



Original language: English

Translation to: Turkish

Date of translation: 13.06.2025

Translation team

Project leader: Prof. Olcay Şakar, PhD

Team leader: Berk Bilgen, PhD

Study coordinator 1: Prof. Hanefi Kurt, PhD

Study coordinator 2: Berk Bilgen, PhD

Study coordinator 3: Assoc. Prof. Çağatay Dayan, PhD

Forward translator 1: Prof. Onur Geçkili, PhD

Forward translator 2: Enes Akpınar

Back- translator 1: Berk Kaffaf, PhD

Back- translator 2: Prof. Canan Bural Alan, PhD

Collaborators

Expert panellist 1: Sina Saygılı, PhD

Expert panellist 2: Prof. Tonguç Sülün, PhD

Expert panellist 3: Pınar Şeşen, PhD

Expert panellist 4: Ayşenur Özcan-Sezgin

Expert panellist 5: Afra Avar

www.bruxism-project.com

Copyright © 2024





BruxScreen-Q

Bruksizm Tarama Rehberi (BruxScreen)

Bölüm I: Öz Bildirim Anketi

Açıklama

Bu anket, bruksizmin ve bununla ilişkili çene semptomlarının olası varlığını değerlendirmektedir. Bruksizm, hafif veya güçlü bir şekilde çene ve dişlerin sıkılması ya da dişlerin gıcırdatılması ile kendini gösteren çene kaslarının bir aktivitesidir: Diş sıkılması, hareketsiz bir aktiviteyken; diş gıcırdatılması sırasında alt çene, üst çene boyunca hareket eder. Gıcırdatma genellikle gıcırdatma sesleri ile birlikte görülür. Bu aktiviteler hem uyku sırasında hem de uyanırken ortaya çıkabilir. Genellikle, bruksizm zararsız bir aktivitedir; ancak bazı bireylerde çene ağrısı, çiğneme kaslarında sertlik veya ağız açmada sınırlılık gibi olası sonuçlara yol açabilir. Aşağıdaki kısa anketi yanıtlamanızı rica ederiz. Böylece diş hekiminiz, bu çiğneme kası aktivitesinin olası varlığı hakkında daha fazla bilgiye sahip olacaktır. Lütfen anketi eksiksiz doldurduktan sonra diş hekiminize teslim ediniz. Diş hekiminiz, ankette belirttiğiniz durumların varlığını doğrulamak için çene ve dişlerinizi kısa bir muayeneden geçirecektir.

Yardımanız için teşekkür ederiz!

Diş Hekiminiz

1. Bruksizm

a. Uyku sırasında dişlerinizi ne sıklıkla sıkıyorsunuz?

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

b. Uyku sırasında dişlerinizi ne sıklıkla gıcırdatıyorsunuz?

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

c. Uyanıkken dişlerinizi ne sıklıkla sıkıyorsunuz?

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

d. Uyanıkken dişlerinizi ne sıklıkla gıcırdatıyorsunuz?

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

e. Uyanıkken, yemek yeme dışında, üst ve alt dişlerinizi hafifçe bastırarak ya da birbirine hafifçe değecek şekilde ne sıklıkla temas ettiriyorsunuz?

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

f. Uyanırken, dişlerinizi sıkmadan veya birbirine değdirmeden, kaslarınızı sıkıca kasma ya da germe hareketini ne sıklıkla yapıyorsunuz?

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

2. Çene Semptomları

a. Şakak, yüz, çene veya çene eklemi bölgelerinde ne sıklıkla ağrı, rahatsızlık, hassasiyet, yorgunluk, gerginlik veya sertlik yaşıyorsunuz?

<u>Semptom</u>	<u>Uyandıktan Sonra / Herhangi Başka Zaman</u>	
-----------------------	---	--

Ağrı

- | | |
|---|---|
| ☐ Hiçbir zaman | ☐ Hiçbir zaman |
| ☐ Bazen | ☐ Bazen |
| ☐ Düzenli olarak | ☐ Düzenli olarak |
| ☐ Çoğunlukla | ☐ Çoğunlukla |
| ☐ Her zaman | ☐ Her zaman |
| ☐ Bilmiyorum | ☐ Bilmiyorum |

Hoşnutsuzluk

- | | |
|---|---|
| ☐ Hiçbir zaman | ☐ Hiçbir zaman |
| ☐ Bazen | ☐ Bazen |
| ☐ Düzenli olarak | ☐ Düzenli olarak |
| ☐ Çoğunlukla | ☐ Çoğunlukla |
| ☐ Her zaman | ☐ Her zaman |
| ☐ Bilmiyorum | ☐ Bilmiyorum |

Hassasiyet

- | | |
|---|---|
| ☐ Hiçbir zaman | ☐ Hiçbir zaman |
| ☐ Bazen | ☐ Bazen |
| ☐ Düzenli olarak | ☐ Düzenli olarak |
| ☐ Çoğunlukla | ☐ Çoğunlukla |
| ☐ Her zaman | ☐ Her zaman |
| ☐ Bilmiyorum | ☐ Bilmiyorum |

Semptom **Uyandıktan Sonra / Herhangi Başka Zaman**

Yorgunluk	☐ Hiçbir zaman	☐ Hiçbir zaman
	☐ Bazen	☐ Bazen
	☐ Düzenli olarak	☐ Düzenli olarak
	☐ Çoğunlukla	☐ Çoğunlukla
	☐ Her zaman	☐ Her zaman
	☐ Bilmiyorum	☐ Bilmiyorum

Gerginlik	☐ Hiçbir zaman	☐ Hiçbir zaman
	☐ Bazen	☐ Bazen
	☐ Düzenli olarak	☐ Düzenli olarak
	☐ Çoğunlukla	☐ Çoğunlukla
	☐ Her zaman	☐ Her zaman
	☐ Bilmiyorum	☐ Bilmiyorum

Sertlik	☐ Hiçbir zaman	☐ Hiçbir zaman
	☐ Bazen	☐ Bazen
	☐ Düzenli olarak	☐ Düzenli olarak
	☐ Çoğunlukla	☐ Çoğunlukla
	☐ Her zaman	☐ Her zaman
	☐ Bilmiyorum	☐ Bilmiyorum

b. Ağzınızı açtığınızda veya çiğneme sırasında ne sıklıkta şakak, yüz, çene veya çene eklemi bölgelerinde ağrı, rahatsızlık, hassasiyet, yorgunluk, gerginlik veya sertlik yaşıyorsunuz?

Semptom **Yemek Sırasında** **Başka Zamanlarda**

Ağrı	☐ Hiçbir zaman	☐ Hiçbir zaman
	☐ Bazen	☐ Bazen
	☐ Düzenli olarak	☐ Düzenli olarak
	☐ Çoğunlukla	☐ Çoğunlukla
	☐ Her zaman	☐ Her zaman
	☐ Bilmiyorum	☐ Bilmiyorum

Semptom **Yemek Sırasında** **Baska Zamanlarda**

Hoşnutsuzluk ☐ Hiçbir zaman ☐ Hiçbir zaman
 ☐ Bazen ☐ Bazen
 ☐ Düzenli olarak ☐ Düzenli olarak
 ☐ Çoğunlukla ☐ Çoğunlukla
 ☐ Her zaman ☐ Her zaman
 ☐ Bilmiyorum ☐ Bilmiyorum

Hassasiyet ☐ Hiçbir zaman ☐ Hiçbir zaman
 ☐ Bazen ☐ Bazen
 ☐ Düzenli olarak ☐ Düzenli olarak
 ☐ Çoğunlukla ☐ Çoğunlukla
 ☐ Her zaman ☐ Her zaman
 ☐ Bilmiyorum ☐ Bilmiyorum

Yorgunluk ☐ Hiçbir zaman ☐ Hiçbir zaman
 ☐ Bazen ☐ Bazen
 ☐ Düzenli olarak ☐ Düzenli olarak
 ☐ Çoğunlukla ☐ Çoğunlukla
 ☐ Her zaman ☐ Her zaman
 ☐ Bilmiyorum ☐ Bilmiyorum

Gerginlik ☐ Hiçbir zaman ☐ Hiçbir zaman
 ☐ Bazen ☐ Bazen
 ☐ Düzenli olarak ☐ Düzenli olarak
 ☐ Çoğunlukla ☐ Çoğunlukla
 ☐ Her zaman ☐ Her zaman
 ☐ Bilmiyorum ☐ Bilmiyorum

Sertlik ☐ Hiçbir zaman ☐ Hiçbir zaman
 ☐ Bazen ☐ Bazen
 ☐ Düzenli olarak ☐ Düzenli olarak
 ☐ Çoğunlukla ☐ Çoğunlukla
 ☐ Her zaman ☐ Her zaman
 ☐ Bilmiyorum ☐ Bilmiyorum

c. Çenenizde ne sıklıkta kilitlenme veya takılma yaşarsınız?

(i) Yemek sırasında:

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum

(ii) Diğer zamanlarda:

- ☐ Hiçbir zaman
- ☐ Bazı zamanlar
- ☐ Düzenli olarak
- ☐ Çoğunlukla
- ☐ Her zaman
- ☐ Bilmiyorum



BruxScreen-C

Bruksizm Tarama Rehberi (BruxScreen)

Bölüm II: Klinik Değerlendirme Formu

Açıklama

*Bu klinik değerlendirme aracı, bruksizmle ilişkili olabilecek belirtileri tanımlamayı amaçlar. İlk olarak, masseter kaslarının hipertrofisi açısından yüz hatları incelenir. Bu inceleme hem kasların gevşemiş hem de gergin olduğu durumlarda gerçekleştirilir. Şüphe durumunda, "yok" seçeneği işaretlenmelidir. İkinci olarak, ağız içinde bruksizmle ilişkili olabilecek belirtiler incelenir. Bu durumda da, şüphe varlığında "yok" seçeneği işaretlenmelidir. Üçüncü olarak, dişler, diş aşınması yönünden incelenir. Lütfen belirtilen puanlama kurallarını izleyiniz. İki puan arasında kararsızlık yaşanması durumunda, daha düşük olanı seçiniz. Ayrıca, tespit edilen diş aşınmasının ağırlıklı olarak **mekanik** (örneğin, dişlerin teması nedeniyle), **kimyasal** veya her ikisinin bir kombinasyonu olup olmadığını belirtiniz.*

1. Ekstra-Oral İnceleme

a. Masseter kas hipertrofisi (kaslar rahatlamış durumdayken):

☐ Yok ☐ Var

b. Masseter kas hipertrofisi (kaslar kasılmış durumdayken):

☐ Yok ☐ Var

2. İntraoral İnceleme (Diş Dışı Dokular)

a. Dudak (dudakta diş izleri):

☐ Yok ☐ Var

b. Yanak (linea alba-bukkal mukoza çizgilenmeleri):

☐ Yok ☐ Var

c. Dil (dilde dantel şeklinde diş izleri):

☐ Yok ☐ Var

d. Dil (travmatik lezyonlar):

☐ Yok ☐ Var

e. Alveolar kemik (ekzostoz/torus):

☐ Yok ☐ Var

3. Dişlerin İntraoral İncelemesi

a. Sekstant başına oklüzal/insizal aşınma:

- (0): Görünür aşınma yok
- (1): Mine sınırlarında görünür aşınma
- (2): Dentinin açığa çıkması ve klinik kuron yüksekliğinin maksimum 1/3'ünün kaybı
- (3): Kuron yüksekliği kaybı dişin 1/3'ünden fazla, 2/3'ünden az
- (4): Kuron yüksekliğinin minimum 2/3'ünün kaybı

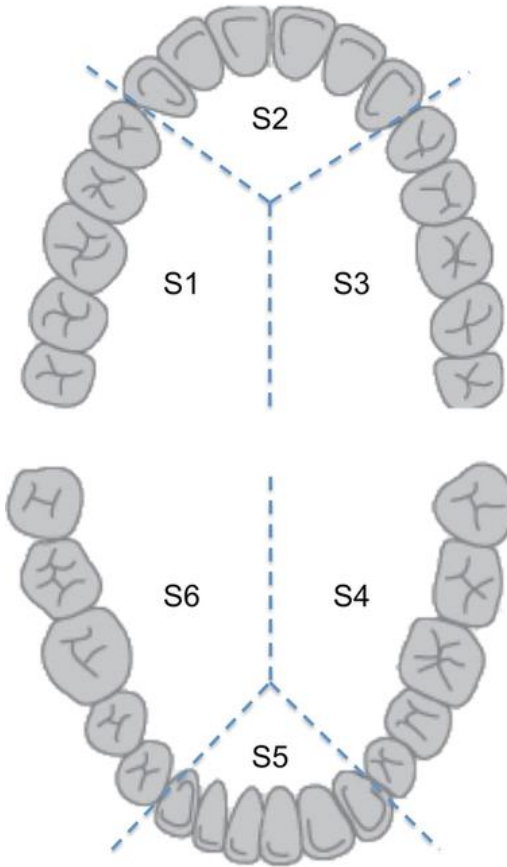
b. 2. Sekstant'ta palatal aşınma:

- (0): Görünür aşınma yok
- (1): Mineyle sınırlı aşınma
- (2): Dentin sınırlarına ulaşan aşınma

Sextant	0	1	2	3	4
Sekstant 1 – Oklüzal	☐	☐	☐	☐	☐
Sekstant 2 – İnsizal	☐	☐	☐		
Sekstant 3 – Oklüzal	☐	☐	☐	☐	☐
Sekstant 2 – Palatinal	☐	☐	☐		
Sekstant 6 – Oklüzal	☐	☐	☐	☐	☐
Sekstant 5 – İnsizal	☐	☐	☐		
Sekstant 4 – Oklüzal	☐	☐	☐	☐	☐

c. Diş aşınmasının nedeni:

- ☐ Ağırlıklı olarak mekanik
☐ Ağırlıklı olarak kimyasal
☐ Hem mekanik hem kimyasal



Şekil 1