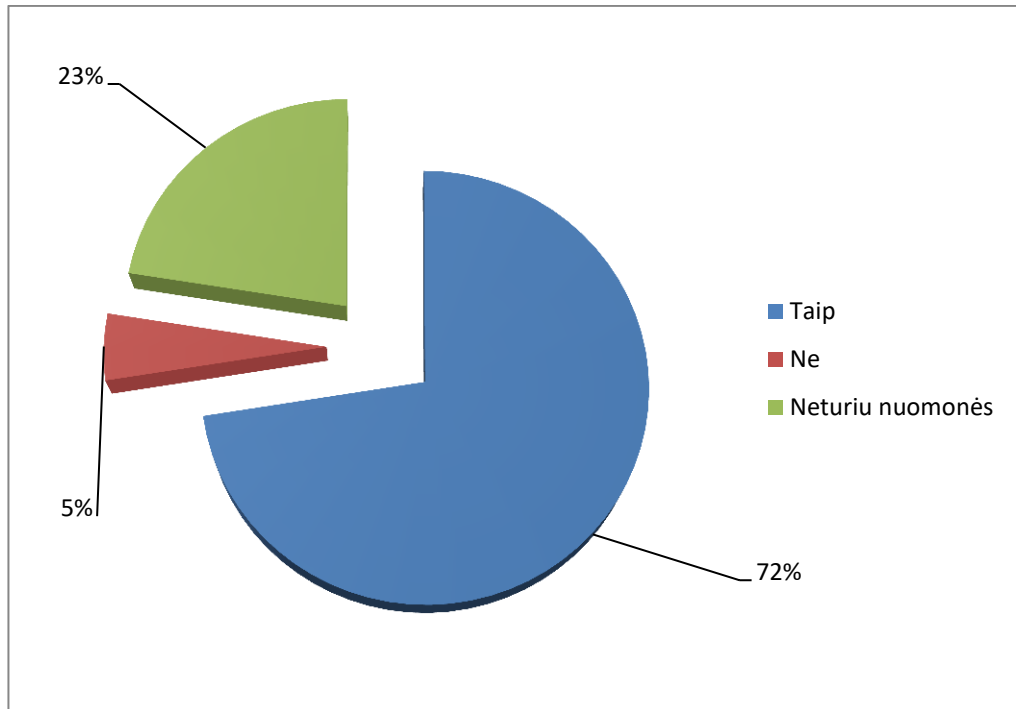
Klausimas apie skiriamą laiką dantų priežiūrai (žr. pav. 3. 3.1) parodė, kad 72 % aktorių dantų išvaizda rūpinasi vidutiniškai, 20 % apklaustųjų savo dantų priežiūrai skiria ypatingai daug dėmesio, 5% - palaikyti higienai, o 3% savo dėmesį skiria kitoms reikmėms nei dantų priežiūra.

Žinant koks sudėtingas ir daug pastangų bei laiko reikalaujantis darbas yra aktorystė, galima daryti išvadą, kad 92% apklaustųjų aktorių rūpi ne tik gaivus burnos kvapas, bet ir dantų spalva bei graži šypsena.



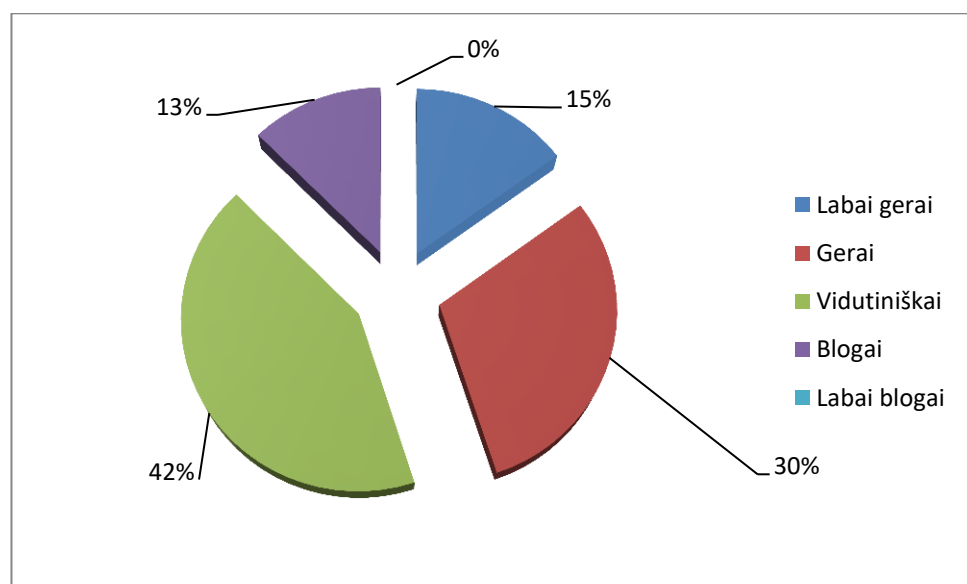
3.3.2 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal lankymosi dažnumą pas gydytoją odontologą, proc.

Dantų spalvos pokyčiams įtakos turi ir tai, kaip dažnai yra lankomasi pas burnos priežiūros specialistus. Apklausos metu siekta išsiaiškinti, kaip dažnai tyrime dalyvavę aktoriai lankosi pas odontologą ar burnos higienistą. Tyrimo duomenys atskleidė: 7% apklaustųjų labai dažnai (4 ir daugiau kartų per metus) lankosi pas odontologus ar burnos higienistus, 25% - dažnai (2-3 kartus per metus), 38% - labai retai (kartą per 2 metus), 25% - retai (1 kartą per metus), o 5% tiriamųjų visai nesilanko pas burnos specialistus. Nors atsakymo variantai pasiskirstę netolygiai, galima daryti išvadą, kad aktoriai pakankamai dėmesio skiria dantų priežiūrai ir pas odontologus lankosi bent kartą per metus - šito pakanka norint turėti sveiką šypseną.



3.3.3 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal reagavimą į išsakytas pastabas, pastebėjimus, siūlymus gyd. odontologo, proc.

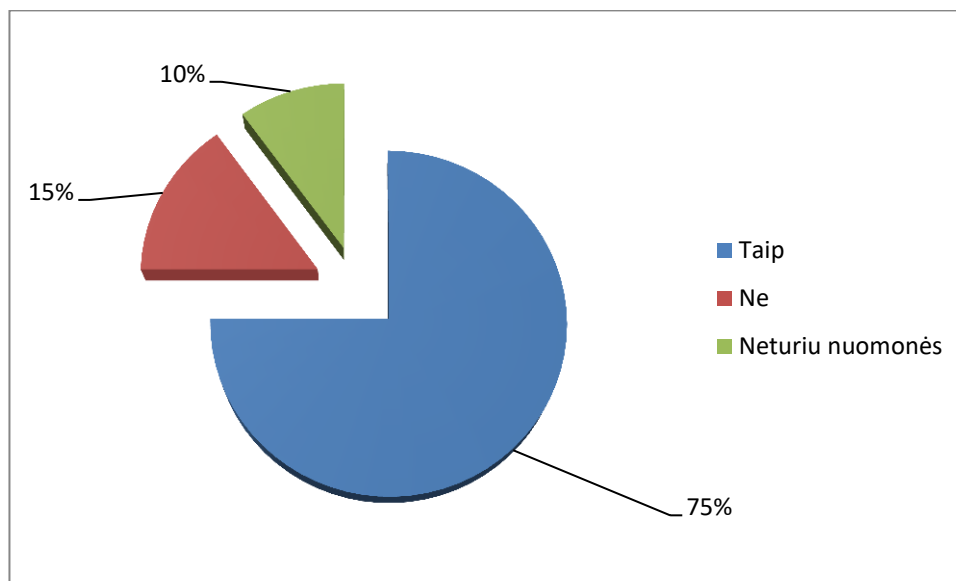
Aktoriai labai užimti žmonės, bet pas gydytoją odontologą ar burnos priežiūros specialistą lankosi reguliariai (žr. pav. 3.3.2) iš gautų rezultatų matyti, (žr. pav. 3.3.3), kad didžioji dauguma (72%) apklaustųjų, į gydytojo odontologo pastabas, pasiūlymus ir patarimus reaguoja, nes jiems rūpi jų burnos sveikata bei išvaizda. 23% - neturi nuomonės ar tiesiog nėra susimąstę ar išsakytos pastabos ir pasiūlymai turi įtakos jų dantų priežiūros įpročiams ir tik 5% aktorių nėra svarbi odontologo nuomonė ar pagalba burnos priežiūros klausimais.



3.3.4 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal savo dantų estetinio vaizdo vertinimą, proc.

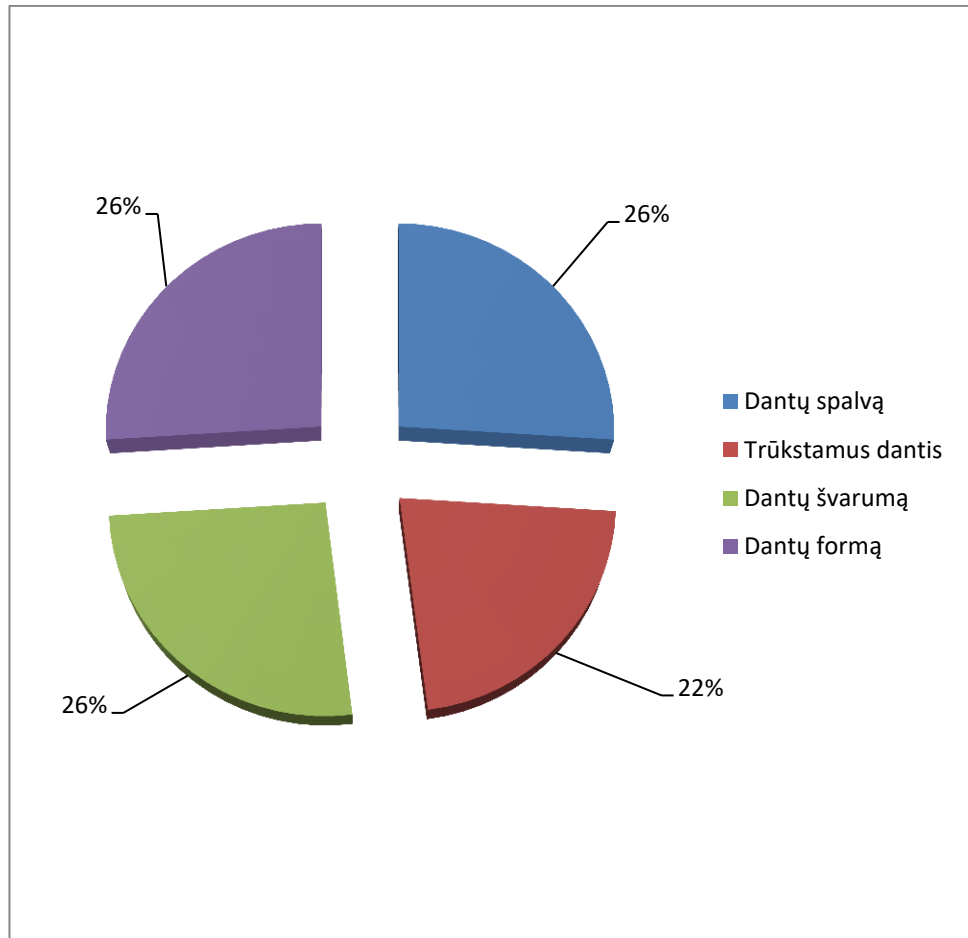
Gražūs dantys suteikia daugiau pasitikėjimo bendraujant su žmonėmis, ypač situacijose, kai išvaizdai teikiama daug dėmesio, kas būtent ir yra aktualu aktorių darbe. Analizuojant aktorių požiūrį į jų dantų estetinį vaizdą matyti, kad aktoriai labai gerai (15%), gerai (30%), pakankamai gerai t.y. vidutiniškai (42%) ir blogai - 13% vertina savo šypseną.

Galima daryti išvadas, kad didžioji dauguma aktorių yra patenkinti savo dantų estetinė išvaizda.

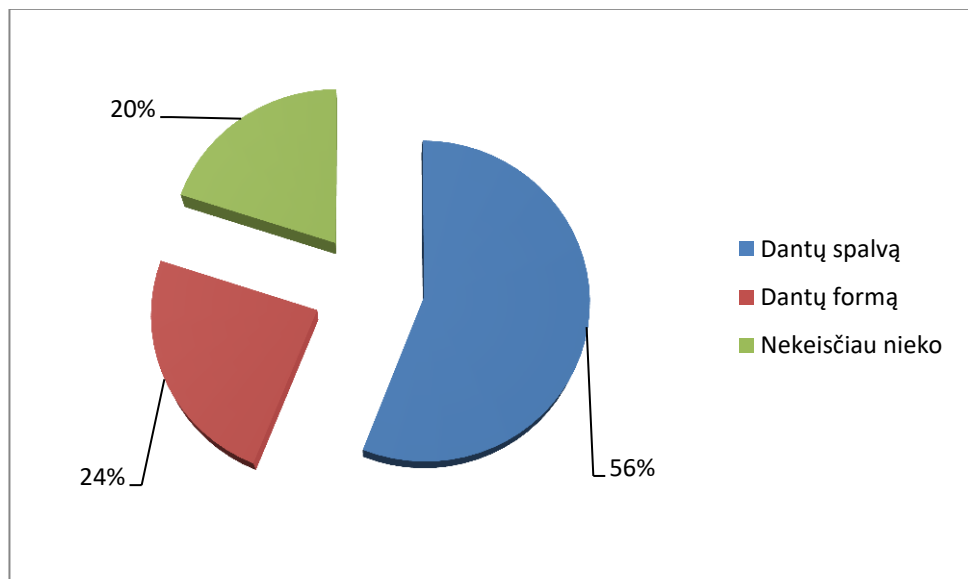


3.3.5 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal susimąstymą kitų žmonių atkreipiamą dėmesį į Jų dantų spalvą, proc.

Analizuojant duomenis, net 75% respondentų yra susimąstę, kad bendraudami su žmonėmis jų šypseną tampa dėmesio centru ir tik 15% - ne. Šie rezultatai mums tik dar kartą įrodo, kad aktoriai yra itin suinteresuoti turėti nepriekaištingą šypseną.



3.3.6 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal svarbiausius pastebėjimus žmogaus šypsenoje kai su juo bendrauja, proc.

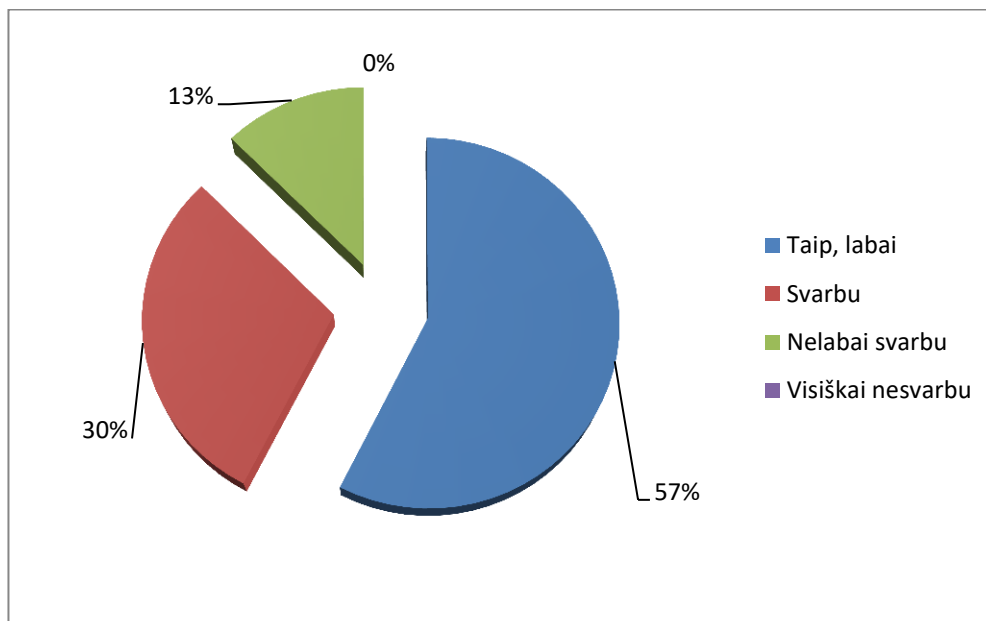


3.3.7 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal norą keisti tam tikrus šypsenos aspektus, proc.

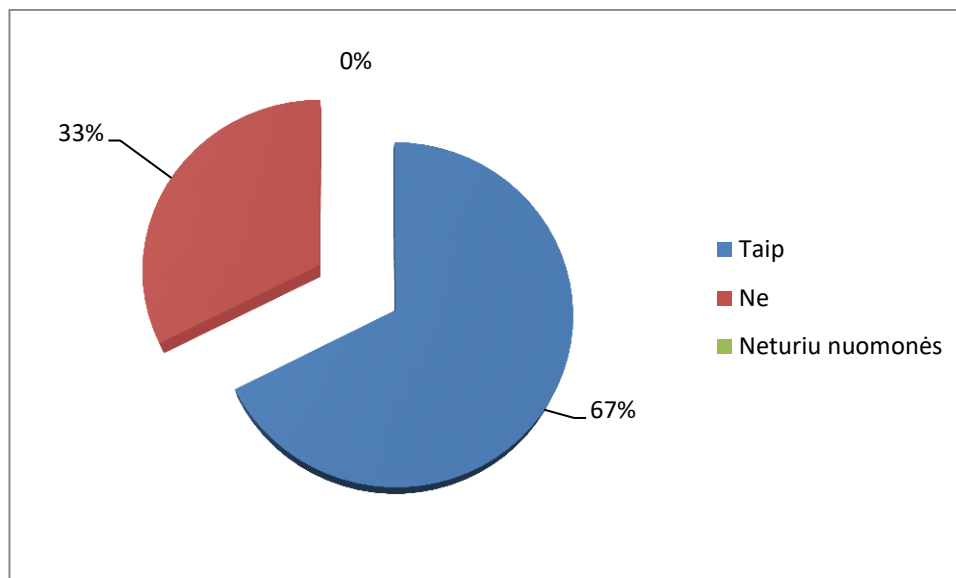
Norint sužinoti aktorių požiūrį į dantų spalvą buvo užduotas klausimas į ką būtent pirmiausia jie atkreipia dėmesį žmogaus šypsenoje (žr. pav. 3.3.6.). Iš apklausos rezultatų matyti, kad aktoriams visi 4 veiksniai (dantų spalva, trūkstami dantys, dantų forma, dantų švara) yra vienodai svarbūs bendravime.

Paklausti ką savo išvaizdoje keistų (žr. pav. 3.3.7.) : 56% respondentai nurodė, kad keistų dantų spalvą, 24% dantų formą ir likę procentai (20%) arba nekeistų nieko, arba keistų tik nedidelius defektus. Skirtingų spalvų, dėmėti ar turintys apnašas dantys pabrėžti kaip veiksniai, nulemiantys nepatrauklią šypseną.

Išanalizavus duomenis galime teigti, dažniausiai žmonės įvardindami trūkumus, ką pastebi pas kitus (žr. pav. 3.3.6), siekia išvengti savo išvaizdoje. Aktoriams ypač aktualu – būti patraukliems.



3.3.8 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal dantų spalvos svarbą, proc.

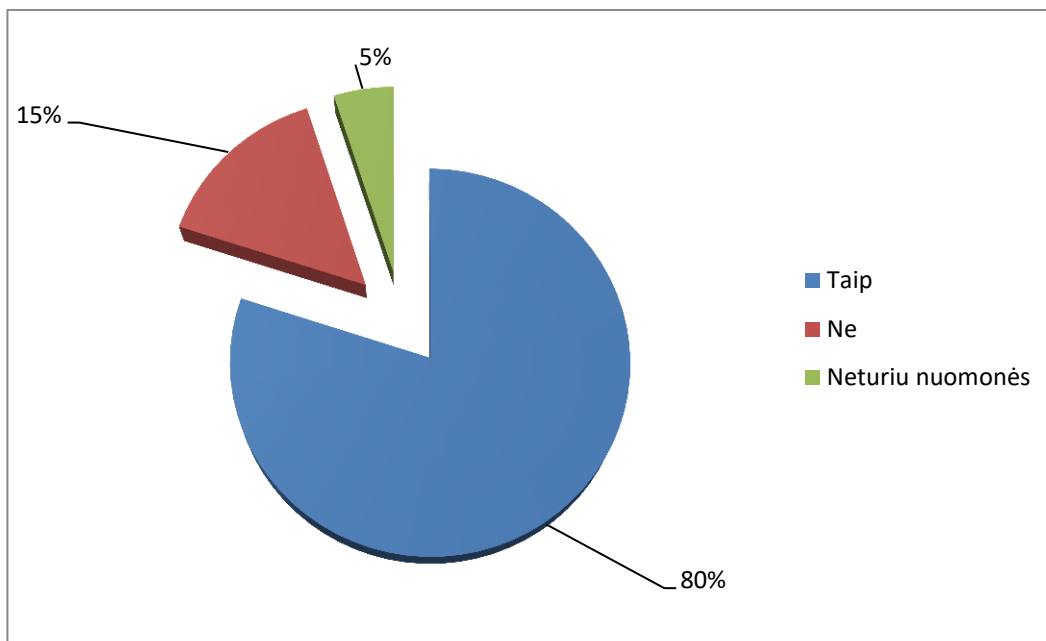


3.3.9 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal teiginio: „Balti dantys – raktas į sėkmę“ vertinimą, proc

Analizuodami ankstesnius klausimus (žr. pav. 3.3.5 ir 3.3.6) matyti, kad respondentai bendraudami su kitais individualais itin didelį dėmesį skiria dantų spalvai ir dantų estetikai. Atlikto tyrimo dalyviai įvardijo dantų spalvą (žr. pav. 3.3.6) kaip labiausiai pastebimą veiksnių pašnekovui šypsantis. Respondentai, taip pat buvo paprašyti įvertinti savo dantų spalvos svarbą jų išvaizdai. Rezultatai parodė (žr. pav. 3.3.7): 57% - labai svarbi dantų spalva, 30% - svarbu, kad dantys būtų ir atrodytų balti, ir tik mažai daliai apklaustųjų - 13% dantų spalva nėra labai svarbi.

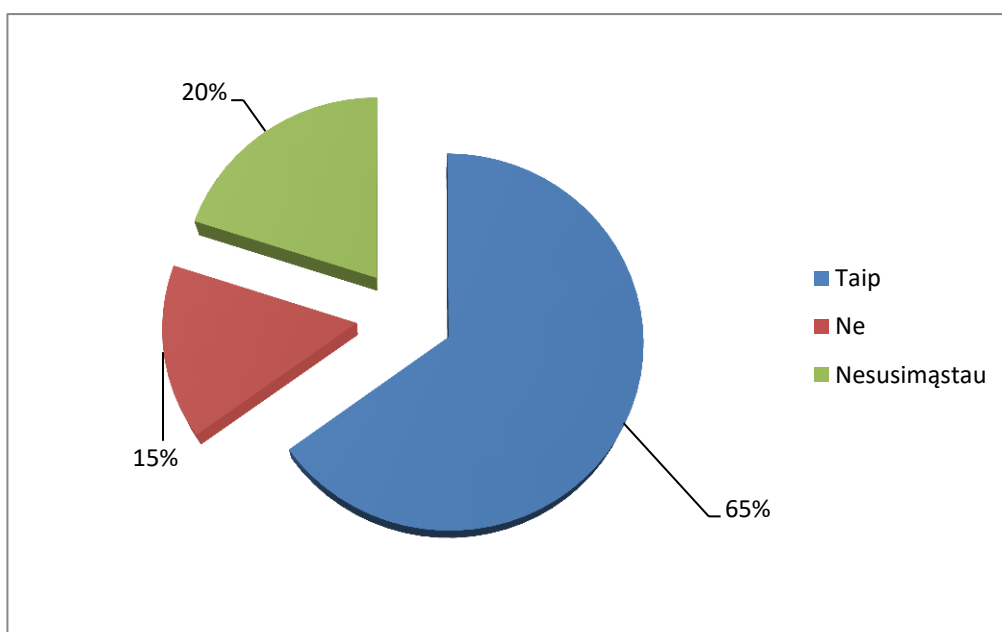
87% apklausoje dalyvavusių respondentų tvirtina, kad dantų spalva jiems yra labai svarbi kaip individams, bet ar balti dantys turi įtakos jų profesinėje srityje? Analizuojant teiginį – balti dantys - raktas į sėkmę, matome, kad ir toliau didžioji dauguma (67%) (žr. pav. 3.3.8) aktorių tvirtina, kad balti dantys – svarbus veiksnys ne tik bendraujant, bet ir turintis įtakos siekiant gerų rezultatų profesinėje srityje.

Apibendrinus dantų spalvos svarbą respondentams, matyti - didžioji dauguma apklaustųjų dantų spalvą laiko vienu didžiausių prioritetų savo išvaizdoje, kuri turi pakankamai didelę įtaką ir profesinėje veikloje.



3.3.10 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal dantų spalvos įtaką jų darbe, proc.

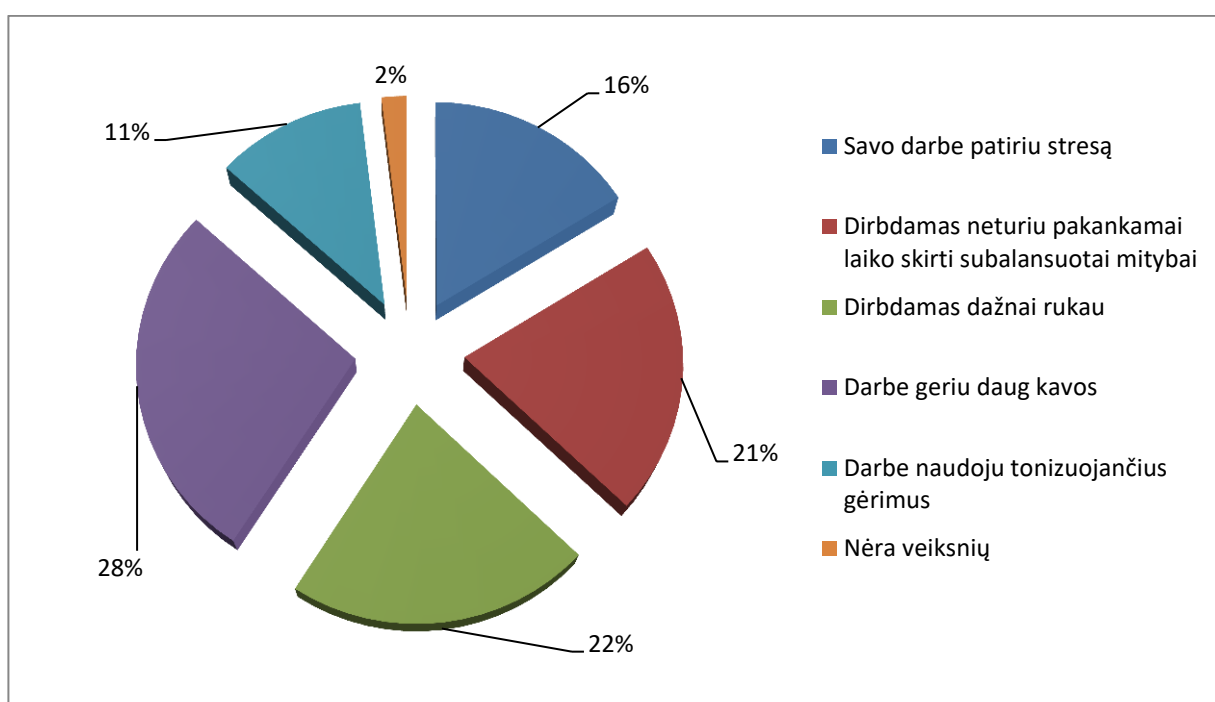
Visame darbe buvo akcentuota, kad aktorių darbas reikalauja puikios išvaizdos (žr. pav. 3.3.9), nors patys aktoriai linkę būti ne tokie kategoriški ir 20% apklaustųjų mano, kad išvaizda (ypatingai šypsena, ir balti dantys) neturi įtakos jų darbui arba nėra susimąstę šiuo klausimu, tuo tarpu didžioji dauguma - 80% su jais nesutinka ir šypseną, išvaizdą, linkę įvardinti vienu svarbiausių akcentų savo darbe.



3.3.11 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal pastebėjimus į kintančią dantų spalvą, proc.

Respondentai dalyvavę apklausoje priklauso dviem amžiaus grupėms: jauni ir vidutinio amžiaus (žr. lentelė 3.3.1). Apklausoje siekta sužinoti ar aktoriai atkreipia dėmesį į savo dantų spalvos kitimą, kuris jau natūraliai turėtų būti pasireiškęs, bent jau pusei apklausoje dalyvavusių respondentų, dėl natūralaus senėjimo proceso. Rezultatai parodė: 65% - pastebi kintančią dantų spalvą, 15% - nepastebi, o 20% - tiesiog nesusimąsto ar nepastebi dantų spalvos pokyčių.

Nors aktoriai tvirtina, kad dantų spalva yra ypatingai svarbus veiksnys (žr. pav. 3.3.8; 3.3.9; 3.3.10), tačiau iš rezultatų matyti, kad šiek tiek mažesnei nei pusei apklaustųjų, vertėtų būti pastabesniais dantų spalvos kitimo atžvilgiu, norint užtikrinti, kad dantys liktų nepakitusios spalvos.



3.3.12 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal darbo aplinkoje esančių veiksnių įtaką dantų spalvos kitimui, proc.

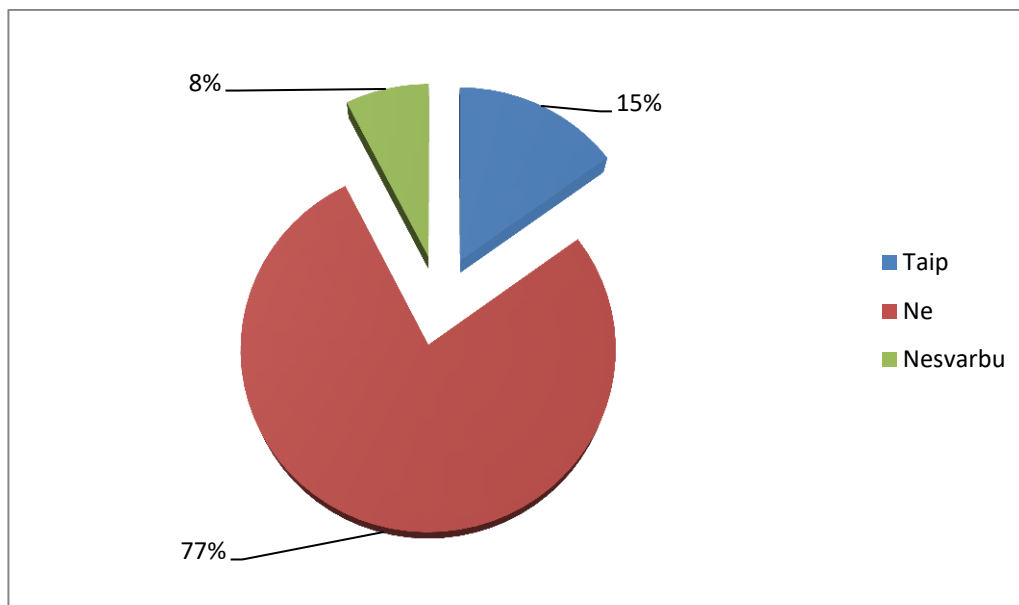
Norint išsiaiškinti ar išoriniai veiksniai turi įtakos dantų spalvos pokyčiams aktorių darbe, respondentai buvo paprašyti įvardinti pagrindinius veiksnius turinčius įtakos dantų spalvos kitimui. (Šiame klausime aktoriai turėjo galimybę pasirinkti kelis atsakymo variantus.)

Analizuodami rezultatus matyti, kad pagrindiniai veiksniai susiję su profesine sritimi ir galintys lemti aktorių dantų spalvos kitimą pasiskirstė taip:

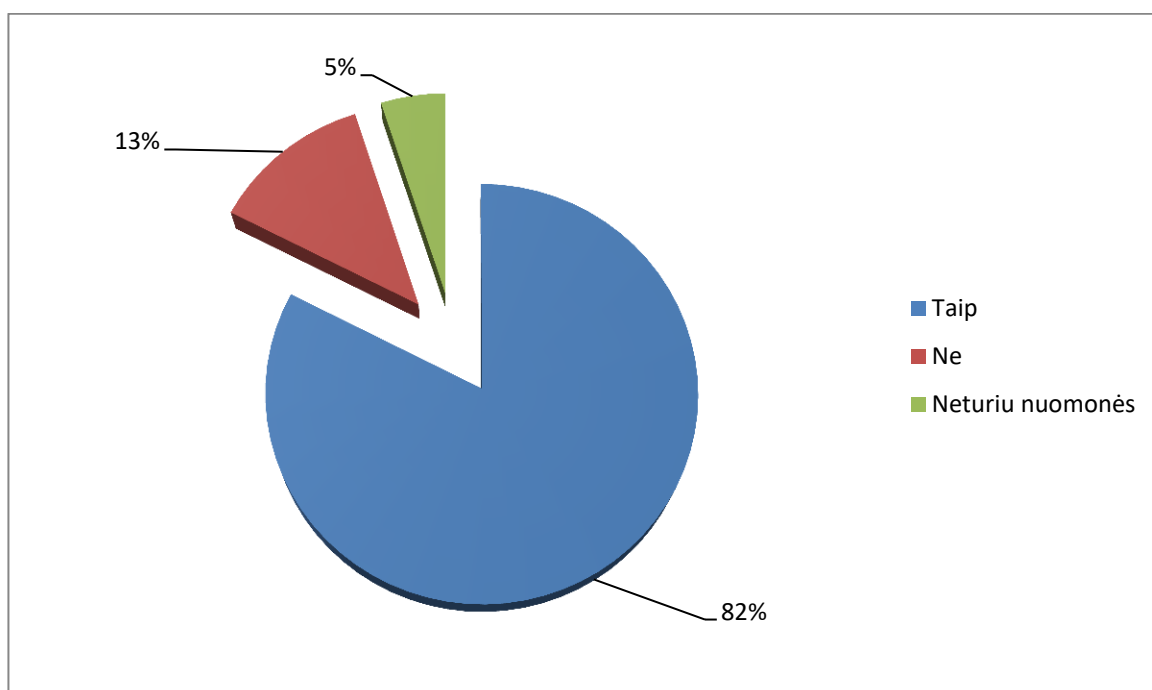
- dantų dėmių atsiradimą gali skatinti gausus kavos vartojimas. Paklausti ar darbe dažnai geria kavą teigiamai atsakė 28% respondentai;

- rūkymas yra svarbus veiksnys, kuris sukelia dantų spalvos pokyčius, todėl respondentų buvo klausiama, ar dirbdami darbe jie rūko? Tyrimas parodė, kad 22% respondentų rūko darbe;
- darbo metu neturi laiko subalansuotai mitybai - 21%. Nuolatinis užkandžiavimas, pusgaminiai, bandelės ir pyragaičiai, didelis angliavandenių kiekis skatina rūgščių atsiradimą burnoje, minkšto apnašo kaupimąsi ant dantų paviršių, akmenų formavimąsi, kurie turi įtakos dantų spalvos kitimui;
- 16% apklaustųjų pripažįsta, kad darbe patiria stresą, kas turi didelę įtaką dantų spalvos pokyčiams, apie kuriuos buvo kalbėta darbo teorinės dalies skyriuje „Išoriniai veiksniai, lemiantys dantų spalvos pokyčius“ ;
- dar vienas išorinis dantų spalvą sąlygojantis veiksnys - tonizuojantys gėrimai. Paklausti ar darbe geria tonizuojančius gėrimus tik 11% atsakė, kad vartoja. Atsakymai rodo, kad respondentai išvengia neigiamo poveikio dantims, sukeliama daug pigmentinių medžiagų turinčių gėrimų. Pigmentai įsiskverbia į dantų apnašas, dantų įtrūkimus ir pakeičia dantų spalvą.

Apibendrinus matyti, kad aktoriams darbe didžiausią neigiamą poveikį dantų spalvos kitimui daro dažnas ir nesaikingas kavos vartojimas bei rūkymas. Darbe aktoriai taip pat patiria daug streso ir dirbdami neturi pakankamai laiko subalansuotai mitybai, kas labiausiai skatina dantų spalvos pokyčių atsiradimą. Respondentai išvengia neigiamo poveikio jų dantims sukeliama daug pigmentinių medžiagų turinčių tonizuojančiuose gėrimuose, nes jų nevartoja arba vartoja saikingai.



3.3.13 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal nuomonės pateikimą teiginiui: “ar aktorius turėdamas gelsvus/pilkus dantis būtų patrauklus žiūrovui/publikai“, proc.

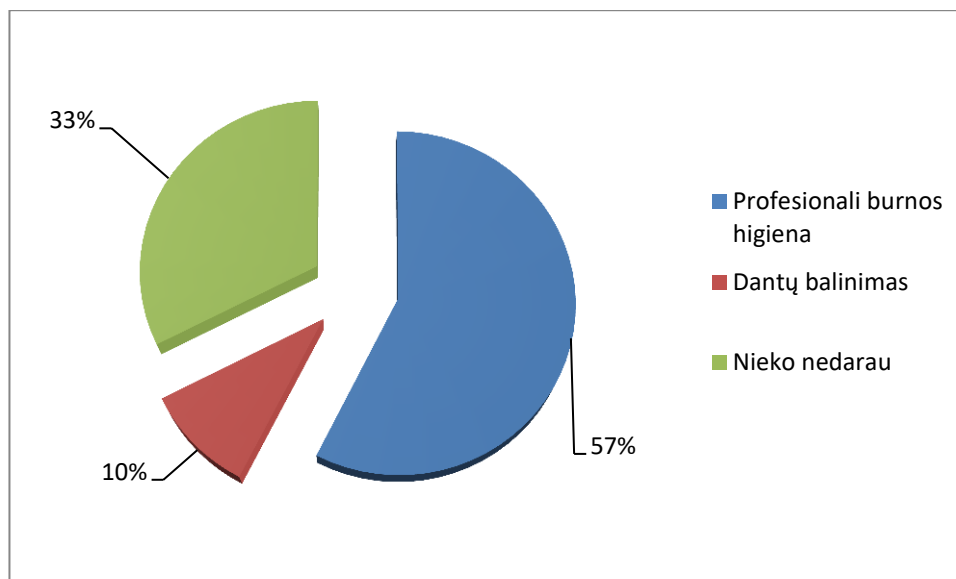


3.3.14 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal teiginį: “balti dantys suteikia daugiau pasitikėjimo darbe“, proc.

Aktoriai jaučia spaudimą nuolatos atrodyti tobulai nuo galvos iki kojų. Tobulumo siekiamybė neaplenkia ir aktorių šypsenų. Tik retais atvejais natūralūs dantys yra idealūs ir balti lyg sniegas. Respondentų buvo klausiama: kaip jie mano, ar aktorius turėdamas gelsvus/pilkus dantis

būtų patrauklus žiūrovui/publikai? Iš rezultatų matyti, kad aktoriai beveik vienbalsiai (77%) pasisako už tai, kad jų darbe tamsi dantų spalva – neigiamai veikia jų patrauklumą žiūrovams.

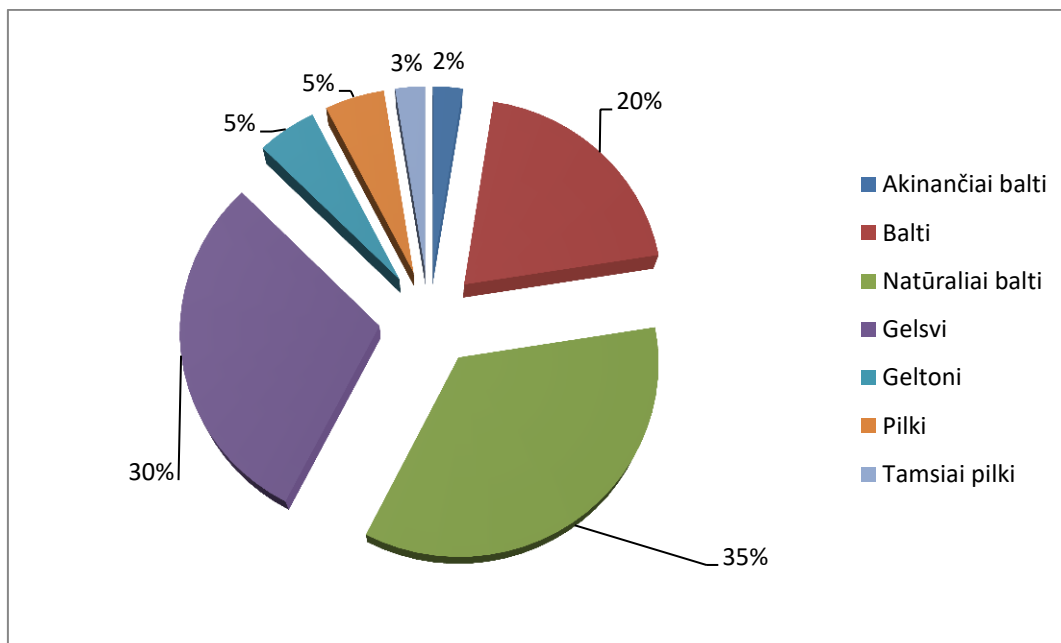
Balti dantys, graži šypsena yra ne tik instrumentas žiūrovų simpatijoms laimėti (žr. pav. 3.3.13) ar veiksnys prisidedantis prie sėkmingos karjeros (žr. pav. 3.3.9; 3.3.10), bet kaip matyti iš atsakymų variantų (žr. pav. 3.3.14), 82% apklaustųjų tvirtina, kad balti dantys suteikia daugiau pasitikėjimo darbe, kas padeda pasiekti gerų rezultatų profesiniame gyvenime.



3.3.15 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal naudojamas priemones išlaikančias dantis baltus, proc.

Siekiant sužinoti kokiomis priemonėmis naudojasi aktoriai, norėdami išlaikyti savo dantis baltus, iš gautų atsakymo rezultatų matyti, kad 57% - kreipiasi į burnos higienistus, kurie suteikia informaciją apie reikalingas manipuliacijas dantų spalvos išsaugojimui, 33% - nieko nedaro ir 10% respondentų naudoja dantų balinimo procedūras.

Apibendrinus galima teigti, nors aktoriai, kaip matyti 3.3.16 paveiksle, savo dantų spalvą vertina pakankamai gerai, bet iš gautų rezultatų (žr. pav. 3.3.15) net 37% respondentų pasyviai prižiūri savo dantų spalvą, nors didžioji dauguma (67 %) stengiasi dantų spalvą prižiūrėti, išlaikyti nepakitusia atitinkamomis dantų spalvos koregavimo priemonėmis bei specialistų pagalba.



3.3.16 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal jų dantų spalvos vertinimą, proc.

Apklausoje dalyvavę respondentai teigia, kad savo dantų estetiniu vaizdu yra patenkinti (žr. pav. 3.3.4). Paprašius įvertinti savo dantų spalvą, respondentų atsakymai pasiskirstė įvairiai. Didžiausią procentą sudarė 35% - įvardindami savo dantų spalvą - natūraliai baltą, 30% - gelsvą; 20% - baltą, ir po 5% - geltoną ir pilką.

Apibendrinus galima teigti, kad aktoriai vertindami savo dantų spalvą yra pakankamai optimistiški, nes didžioji dauguma (55%) apklaustųjų dantų spalvą mato natūraliai baltą ir baltą. Išsamesni rezultatai, pagrįsti objektyviu ir subjektyviu dantų spalvos vertinimų palyginimu, pristatyti antroje tyrimo dalyje (žr. lenteles 3.4.1; 3.4.2., 3.4.3., ir žr. pav.3.4.1).

3.4. Aktorių dantų spalvos vertinimo palyginimo analizė

Antrajame tyrimo etape (subjektyvaus ir objektyvaus aktorių dantų spalvos vertinimų palyginime), kuris vyko Šiaulių valstybinės kolegijos burnos higienos kabinete, dalyvavo 13 profesionalių Šiaulių miesto aktorių. Nedidelį respondentų skaičių lėmė didelis užimtumas, nepalankaus darbo grafikas bei pačių respondentų iniciatyvumo stoka. Tariamieji buvo kviečiami po vieną į kabinetą ir, naudojant veidrodį bei VITA spalvų raktą, esant natūraliam bei dantelinės lempos apšvietimui, vertino savo dantų spalvą. Kiekvienam aktoriui įvertinus savo dantų spalvą, objektyvus vertinimas atliktas apmokyto burnos higienisto studento pagal nustatytą protokolą. Nors moksliskai nustatyta, kad inovatyvių aparatų pagalba dantų atspalviai parenkami tiksliau, dažniausiai praktikoje naudojami vizualūs spalvų parinkimo metodai. Paprasčiausia ir daug

investicijų nereikalaujanti priemonė – atspalvių raktas, dėl šios priežasties ir tyrimo metu buvo naudojamas Vita Lumin vacuum spalvų raktas.

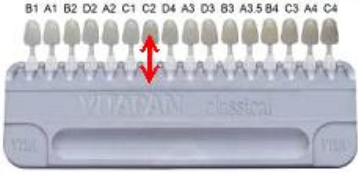
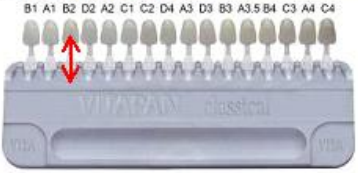
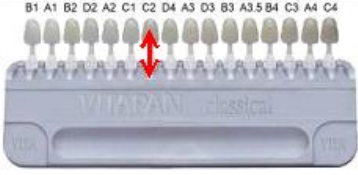
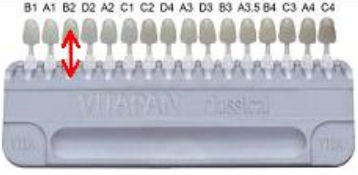
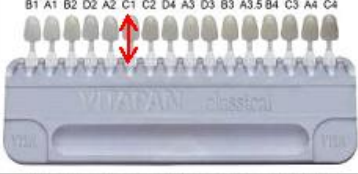
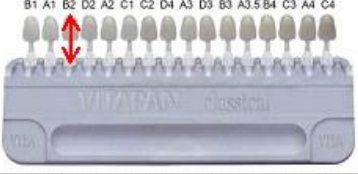








Tiksliai nustatant dantų spalvą reikia įvertinti akies nuovargį. Prieš nustatant kiekvieno tiriamojo dantų spalvą, vertintojas akis atpalaiduodavo žiūrėdamas į pilkai melsvą paviršių (šiuo atveju į kabineto sienas, kurios yra pilkai melsvo atspalvio), taip yra išlaikoma pusiausvyra tinklainės spalvos receptoriai, o akis tampa vėl jautri geltonai spalvai. Visa dantų spalvos vertinimo procedūra vyko tik 5 s, nes po 5 sekundžių akis akomoduojasi ir tampa šališka.

Po individualaus ir burnos higienisto atlikto dantų spalvos vertinimo gauti rezultatai pateikti lentelėse (žr. lentelė nr. 3.4.1, 3.4.2, 3.4.3.) bei diagramoje (žr. pav. 3.4.1).

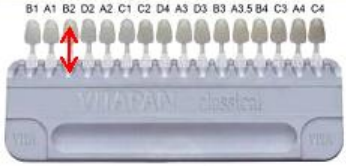
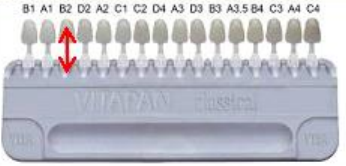
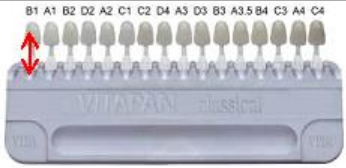
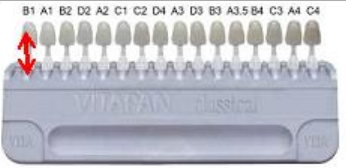
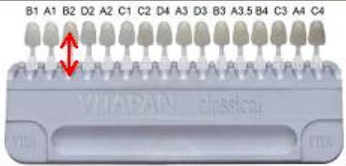
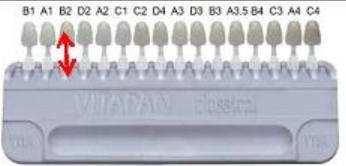
3.4.1 lentelė . Dantų spalvos vertinimo palyginimas pagal matomus šviesesnius tonus (lentelė sudaryta darbo autorės)

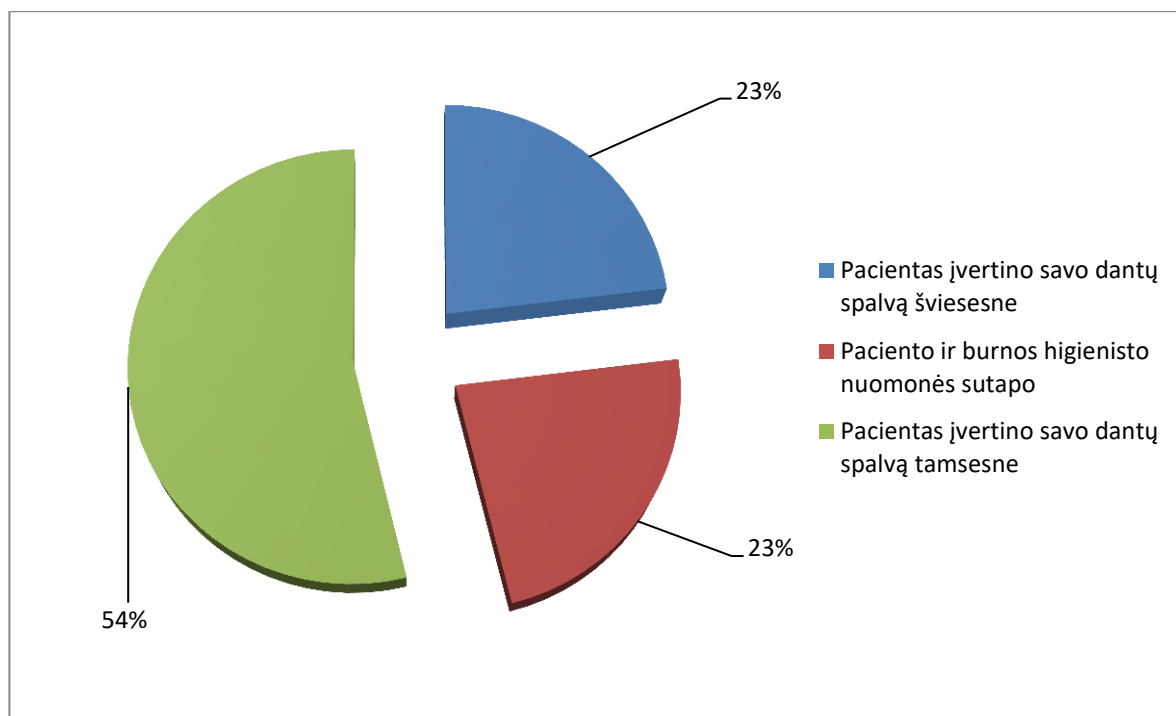
Eil. Nr	Paciento subjektyvus dantų spalvos vertinimas	Dantų spalvos tonų vertinimas/sulyginimas	Paciento objektyvus dantų spalvos vertinimas
Palyginimo pasiskirstymas pagal matomus šviesesnius tonus			
1.		Subjektyvus vertinimas skiriasi vienu šviesesniu spalvos tonu nuo objektyvaus (A1 / B2)	
2.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 1 šviesesniu spalvos tonu nuo objektyvaus (B2 / A2)	
3.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 2 šviesesniais spalvos tonais nuo objektyvaus (B2 / A2)	

3.4.2 lentelė . Dantų spalvos vertinimo palyginimas pagal matomus tamsesnius tonus (lentelė sudaryta darbo autorės)

Eil. Nr	Paciento subjektyvus dantų spalvos vertinimas	Dantų spalvos tonų vertinimas/sulyginimas	Paciento objektyvus dantų spalvos vertinimas
Palyginimo pasiskirstymas pagal matomus tamsesnius spalvos tonus			
1.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 3 tamsesniais spalvos tonais nuo objektyvaus (C2 / B2)	
2.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 3 tamsesniais spalvos tonais nuo objektyvaus (C2 / B2)	
3.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 2 tamsesniais spalvos tonais nuo objektyvaus (C1 / B2)	
4.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 1 tamsesniu spalvos tonu nuo objektyvaus (D2 / B2)	
5.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 2 tamsesniais spalvos tonais nuo objektyvaus (C1 / B2)	
6.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 1 tamsesniu spalvos tonu nuo objektyvaus (D2 / B2)	
7.		Subjektyvus vertinimas skiriasi 8 tamsesniais spalvos tonais nuo objektyvaus (B3 / B2)	

3.4.3 lentelė . Dantų spalvos vertinimo palyginimas pagal sutapusius spalvos tonus (lentelė sudaryta darbo autorės)

Eil. Nr	Paciento subjektyvus dantų spalvos vertinimas	Dantų spalvos tonų vertinimas/sulyginimas	Paciento objektyvus dantų spalvos vertinimas
Palyginimo pasiskirstymas pagal sutapusius spalvų tonus			
1.		Subjektyvus vertinimas sutampa su objektyviu (B2 / B2)	
2.		Subjektyvus vertinimas sutampa su objektyviu (B1 / B1)	
3.		Subjektyvus vertinimas sutampa su objektyviu (B2 / B2)	



3.4.1 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal paciento ir burnos higienisto dantų spalvos parinkimo ir vertinimo skirtumų palyginimą, proc.

Diagramoje (žr. pav.3.4.1) matyti, kad 54% tyrime dalyvavusių respondentų linkę savo dantų spalvą matyti vidutiniškai 2 atspalviais tamsesnę nei jie realiai yra. 23% tiriamųjų mato dantis vidutiniškai 2 atspalviais šviesesnius ir likę respondantai (23%) dantų spalvą įvertino atitinkančiai objektyvų vertinimą.

Aišku viena - tikslus danties atspalvio parinkimas – tai sudėtinga, žinių ir net individualių gydytojų savybių reikalaujanti procedūra. Subjektyviai vertinti dantų spalvą, net ir turint analogiškas priemones kaip ir profesionalus burnos higienistas, yra itin sunku, tai matyti iš gautų rezultatų. Galime daryti išvadas, kad didžioji dauguma apklausoje dalyvavusių aktorių yra savikritiški ir savo dantų spalvą mato vidutiniškai 2 atspalviais tamsesnę, nei ji yra vertinant objektyviai.

Tyrimo rezultatų išvados:

Apibendrinus visus gautus duomenis galime teigti, kad:

- Apklausoje dalyvavę aktoriai yra suinteresuoti turėti nepriekaištingą šypseną. Tiriamieji didelį dėmesį skiria dantų priežiūrai. Beveik visi apklausoje dalyvavę respondentai (93%) bent kartą per metus apsilanko pas burnos priežiūros specialistus ir teigiamai reaguoja į išsakytas pastabas ar pastebėjimus.
- Anketinė apklausa parodė, kad 87% tiriamųjų yra patenkinti savo dantų estetinė išvaizda, o baltą šypseną laiko vienu pagrindinių prioritetų išvaizdoje.
- Respondentai kaip pagrindinį neigiamą aspektą nepatraukloje šypsenoje įvardija – gelsvus, tamsius, apsinešusius dantis, kas parodo jų neigiamą požiūrį į kintančią dantų spalvą.
- 75% respondentų pripažįsta, jog jaučia, kad bendraujant su žmonėmis jų šypseną tampa dėmesio centru. Tai pagrindžia nuostatą, kad aktoriai yra suinteresuoti turėti nepriekaištingą šypseną. Net 80% respondentų baltą šypseną linkę įvardinti vienu svarbiausių akcentų savo darbe.
- Nors aktoriai tvirtina, kad dantų spalva yra ypatingai svarbus veiksnys, tačiau apklausa atskleidė, kad beveik pusei apklaustųjų vertėtų būti pastabesniais dantų spalvos kitimo atžvilgiu, norint užtikrinti, kad dantys liktų nepakitusios spalvos.
- Išoriniai dantų spalvos pokyčius sukeltantys veiksniai tiesiogiai susiję su tuo, kas patenka į burnos ertmę. Iš apklausos rezultatų matoma, kad aktorių darbe didžiausią neigiamą poveikį dantų spalvos kitimui daro dažnas ir nesaikingas kavos vartojimas bei rūkymas. Dantų spalvos pokyčiams įtakos turi ir nuolatinis stresas darbo vietoje bei įtempto grafiko nulemta nesubalansuota mityba. Respondentai nevartoja tonizuojančių gėrimų (ar juos vartoja sakingai), todėl išvengia neigiamo poveikio dantims, sukeliama minėtuose gėrimuose esančių pigmentinių medžiagų.

- Apibendrinus kiekybinio tyrimo analizės rezultatus, galima teigti, kad aktoriai vertindami savo dantų spalvą yra gana optimistiški, nes daugiau nei pusė (55 %) apklaustųjų dantų spalvą mato natūraliai baltą ir baltą. Tuo tarpu, antro tyrimo etapo metu (dantų spalvos vertinimo palyginamojoje analizėje), tiriamiesiems suteikus dantų spalvai nustatyti reikalingas priemones (Vita Lumin Vacuum spalvų raktą), dantų spalvą vertino daug kritiškiau t.y. savo dantų spalvą dauguma aktorių matė vidutiniškai 2 atspalviais tamsesnę, nei ją įvertino burnos higienistas.

IŠVADOS

1. Literatūros analizė atskleidė, kad dantų spalva kinta dėl veiksnių, skirstomų į tris grupes: vidines, išorines bei dėl amžiaus atsiradusias priežastis. Norint nustatyti dantų spalvą praktikoje naudojamas „Vita Lumin Vacuum“ spalvų raktas. Siekiant išlaikyti baltus dantis individai gali rinktis dvi balinimo rūšių alternatyvas.
2. Apibendrinant apklausos metu gautus duomenis (kiekybinis tyrimas) galima teigti, kad:
 - graži šypsena – viena svarbiausių aktorius išvaizdos detalių. Balti dantys suteikia daugiau pasitikėjimo savimi dirbant scenoje, aktorių daro patrauklesnį žiūrovui.
 - didžioji dauguma respondentų bent kartą per metus lankosi pas burnos priežiūros specialistą, daug dėmesio skiria kasdienei dantų priežiūrai.
 - nors tiriamieji pastebi dantų spalvos pokyčius laikui bėgant, tačiau jų žinios apie dantų spalvą ir kitimo priežastis yra skurdžios.
 - Aktorių darbe didžiausią neigiamą poveikį dantų spalvos kitimui daro dažnas ir nesaikingas kavos vartojimas bei rūkymas. Dantų spalvos pokyčiams įtakos turi ir nuolatinis stresas darbo vietoje bei įtempto grafiko nulemta nesubalansuota mityba.
3. Aktorių dantų spalvos vertinimo palyginimo analizės metu gauti rezultatai parodė:
 - darbo hipotezė - aktorių kritiškas požiūris į dantų spalvos vertinimą, skatina dantis matyti tamsesnius, nei jie realiai yra - pasitvirtino tik iš dalies. Išanalizavus kiekybinio tyrimo duomenis nustatyta, jog dauguma respondentų savo dantų spalvą priskyrė „baltai“ bei „natūraliai baltai“ kategorijai. Rezultatus galėjo lemti informacijos apie dantų spalvą ir jos kitimą stoka. Tuo tarpu kokybinio tyrimo metu nustatyta, kad aktoriai, aprūpinti dantų spalvai nustatyti reikalingomis priemonėmis bei suteikus informaciją apie skirtingus dantų atspalvius ir tonus, dantų spalvą vertino daug kritiškiau. Apibendrinant subjektyvaus bei objektyvaus dantų spalvos vertinimo palyginimo rezultatus gauta, kad savo dantų spalvą dauguma aktorių matė vidutiniškai 2 atspalviais tamsesnę, nei ją įvertino tyrėjas

MOKSLO INFORMACIJOS ŠALTINIŲ SĄRAŠAS

1. Aleksandro Stulgincio universiteto mokomoji elektorinė medžiaga. Šviesos bangos ilgio matavimas ir difrakcine gardelė http://asu.lt/wp-content/uploads/2015/01/4_sviesos_bangos_ilgio_matavimas_difrakcine_gardele_2014_02_04.pdf 2018. 22:47 Internete žiūrėta 2018-02-01
2. Čekanavičius, V., Murauskas, G. Statistika ir jos taikymas. Vilnius: TEV 2003.
3. Delfino, C. S., Chinelatti, M.A., Carrasco-Guerisoli, L. D, Batista, R., Froner, I. C, Palma-Dibb, R. G. Effectiveness of home bleaching against in discolored teeth and influence on enamel microhardness, *Jornal of Applied Oral Science*, 2009.
4. Dudea, D., Gasparik, C., Botos, A., Alb, F., Irimie, A., Paravina, R.D. *Clin Oral Investig*, Influence of background/surrounding area on accuracy of visual color matching, 2016 Jul;20(6): p.1167-73
5. Fang, G. Reaction kinetics of hydrogen peroxide in teeth whitening applications. 2013. p. 223.
6. Gedrimas, V., Burneckis, E., Kubilius, R., Grabliauskienė, Ž., Pacauskienė, I., Šidauskas, A., Burkauskienė, A., Valančiūtė, A. *Dantų anatomija. Sąkandis*. 2005. Kaunas. p. 20-22
7. Gedrimas, V., Sasnauskas V. *Mažasis žmogaus anatomijos atlasas*. Vilnius.2005, p. 62-68.
8. Gerikienė, V., Gudinaičius, B., Leščinskienė, L., Mockevičienė, E., Sakalauskiene, A. (2015). *Baigiamojo darbo rengimo ir gynimo metodiniai reikalavimai*. Šiauliai: Šiaulių valstybinė kolegija.
9. Karadas, M.; Seven, N. The effect of different drinks on tooth color after home bleaching, *European journal of dentistry*, 2014. p. 284-288.
10. Karamouzos, A., Papadopoulos, M.A, Kolokithas, G., Athanasiou, A. E. Precision of in vivo spectrophotometric color evaluation of natural teeth. *J Oral Rehabil*. 2007. p.613-621.
11. Kelbauskas, E., Kelbauskienė, S., Nedzelskienė, I. *Rūkymo poveikis burnos sveikatai. Iš medicina*. Kaunas . Kauno medicinos universiteto dantų ir burnos ligų klinika, 2005.
12. Levinaitė, R. Tinkamo danties atspalvio parinkimas. *Stominfo*. 2016/1: p. 39-43
13. Levinaitė, R. Veiksnių, turinčių įtakos šypsenos estetikai, vertinimas skaitmeninės šypsenos analizės būdu. *Stominfo*. 2016/5: p. 40-45.
14. Lietuvos medicinos biblioteka. *Medicininis terminų žodynas*. 2018. 22:47 Internete žiūrėta 2018-05-25, < <https://www.snomed.lt/>>

15. Lietuvos Respublikos Odontologų rūmai. 2017. 16:44 Internete žiūrėta : 2017-11-15
<<http://odontologurumai.lt/lt/pacientams/aktuali-informacija>>
16. Pūrienė, A. Periodonto ligos: dantų apnašas, individuali ir profesionali burnos higiena. 2000. Vilnius . p. 3-5
17. Pūrienė, A., Matulienė, G., Ivanauskaitė, D. Periodonto ligos: periodontologinis tyrimas, diagnozė, gydymo planavimas ir prognozė. Vilnius. 2000 m.
18. Ryliškytė, M. Išoriniai veiksniai turintys įtakos dantų spalvai. 2014. 20:33 Internete žiūrėta 2017-11-15 <<http://www.vitaelitera.lt/ojs/index.php/stominfoarticle/view/67/67>>
19. Rosenstiel, S.F., Land, M.F., Fujimoto, J. Contemporary fixed prosthodontics, 2016; 23 skyrius, p. 624-638
20. Stominfo: informacinis leidinys odontologams. Suaugusių dantų spalvos pokyčiai. KTU02-000028542. 2016. 22:47 Internete žiūrėta 2017-12-01
<http://www.lvb.lt/primo_library/libweb/action/dlDisplay.do?vid=KTU&docId=KTU02KTU02-000028542&fromSitemap=1&afterPDS=true>
21. Tamošiūnas, V. Spalvos nustatymas. Stominfo. 2008/6: p. 26-30.
22. Tutkuvienė J., Anatomijos atlasas. Vilnius. 2000., p.108-110.
23. Zykutė, I. Kserostomija, Stominfo, 2009/1; 41-43 p.
24. Žukauskienė, R. Žmogaus raida. 2008. p. 5

PRIEDAI

Baigiamojo darbo
1 Priedas

Tyrimo instrumentarijus

Diagnostinio bloko pavadinimas	Klausimų skaičius	Indikatorius
Respondentų požiūris į dantų spalvos svarbą	9	<ul style="list-style-type: none"> • Kaip vertinate savo dantų estetinį vaizdą? • Ar susimąstėte, kad kiti žmonės atkreipia dėmesį į jūsų dantų spalvą? • Ką pirmiausia pastebite žmogaus šypsenoje kai su juo bendraujate? • Ar Jums svarbi Jūsų dantų spalva? • Ar sutinkate su teiginiu: „balti dantys – raktas į sėkmę“? • Kaip manote, ar aktorius turėdamas gelsvus /pilkus dantis būtų patrauklus žiūrovui/ publikai? • . Kaip manote ar balti dantys suteikia daugiau pasitikėjimo darbe? • Ką norėtumėte keisti savo šypsenoje? • Dantų spalvos vertinimas.
Respondentų požiūris į dantų būklę	3	<ul style="list-style-type: none"> • Ar daug dėmesio skirate savo dantų priežiūrai? • Ar dažnai lankotės pas gydytoją odontologą? • Ar reaguojate į gydytojo odontologo išsakytas pastabas, pastebėjimus, siūlymus?
Dantų spalvos pokyčius įtakojantys veiksniai	4	<ul style="list-style-type: none"> • Ar Jūsų dantų spalva turi įtakos jūsų darbui? • Kaip manote, kurie veiksniai turi įtakos dantų spalvos kitimui jūsų darbo aplinkoje? • Ar esate atkreipęs dėmesį į savo dantų spalvos kitimą? • Ką darote norėdami palaikyti dantis kaip įmanoma baltesnius?
Demografinė charakteristika	2	<ul style="list-style-type: none"> • Lytis • Amžius

Apklauso anketa**1. Jūsų lytis:**

- a) moteris
- b) vyras

2. Jūsų amžius:

- a) 18-25
- b) 26-30
- c) 31-40
- d) 41-50
- e) 51-60

3. Kaip vertinate savo dantų estetinį vaizdą?

- a) labai gerai
- b) gerai
- c) vidutiniškai
- d) blogai
- e) labai blogai

4. Ar susimąstėte, kad kiti žmonės atkreipia dėmesį į jūsų dantų spalvą?

- a) taip
- b) ne
- c) neturiu nuomonės

5. Ką pirmiausia pastebite žmogaus šypsenoje kai su juo bendraujate?

- a) dantų spalvą
- b) trūkstamus dantis
- c) dantų švarumą
- d) dantų formą

6. Ar daug dėmesio skirate savo dantų priežiūrai?

- a) labai daug
- b) vidutiniškai
- c) tik palaikyti higienai
- d) neskiri visiška

7. Ar dažnai lankotės pas gydytoją odontologą?

- a) labai dažnai (4 ir daugiau kartų per metus)
- b) dažnai (2-3 kartus per metus)
- c) retai (1 kartą per metus)
- d) labai retai (1 kart per 2 metus)
- e) nesilankau

8. Ar reaguojate į gydytojo odontologo išsakytas pastabas, pastebėjimus, siūlymus?

- a) taip
- b) ne
- c) neturiu nuomonės

9. Ar Jūsų dantų spalva turi įtakos jūsų darbui?

- a) taip
- b) ne
- c) neturiu nuomonės

10. Kaip manote, kurie veiksniai turi įtakos dantų spalvos kitimui jūsų darbo aplinkoje?

- a) savo darbe patiriu stresą
- b) dirbdamas neturiu pakankamai laiko skirti subalansuotai mitybai
- c) dirbdamas dažnai rūkau
- d) darbe geriu daug kavos
- e) darbe naudoju tonizuojančius gėrimus
- f) nėra veiksnių

11. Ar esate atkreipęs dėmesį į savo dantų spalvos kitimą?

- a) taip
- b) ne
- c) nesusimąstau

12. Ar Jums svarbi Jūsų dantų spalva?

- a) taip labai
- b) svarbu
- c) nelabai svarbu
- d) visiškai nesvarbu

13. Ar sutinkate su teiginiu: „balti dantys – raktas į sėkmę“?

- a) taip
- b) ne
- c) neturiu nuomonės

14. Įvertinkite savo dantų spalvą:

- a) akinančiai balti
- b) balti
- c) natūraliai balti
- d) gelsvi
- e) geltoni
- f) pilki
- g) tamsiai pilki

15. Kaip manote, ar aktorius turėdamas gelsvus /pilkus dantis būtų patrauklus žiūrovui/publikai?

- a) taip
- b) ne
- c) nesvarbu

16. Kaip manote ar balti dantys suteikia daugiau pasitikėjimo darbe?

- a) taip
- b) ne
- c) neturiu nuomonės

17. Ką darote norėdami palaikyti dantis kaip įmanoma baltesnius?

- a) profesionali burnos higiena
- b) dantų balinimas
- c) nieko nedarau

18. Ką norėtumėte keisti savo šypsenoje?

- a) dantų spalvą
- b) dantų formą
- c) nekeisčiau nieko