



MDDr. Michal Štefanatný, Ph.D. a MDDr. Šimon Belák, Ph.D.

Keď mal Michal 8 rokov a na hudobnej výchove sa už učil Suchoňovu „Keď sa vlci zišli“, Šimon ešte ťahal káčera po sídlisku. Ich prvé reálne stretnutie pravdepodobne prebehlo v školskej jedálni v rade na granadírsky pochod. Ani jeden z nich si to však nepamätá, lebo Šimon bol v tom čase Michalovi stále asi tak po pás. Muselo pretiecť ešte veľa vody vo Váhu, kým sa výškovo dorovnali a mohli sa jeden druhému pozrieť z očí do očí. Síce ešte stále v pozícii pedagóg – študent, obaja však hneď vedeli, že z toho bude „niečo viac“. A vtedy sa začala ich odborná spolupráca. Od toho času Šimon Michala v mnohých veciach odborne dobehol, dokonca prebehol. Teraz sú už obaja dosť veľkí a pripravení na to, aby predviedli svoj parodontologický duet.



Terapie parodontologického pacienta

Parodontitis je chronické multifaktoriálne ochorenie, ktorého výsledkom je progresívna deštrukcia závesného aparátu zubu. Z hľadiska etiológie je dôležitá hlavne prítomnosť biofilmu a vnímavosť hostiteľa. Vzhľadom k veľmi obmedzeným možnostiam ovplyvnenia vnímavosti hostiteľa zostáva základným pilierom terapie mechanické očistenie zubného kameňa a povlaku z povrchu zubov. To je kľúčové nielen počas iniciálnej terapie ale aj v udržiavacej fáze, aby sa zabránilo relapsu ochorenia.

Aké nástroje mám pri mechanoterapii použiť? Kedy vlastne chcem urobiť debridement, kedy deep scaling a kedy root planing? Aký účinok má doplnková terapia a kedy nám už alchýmia nepomôže a musím tasiť skalpel? V našej prednáške sa pokúsime zodpovedať na tieto často kladené otázky.

Paul Bielak se velmi podrobně se věnuje diagnostice hlubokého stabilizačního systému, je asistentem prof. Stuarda McGilla v oblasti mechaniky zad, spolupracuje s doktorem Aleksandrem Dejanovicem z kliniky Vertex v Srbsku. Od roku 1991 se věnuje fitness a bojovým uměním. Učil se umění samurajů přímo v Japonsku, kde 10 let žil a poté se přestěhoval do Brazílie, aby dále studoval Capoeiru, Box, Kickbox, Aikido, Kobudo. Je odborníkem na pohyb a správné pohybové návyky.

Je zakladatelem konceptu Advance Training.

Postura jako každodenní hygiena páteře

Vysoká prevalence bolestí zad, krční páteře a horních končetin mezi profesionály ve stomatologii není náhodná – vzniká kombinací statického zatížení, nevhodných pracovních poloh a nedostatku kompenzace. Tento interaktivní workshop nabízí praktický přístup k prevenci muskuloskeletálních poruch inspirovaný biomechanickými principy. Účastníci se naučí jednoduchá, ale účinná cvičení pro každodenní „hygienu páteře“, která lze snadno zařadit do pracovního dne. Součástí budou také principy zdravého držení těla, práce s oporou v chodidlech, vizuální stabilizace a „vertikalizace“ postury. Cílem je poskytnout konkrétní nástroje pro snížení zátěže pohybového aparátu, zlepšení komfortu při práci a dlouhodobé udržení výkonnosti – stejně jako pravidelná ústní hygiena chrání zuby, pravidelná péče o páteř chrání vaše zdraví. Každý účastník obdrží přehledné PDF s doporučenými cviky a zásadami.

