

*„Bezbolestný zdravý chrup a krásný úsměv je důležitou vizitkou každého a velkou mírou se podílí na celkovém sebevědomí člověka,“
uvádí na svých stránkách MDDr. Břetislav Hněvsa.*

S novým rokem přichází i nový pan zubař!

Petra Bittmanová (Oliveriusová), autorka rozhovoru, foto archiv lékaře

Je prosincová sobota odpoledne a já vcházím zadním vchodem do lékařského domu. Jsem na chodbě, kudy jsem šla snad stokrát. Jako malá i jako velká. Hledám dveře. Kde to jen může být? Těch dveří jsem si snad nikdy nevšimla! Klepu na ně a dveře se zrovna otvírají! Za nimi stojí krásná mladá slečna a hned vedle ní milý pán. Oba se usmívají a vítají mne s nabídkou kávy. Tak jsem tu správně na rozhovor s novým panem zubním doktorem a jeho sestřičkou. Jsou sehraná dvojka, to je vidět na první pohled! Krásné prostory, čisté a útulné. Všimám si i dětského koutku, vše je ve finálních přípravách. A náš poslední rozhovor tohoto roku může začít.

► Co Vás vedlo k otevření ordinace právě u nás ve Velkých Popovicích?

BH: Přes tři roky jsem pracoval v ordinaci v Českých Budějovicích. Hlavní důvod přechodu sem byla má přítelkyně. Ale přispělo k tomu více aspektů, také jsem ve své bývalé práci nebyl zcela spokojený. Abych řekl pravdu, nejsem tolik městský typ, mám raději menší městečka a moje přítelkyně, která je zároveň mojí sestřičkou, pochází z Kamenice. Hledal jsem proto místo v okolí. Oslovil jsem i místní úřad a sešlo se to tak, že jsem si tu zařídil ordinaci, a jsem moc rád, že to vyšlo.

► Proč jste si vybral studium právě zubařiny?

BH: Dlouho jsem nevěděl, co studovat. Rodina a blízcí mi říkali, že mám šikovné ruce, proto jsem začal uvažovat, kde to uplatnit. Moje starší sestra začala studovat na medicíně dětskou lékařku, a protože jsem šel už od mala v jejích stopách, vydal jsem se i já po gymnáziu tímto směrem. Dětskému lékařství jsem se ale věnovat nechtěl, tak jsem si vybral zubní lékařství.

PP: Mě vždy táhlo zdravotnictví, přála jsem si pomáhat lidem. Pak jsem poznala svého přítele, pana doktora, který mě zavedl do zubařiny a vyprávěl mi o tom, jak funguje. A to mě pohltilo, četla jsem



Nový velkopopovický zubní lékař a jeho sestřička se představují:

MDDr. Břetislav Hněvsa, 28 let

- > pochází z Rudolfova u Českých Budějovic
- > vystudoval: Lékařskou fakultu Univerzity Karlovy v Plzni, obor zubní lékařství
- > zaměstnání: zubní lékař
- > záliby: sport – běh, cvičení, příroda, turistika

Bc. Patricie Procházková, 23 let

- > pochází z Kamenice
- > vystudovala: VŠ zaměřenou na management, akreditaci na zubní sestru, nyní dále studuje v oboru zdravotnictví
- > zaměstnání: zubní sestra
- > záliby: jízda na koni, zpěv, hra na klavír, sport, vaření

o tom a začala to i studovat. Na praxi jsem chodila také k němu, a tak jsme se společně dostali až sem, do Velkých Popovic. Je to pro mě opravdu „dream job“. Mám velkou radost, když opravíme třeba nějaký estetický problém, pacient pak odchází s vyšším sebevědomím a hlavně šťastný, nebo když někomu pomůžeme od bolesti.

„Prvním bodem je pravidelně chodit na preventivní prohlídky.“

► Jaké služby budete od ledna nabízet?

BH: Nabízíme základní péči. Od preventivní pro-

hlídky po různé zákroky. Ordinace je vybavena rentgenovými přístroji čili standardní velké i malé snímky si děláme sami, pacienti nemusí nikam dojíždět. Provádíme ošetření kazů, kanálků, extrakce zubů, ale i rekonstrukce chrupu nebo třeba bělení zubů a instruktáž zubní hygieny. Do budoucna bych rád rozšířil portfolio i o implantáty.

► Kolik minut/hodin denně trávíte údržbou svého chrupu?

BH: Ráno pár minut, protože na to není tolik času. Řekněme 2 až 3 minuty. Večer je to důležitější, na to kladu větší důraz a zubům se věnuji 10 nebo i 15 minut.

PP: Ráno to mám podobně, čištěním zubů trávím asi 3 minuty. Večer bych řekla kolem 10 minut.

► Zařízení nové ordinace musí být finančně dost náročné, kolik stojí například zubařské křeslo?

BH: To ano, finančně náročné to je. Křeslo v základu stojí přes půl milionu, ale každé další vybavení na křesle stojí více a více, takže celková cena se může nakonec vyšplhat i nad 1 milion korun. Velký rentgen jsem ale pořídil z jiné ordinace za nižší cenu, než by stál úplně nový. Když se instaloval a kalibroval, což je nutné při každém přemístění, chválili jeho snímky i technici. Mnoho klinik mění stroje třeba už po 2 letech, ale tento přístroj funguje jako nový, tak se takto využije ještě na další roky.

„Rodina a blízcí mi říkali, že mám šikovné ruce, proto jsem začal uvažovat, kde to uplatnit.“

► Nabízíte i ošetření pro děti, vidím, že v čekárně je i dětský koutek. Jakým způsobem pracujete s dětskými pacienty?

BH: Ano, stoleček se židličkami byla jedna z prvních věcí, kterou jsme sem dali. S dětmi pracujeme pomalu a opatrně. Dbáme na to, abychom jim vše nejdříve vysvětlili a ukázali, což propojuji i se svou praxí na dětských táborech, kde je vysvětlování také důležité. S dětmi jsme pracovali oba, já i sestřička, a řekl bych, že to umíme. Vše rádi vysvětlíme samozřejmě i rodičům. Je nám jasné, že u dětí my zubaři nemáme dobrou pověst a automaticky z nás mají obavy. S tím ale pracujeme, například tak, že místo věty „teď ti vyvrtám zub“ řeknu „očistíme zoubek elektrickým kartáčkem a vyženeme pár červíků“.

► Říkáte dětem „neboj se“? Slyšela jsem, že se to říkat nemá, protože se pak tím spíše začnou bát.

BH: Snažíme se to neříkat, ale často to prostě ujde, je to taková přirozená věta, která z vás vypadne, ani nevíte jak. Musím říci, že v předchozím zaměštnání se nám podařilo přátelským přístupem v dětských pacientech vybudovat takovou důvěru, že se k nám i těšili. U jiných dětí se dokonce strach zlomil a již se k zubaři nebály chodit, předsudek vůči návštěvě zubního lékaře pak opadl.

PP: Musím potvrdit, že pan doktor to s dětmi opravdu umí, nesetkala jsem se s tím, že by se nějaké dítě nepodařilo ošetřit. Někdy to dalo zabrat, ale vždy se podařilo zdárně dojít do cíle. Děti z něj cítí empatii a klid.

► Vaše ordinace je i na sociálních sítích, kromě webových stránek máte i facebook a instagram. Co se na nich dozvíme?

BH: Na tom pracuje hlavně slečna sestřička, společně si říkáme, co se nám líbí. Na webových stránkách bude to klíčové – otvírací doba, nabízené služby, ceník atd.

PP: Chtěli bychom, aby na instagramu byly větší informace k ordinaci, včetně nabízených služeb. Zároveň bychom to chtěli odlehčit. Například uveřejníme fotografie ordinace před tím,

než jsme si to tu upravili. Sloužit by měl ale hlavně k pobavení.

► Jakým způsobem se bude objednávat? Máte již nějaké pacienty objednané?

BH: Bude to probíhat hlavně telefonicky. Respektujeme i to, že někdo se zdráhá mluvit do telefonu, proto je i druhá možnost – e-mailem, ale telefonicky je vždy rychlejší domluva. Online by to šlo těžko, protože každá návštěva je individuální a dobu, jakou zde pacient bude, určí nejlépe lékař sám, ne pacient ani počítač. Pacienti nám již začali volat ohledně lednových termínů. Řekl bych, že se nám hlásí více pacientů, než jsme původně očekávali.

► Se kterými zdravotními pojišťovnami budete spolupracovat? Jaká bude ordinační doba?

BH: Chtěli bychom spolupracovat se všemi. Nyní to řešíme a doufáme, že nenastane nějaký problém, ale neměl by v tom být žádný háček, protože je ordinace v lokalitě, kde zubař chybí. Pracovní dobu se dočtete již teď na webových stránkách a je to každý den od 8 do 15 h. Jen pátky jsou lehce zkrácené do 13 h.

► Jsou z Vaší strany v plánu spolupráce s dentálními specialisty či jinými specialisty?

BH: Ano, určitě. Budeme zjišťovat kontakty v okolí a budeme dávat doporučení.

„Večer je čištění důležitější, na to kladu větší důraz a zubům se věnuji 10 nebo i 15 minut.“

► Jaké preventivní kroky doporučujete, aby se lidé vyhnuli větším zákrokům? Je to omezení sladkého?

BH: Prvním bodem je pravidelně chodit na preventivní prohlídky. Dalším hlavním bodem je dodržování hygieny. Sladké má určitě také vliv, ale hygiena, správné čištění, je alfa omega. Pokud je někdo opravdu velký jedlík sladkého, ale hygienu má dobrou, ve velkém riziku není. Není to až tak o zubních pastách, výplachu nebo zubní sprše, ale především o důkladnosti samotného čištění. Mimo používání měkkých zubních kartáčeků důrazně doporučuji i mezizubní kartáčky, které jsou stejně důležité jako klasický kartáček.

► Co s pacienty řešíte nejčastěji?

BH: Jsou to zubní kazy. V dnešní době se dostává mezi lidi do povědomí více informací, jak správně čistit zuby, ale i o čištění mezizubních prostor správnou velikostí mezizubních kartáčeků. Tohle vše chci i svým pacientům ukázat a na modelu je instruovat, jak správně postupovat. Mimo jiné bych jim chtěl doporučit i návštěvu dentální hygieny. Velkou radost mi dělá, když přijde pacient, dejme tomu ve věku 80 let, a má všechny svoje zuby.

► Kde se kazy nejčastěji tvoří?

BH: Ty se nejčastěji tvoří na žvýkacích ploškách a v mezizubních prostorech, proto je tak důležité používat i mezizubní kartáčky, neboť tak po

vyčištění zubů všechny bakterie a plak dostanete pryč. Ideální by bylo, kdyby si už i malé děti vytvořily návyk používat mezizubní kartáčky a braly je jako samozřejmost.

„Je důležité zbavovat se zubního kamene a plaku pravidelně.“

► Jak často doporučujete pacientům chodit na dentální hygienu?

BH: Ideálně dvakrát ročně, stejně jako k zubaři. Ať totiž člověk čistí sebelíp, zubní kámen se na zubech stejně nakonec vytvoří a nemusí být okem vidět, zvlášť když je pod dásní. Dentální hygiena je vhodná i u dětí od 4 až 5 let, pokud je dítě šikovné. Ultrazvukem na hygieně se zubní kámen hezky odstraní a pískovačka očistí zuby od pigmentu. Je to šetrná technika. I když je to pak chvíli citlivé, dutině ústní se nakonec uleví. Předchází se tak zánětům dásní, parodontu, a tím i předčasným ztrátám zubů v pozdějším věku způsobeným parodontitidou. Zubní kámen je vlastně plak zmineralizovaný slinou. Klasickým kartáčkem pak nejde odstranit. K tomu je dentální hygiena opravdu užitečná a důležitá.

► Na závěr mi prosím povězte, co s krvácením dásní? S tím se potýkáme celkem často.

BH: Obrana organismu je zánět. Pokud je na zubech velké množství bakterií, ať už ve formě plaku, nebo zubního kamene, organismus reaguje zánětem a výrazně prokrví dásně. Takto se do míst bakteriální zátěže dostanou imunitní buňky krve, čímž se tělo brání infekci. Krvácení je tedy znak toho, že se něco děje, že je něco špatně. A proto je důležité se tím nenechat od čištění odradit, ale naopak zdokonalit svou péči, ať už správným a pravidelným užíváním zubního i mezizubních kartáčeků, nebo samozřejmě také návštěvou dentální hygieny. Již po několika dnech kvalitního čištění postupně krvácení ustane. Zánět dásně je tedy první varovný signál, který bychom neměli ignorovat. Dásně je totiž důležitá bariéra, která při poškození neplní svou funkci, a bakterie prostupují skrz ke kosti, která se v důsledku zánětu rozpouští a dochází k jejímu úbytku a předčasné ztrátě zubů. Proto je důležité zbavovat se zubního kamene a plaku pravidelně.

Děkuji Vám za rozhovor a všechny cenné rady.

Doufám, že se naši čtenáři na jejich základech třeba inspirovaní a dají si i nějaká nová předsevzetí.

Přeji mnoho spokojených pacientů a věřím, že se Vám v Popovicích bude líbit. Do nového roku Vám i čtenářům přeji hlavně zdraví a klid. ■

NOVÁ ZUBNÍ ORDINACE VE V. POPOVICÍCH

Přijímáme nové pacienty.
Ordinovat začínáme 5. ledna 2026.

PO-ČT 08.00–15.00 / PÁ 08.00–13.00
Husova 198, 251 69 Velké Popovice
T: 773 238 707 / E: ordinace@bhdent.cz
www.bhdent.cz