

# ZDRAVÉ ZUBY NA DOŽIVOTÍ

„Nechat si zničit zuby je strašná škoda,“  
říká stomatochirurg ROMAN ŠMUCLER,  
ředitel a majitel Kliniky a institutu  
estetické medicíny Asklepion,  
který se na podzim ujme  
vedení České stomatologické komory.

Text: Olga Myslivečková  
Foto: David Turecký

Stomatochirurg Roman Šmucler se na podzim  
stane předsedou České stomatologické komory.

☞ Zvolení do jejího čela pokládám  
za závěr své kariéry, říká.





•• Mám několik amalgámových plomb. Jsem s nimi spokojený, všechny drží již přes dvacet let. Amalgám není krásný, ale je neuvěřitelně spolehlivý. ••

**T**akové entrée jsem si nevymyslela ani si nepřála. Den před rozhovorem s docentem Romanem Šmuclerem mi vypadla stará amalgámová plomba. „Alespoň jste tematicky zaměřená,“ poznamenal k mému přiznání stomatolog.

**Jste proti evropskému zákazmu používání amalgámových výplní, který by měl platit od příštího roku?**

Zákaz by se měl týkat dětí do patnácti let, těhotných žen a kojících maminek. Z odborného hlediska k tomu není žádný důvod. Kvůli rtuti, kterou amalgám obsahuje, zavedli v mnoha zemích odlučovače. V České republice je máme už deset, možná i více let. V některých, i vyspělých, státech se ale amalgám stále vypouští do kanalizace. Ty důvody jsou ekologické. Podle mého názoru tak trochu i lobbistické, protože stomatologové budou nuceni používat na zubní výplně jiné materiály. Amalgám jako každý materiál má svoje výhody a nevýhody. Jeho výhodou je, že je relativně levný. Nejsem fanda amalgámu, sám jej dlouho nepoužívám. Byl jsem jeden z prvních, který u nás začal dělat kompozitní výplně, které na pohled nerozeznáte od vlastního zubu. Byla by ale chyba říkat pacientům, že je nebezpečný, aby se lekli, protože to není pravda.

**Máte sám amalgámovou plombu?**

Mám – a několik. Jsem s nimi spokojený, všechny mi drží přes dvacet let. Amalgám není krásný, ale je neuvěřitelně spolehlivý.

**Kdy jste byl naposledy u zubaře?**

Nejsem vzorný příklad. Jednou za čas poprosím kolegu, aby se na mne podíval a udělal mi rentgen. Dnes se zubní kaz zjišťuje hlavně rentgenem.

**Vrtal jste si sám zub. Proč?**

Tehdy jsem naopak nechtěl kolegy zbytečně obtěžovat. Ne že bych jim nevěřil,

ale mě baví zkoušet na sobě různé věci. Uraženou jedničku jsem si jednoduše opravil před zrcadlem.

**Stomatolog Jiří Šedivý tvrdí, že zubařům a dentálními hygieničkám se tvoří malé množství zubního kazu.**

To je pravda. K dentální hygieničce ale nechodím, i když jsem si z profesních důvodů její péči také vyzkoušel. Pokud si děláte dobře zubní hygienu doma a máte trochu štěstí, protože záleží i na tom, jakou vodu pijete, co jíte, a nemáte-li jiné záněty či genetické zatížení, nepotřebujete ji. Pro většinu naší populace je ale velmi potřebná.

**Zmínil jste genetické zatížení.**

**Pamatují si, jak Jiří Pekárek, první „polistopadový“ prezident České stomatologické komory, neustále opakoval, že se lidé, kteří mají zuby ve špatném stavu, vymlouvají na dědičnou náklonnost k zubním kazům, místo aby si zuby dobře čistili.**

Zubní kaz opravdu není dědičný. Když si dobře čistíte zuby, kazy nemáte. Samozřejmě existují vzácná onemocnění, člověk se například narodí se zuby bez skloviny – pak samozřejmě za tvorbu zubního kazu nemůže. Zuby některých lidí, přestože jejich zubní hygiena není tak dokonalá, jsou k tvorbě kazu odolnější. Lidé však „genetiku“ občas zaměňují za rodinnou zálibu v pojití sladkých jídel. Ke snídani sní něco sladkého, v poledne si dají dortík a po večeři se odmění kouskem čokolády. Možná zapominají na to, že o délce jejich života rozhoduje i stav jejich zubů.

**Ovlivnil nakonec doktor**

**Pekárek Čechy a Moravany?**

Nebyl to jenom on, ale počet kazů od té doby drasticky klesl. Lidé se naučili čistit si zuby. Přesná čísla z našeho státu bohužel nemáme, ale v západní Evropě se snížil vlivem lepší hygieny na dvacet procent, tedy pětkrát. My však



•• Možná vám to bude připadat absurdní, ale před každým zákrokem se Klienta ptáme, zda chce vypadat lépe ve skutečnosti, nebo na fotografii. ••

nejme na úrovni západní Evropy. Sám mám hodně pacientů, které jsem před lety učil čistit si zuby, a ti ke mně chodí víceméně na společenské kontroly. Pokud si nevyrazí zub třeba při pádu z kola nebo na lyžích. Pamatuji si, když jsem byl ke konci minulého století v Tokiu, jak profesor svolával všechny kolegy, aby se přišli podívat na silně zkažený zub, protože to bylo něco vzácného. Smál jsem se tomu, protože my v té době tahali v Praze tisíce zkažených zubů. Dnes už bych v centru Prahy také pomalu mohl svolávat kolegy.

#### Jak si správně čistit zuby?

Teď řeknu něco kacířského: zuby si lze čistit jednou denně, ale pořádně. Pro jejich zdraví je to dostačující. Čistíme si je obvykle dvakrát denně, ráno ze společenských důvodů a večer po posledním jídle ze zdravotních důvodů. Znam ovšem kolegy, kteří nosí zubní kartáček v kapse a po každém jídle si je čistí. Chodí ke mně občas také lidé, kteří říkají, že si je čistí pětkrát denně, a přesto se jim kaz objeví. Odpovídám jim: „Čistíte si je pětkrát denně blbě.“ Nečistí si totiž mezi zubní prostory, přitom ty jsou při čištění zubů klíčové. Protože si nečistím zuby v koupelně, kde bych se hrbl nad umyvadlem a za chvíli omdlel, pomohl jsem spoustě lidí, kteří mému způsobu začali říkat „Šmuclerova metoda“. Vezmu si mezizubní kartáčky a kartáček, posadím se před televizi a jedu... Za dvacet minut vyslechnu nejdůležitější zprávy dne a mám dokonale vyčištěné zuby. Nesmí se to jen přehnat s množstvím pasty. Používáním mezizubních kartáčků a dentální nitě ušetří člověk tisíce korun, proto stále opakuji, že nejlepší prevencí proti zubnímu kazu jsou vysoké poplatky u zubaře. To je velká motivace.

#### A co ústní voda?

Jsou kosmetické ústní vody, které leží třeba i v některých lepších amerických podnicích na toaletách, abychom po příliš kořeněném jídle neobtěžovali svým dechem přátele a kolegy. A pak jsou lé-

čivé vody, typicky s vyšším obsahem chlorhexidinu, které pomohou zastavit zánět. Jsou velmi účinné, ale ty by měl doporučit pouze lékař. Mnoha lidem odejdou zuby, když leží dlouho po operaci v nemocnici a nedojdou si ani k umyvadlu, pak je dobré si takovou ústní vodou vyplachovat ústa.

#### Budeme se jednou očkovat proti kazotvorným bakteriím?

Zatím probíhá základní výzkum. Nadějnější je, že můžeme fluorescencí zjistit extrémně malé kazy a sklovinu opravit remineralizací, aniž bychom museli zub vrtat. Máme k dispozici látky, které na zub přiloužíme, a pokud dodržíte správnou dietu, zub se sám zahojí. Těžko odhadovat, kudy se výzkum bude ubírat a na jaké metody přijde. Pokud si ale zdravý člověk bude správně čistit zuby, žádné očkování proti kazotvorným bakteriím nepotřebuje.

#### V kolika letech by si měly děti začít čistit zuby?

Nejsem specialista na dětskou stomatologii, ale kolegové si myslí, a já s nimi souhlasím, že od okamžiku, kdy se jim prožejou první zoubky, tedy asi od šesti měsíců. Moje dítě, kterému je už přes rok, si je alespoň od té doby čistí – a hrozně ho to baví. Každý den se syn těší na koupání, řádí ve vaně a kartáčkem si mydlí v puse. Samozřejmě mu je pak dočistíme. Bere to jako hru a vůbec se neštve.

#### Nahradil zubní kaz masovějí jiný problém?

Je to lidově řečeno „paradentóza“, opravdová metla zubů. Zánět dásní bývá častější ve vyšším věku, obvykle spojený s celkovým onemocněním, typicky cukrovkou. Objeví se tak i navzdory slušné, přesto nedokonalé zubní hygieně.

#### Nakolik spojujete lidskou krásu se zuby?

Stomatologie je největší obor estetické medicíny. Tvar a vzhled zubů je pro lidi

extrémně důležitý, jak potvrzuje řada studií. Co si myslí Šmucler, není tak důležité. Sám to tolik neprožívám. Mám jednu jedničku místo dvou, někteří lékaři mě neustále přesvědčují, abych si nechal zuby předělat. Nepatřím ale mezi lidi, kteří si za každou cenu nechávají něco ošetřit, předělat, aby byli superkrásní. Připomenu jen manželku nového francouzského prezidenta: když začala volební kampaň, celá Francie řešila špatné zuby Brigitte Macronové. Měla je opravdu špatné. Během kampaně si je nechala předělat. Netvrdím samozřejmě, že sněhobílá porcelánové zuby vyhrály Macronovi volby, ale jsem přesvědčen, že mu to trochu pomohlo.

#### Bez krásného úsměvu jsme ztraceni?

Žijeme dnes ve „fotografické civilizaci“. Dáváme fotky na Facebook, novináři v časopisech a novinách komunikují se čtenáři daleko více přes fotografie – a to nemluví o televizi a „selfíčkách“. Neříkám, zda je to dobře, nebo špatně. Prostě to tak je. Možná to někomu bude připadat absurdní, ale před každým estetickým zákrokem se ptáme klienta, zda chce vypadat lépe ve skutečnosti, nebo na fotografii, protože čočka některé detaily deformuje. Pro lidi, kteří veřejně vystupují, je to ještě důležitější. Zuby děláme často jakoby špatně na pohled, ale tak, aby při focení s bleskem vypadaly na snímku dokonale.

#### Používáte dentální dekorace?

Nikdy jsem je moc nedělal. Věnuji se pacientům, kteří mají nádory, jsou bezzubí... komplikovaným případům. Vzpomínám si ale, jak jeden Němec chtěl místo jedničky Braniborskou bránu. Zdálky vypadala jako normální zub, ale zblízka to byla Braniborská brána. Byl z Berlína a na svůj nový zub byl nesmírně hrdý. Musí si jej ovšem pečlivě čistit.

#### Nevidí zubům rozličné ozdoby?



●● Stomatolog musí být hodně chytrý, moc šikovný, řemeslně zdatný, výtvarně talentovaný, mít cit pro barvy a umět skvěle komunikovat. ●●

Pokud jsou sundavací, pak ne. Když si Madonna nechala udělat zlaté zuby, dělali jsme je také, říkali jsme jim Madonna Bridge. Viděl jsem v Rusku zuby vyrobené také po vzoru Madonny, ovšem na obroušené zdravé zuby. To už problém je, to bych neudělal. Někdy též pro klienty vymýšlíme různé speciální konstrukce, třeba když se vyráběly zuby pro muzikál Ples upírů tak, aby se v nich dalo zpívat. Ve většině zemí, v nichž se muzikál hrál, zuby zpěvákům pouze nalepili. Kuriozitou byly například kolegy vytvořené intarzované zuby, které měly na zadní straně z jiné barvy keramiky vlepiny do korunky podpis jejich majitele. Talentovaných lidí, kteří tohle umí, je ale strašně málo.

#### Je stomatologie exkluzivní profesí?

Jestli myslíte z finančního hlediska, pak určitě není. Průměrný zubní lékař je chudší než průměrný nemocniční lékař.

#### Myším z medicínského.

Stomatolog musí být hodně chytrý, moc šikovný, řemeslně zdatný, výtvarně talentovaný, mít cit pro barvy, umět skvěle komunikovat. Vynikající zubní lékař je výjimečný talent. A těch je na celém světě opravdu málo. Ani nejbohatší lidé z centra Londýna nebo New Yorku nemohou často najít dobrého zubního lékaře, prostě se nerodí. Na druhou stranu znám spoustu doktorů, kteří na českých a moravských vesnicích dělají stejnou stomatologii jako na nejdražších místech v Curychu nebo v New Yorku. Jsou špičkami v oboru. Baví je to a jsou „pozitivně bližní“. Úroveň české stomatologie je pověstně dobrá.

#### Proto k nám jezdí pacienti ze zahraničí?

Jezdí k nám ze dvou důvodů: jednak kvůli nízkým cenám – a jsme hloupí, že jich není více. V Polsku například léčí mnoho německých pacientů a německé zdravotní pojišťovny za jejich léčbu posílají do polských nemocnic miliardy eur, proto-

že se jim to vyplatí, ušetří. A pak jsou to velmi bohatí klienti, a na to jsem hrdý, kteří by se mohli nechat ošetřit kdekoliv na světě, jelikož peníze pro ně nehrají žádnou roli, ale oni přijdou například k nám do Asklepiou. Dříve jsem jezdil na konzultace za nimi, dnes přijdou k nám, aby si nechali spravit zuby. Je to jediný důvod, proč zavítají do České republiky. A málokdo si uvědomuje, že právě proto také můžeme „levněji“ ošetřovat Čechy, protože tak máme více peněz.

#### Jste zastáncem větší specializace v medicíně. I ve stomatologii?

Budoucí lékaři by měli získat při studiu široké znalosti, určitě širší, než mají, a posléze se naopak mnohem více specializovat. Řekne-li se například zubní chirurg, je to stále hodně široký obor. Stomatochirurg by se měl specializovat třeba na dva typy operací, které zvládne i poslepu, a po čase to může změnit. Nemluvě o tom, že medicína mezitím pokročí a třeba právě tyto typy operací budou už zastaralé. Sám se specializuji na zubní implantáty a lasery, ale jen na pár přesně daných ošetření. Děláním jejich velké množství, pracuji automaticky a rychle. Pokud dělám odlišnou operaci, zapotím se u toho. Samozřejmě že mě víc baví dělat pokaždé něco jiného, ale pacient si zaslouží, aby jeho ošetřující lékař určitý výkon zvládal dokonale. Flexibilita vzdělání se u nás ale nepodporuje. Posílám lékaře do Německa, kde se za půl roku naučí, co potřebují, a rychle získají i atestaci, protože tam je výuka velice intenzivní.

#### Objevujete nové léčebné postupy, rád pracujete s novými přístroji... Co vás v poslední době zlákálo?

Vždycky něco vymyslím, druhého naučím – a už to nechci dělat. Naštěstí mám kolem sebe hodně šikovných lidí, kteří v tom pokračují. Teď například s kolegy pracujeme na projektu, jak částečně nahradit zubního lékaře robotem. Zubní lékař se dlouho učí, a když už to umí, začne hůř vidět a bolí ho záda. Přemýšlí-

me proto, jak by určité úkony, například „broušení zubů“, které by samozřejmě naplánoval lékař, za něj „oddřel“ stroj. Navíc robot je přesnější než člověk a lékař by získal více času na komunikaci s pacientem.

#### Na podzim se ujmete funkce prezidenta České stomatologické komory. Co uděláte jako první?

Už jsem spoustu věcí rozjednal a některé i s pomocí kolegů dotáhl do konce. Chci učít zubní hygieně všechny děti, zejména třeba v romských ghettech, kde už jsme s tím začali. Pokud si jejich rodiče zuby nečistí, už je to nenaučím, ale dětem je potřeba dát sanci, aby to zvládly. Zamezil jsem s kolegy ve spolupráci s úřady záplavě ne zcela kvalifikovaných lékařů z Východu, protože se rozkřiklo, že v Čechách berou každého, ať už je potom schopný vykonat aprobační zkoušku, nebo ne. Na počet obyvatel máme zubních lékařů dost, nemusíme je k nám lákat z ciziny. Samozřejmě když do České republiky přijde kvalitní lékař a zkoušku udělá, je vítáný. Vadí mi, že pojišťovny platí za zubní výplň směšně málo peněz, a pokud si lidé nejsou ochotní zaplatit u „venkovského“ zubaře za jiné úkony, lékaři musí praxi zavřít a přesunout se do velkého města. Stát navíc ukládá absurdní administrativní povinnosti a úředníci se schovávají za Unii, ale vesměs jsou to v detailu naše výmysly, které vyhánějí ze systému zejména starší kolegy. Stomatologie je u nás nastavená na pojišťovnu jako válečná medicína. Na uhašení bolesti a nejjednodušší sanaci zubů. Víte, za kolik korun má udělat stomatolog dětskou výplň?

#### Ne.

Za méně než dvě stě korun. Musel by dítě ošetřit do sedmi minut od okamžiku, kdy vstoupí do ordinace. To je přece nesmysl.

#### O co ještě budete usilovat?

Chtěl bych změnit systém vzdělávání. Máme málo učitelů zubního lékařství,

●● Chci učít zubní hygieně všechny děti, třeba i v romských ghettech, kde už jsme s tím začali. ●●

když to řeknu lidově, chybí nám pedagogové na plomby, můstky, implantáty... dostatek máme snad jen stomatochirurgů, kteří operují například nádory. Budu tlačit na uplatňování západních standardů léčby a na navrácení peněz, které stát stomatologům sebral. Teď se setkávám s lidmi a přesvědčuji je, aby se více angažovali v komoře, vybírám si spolupracovníky, ale znáte to – v Čechách se nikdo do funkcí moc neženě.

#### Vy jste se „hnal“?

Ucházel jsem se. Byl bych rád, kdyby více špičkových lidí ve svém oboru bylo ochotno se v určitém okamžiku angažovat ve věcech veřejných a usilovat o rozvoj západního stylu demokracie. Znít to asi moc bombasticky, ale opravdu se chceme vrátit do socialismu, abychom se všichni měli stejně – a všichni šťastně?

#### Všichni lidé ale nemají na špičkového stomatologa. Budou chodit s dírou v ústech?

To bych si nepřál. Stomatologům, a tedy hlavně jejich pacientům, stát sebral deset miliard korun a dal je nemocnicím. Každý zubní lékař tak přišel o více než milion korun. Buď se část těch peněz do stomatologie vrátí, nebo ať stát přizná, že některé úkony platit nebude. Nechtěl bych ale, aby lékaři byli nuceni pracovat šťastně anebo si museli říkat lidem o peníze „bokem“, aby je vůbec mohli ošetřit. Úkolem komory je, aby tady byli kvalitní lékaři, kteří budou kvalitně pracovat a budou za svoji práci náležitě zaplacení. Starost o financování systému leží na pojišťovnách a státu. Ty vybírají peníze, a mají proto i povinnosti k pacientům.

#### Považujete zvolení do čela komory za vrchol kariéry? Za závěr kariéry.

#### Vy snad končíte?

Svým způsobem se to tak dá říct. Několik hodin denně trávím v komoře, letos

jsem poprvé nepřednášel na velmi prestižním kongresu v Americe, kam bylo obtížné se vůbec dostat. Odmítl jsem v létě přednášet na kongresu na Bali, kde budou lékaři z celé Asie, a mohl jsem si s sebou vzít rodinu. Musel jsem omezit výuku na zahraničních univerzitách, omezit podnikání, drasticky jsem zredukoval účinkování v televizi, kterou mám rád, ale rozhodl jsem se pro public service, veřejnou službu. Z funkce šéfa stomatologické komory cesta už nikam nevede. Pro mne je to stopka kariéry. Konečná.

#### Proč jste si vybral zrovna moderování jako „vedlejší“ činnost?

Bavilo by mě psát knihy, nejen ty odborné. Ale na to nemám čas. Možná v důchodu. Také bych rád psal scénáře televizní hrané tvorby, jenže to vyžaduje také spoustu času, který nemám. Moderování spotřebuje času méně. Mužete se sice na hodinu na scéně připravit, ale za sebou máte tým lidí, kteří na pořadu dlouho pracovali, dodají vám background. Proto jsem si moderování vybral. Hodně lékařů dělá něco podobného, potřebují nabít baterky, protože v medicíně si je nenabijete tak snadno. Třeba můj švagr, jeden ze špičkových amerických stomatologů, hraje na basovou kytaru a dlouho koncertoval.

#### Přesto jste napsal populární knihu Nevěřte ani mně.

#### Takže vám nemám věřit nic z toho, co jste mi dosud řekl?

Věřte! Její smysl vyjadřuje podtitul knihy: Spínavé triky i neuvěřitelné možnosti estetické medicíny. Estetická medicína je totiž velká džungle, proto jsem knihu napsal a zejména s německými kolegy se zasadil o její regulaci v Evropské unii, aby se jí nemohl věnovat každý, aby měla jasná pravidla, přesná data a fungovala v určitém systému. Možná teď bude někdo zase říkat, že to vymyslel ten hnusný Brusel, ale vymyslel to do jisté míry Šmueler. ●