

ПАМЯТКА ОТ СТОМАТОЛОГА-ОРТОДОНТА

Уход за брекетами:

Залогом получения высокого эстетического результата при лечении с помощью несъёмной аппаратуры является сотрудничество пациента и доктора. Уважаемые пациенты, выполняйте, пожалуйста, указанные гигиенические процедуры в полости рта, соблюдайте рекомендации данной памятки и указания лечащего врача.

Сразу после установки брекетов вы можете почувствовать некоторый дискомфорт в первые 1-2 недели после установки. Однако, причин для беспокойства нет, потому что данные симптомы являются нормой и быстро проходят.

Для консультации по уходу за брекетами нужно будет посетить гигиениста, который обучит правильному уходу за зубами с несъемной техникой, подберет индивидуально для вас средства по уходу:

- специальная ортодонтическая щетка с V-образным вырезом на щетине для чистки зубного ряда, на котором установлены брекеты;
- монопучковая щетка, щетина которая собрана из один пучок. Такой щеткой удобно чистить поверхность зуба под дугой брекета и использовать в преддесневой области;
- ершики предназначены для эффективного очищения четырех поверхностей брекета и межзубных промежутков. Бывают различных форм и размеров;
- зубные нити – флоссы и суперфлоссы;
- ирригатор – прибор для очищения полости рта и массажа десен с помощью направленной струи воды либо ополаскивателя под давлением.

Рекомендации стоматолога-ортодонта при чистке зубов с брекетами:

- Чистить зубы необходимо после каждого приема пищи не менее 3х минут. В случае отсутствия условий для осуществления чистки следует тщательно прополоскать полость рта.
- Осуществлять чистку зубной щеткой вертикальными выметающими движениями по направлению от десны к зубу. Щетки необходимо менять 1 раз в 1-2 месяца.
- Промежутки между зубами очищаются с помощью ёршиков, флоссов и суперфлоссов. Первоначально зубную нить заводят под дугу, а затем

аккуратно вводят в межзубный промежуток. Все время гигиены должно занимать не менее 10 минут.

Помимо тщательной гигиены полости рта во время ношения брекетов не следует подвергать брекеты чрезмерному механическому воздействию:

- Рекомендуется исключить резкие откусывающие движения передними зубами;

- Грубую и жесткую пищу следует нарезать ножом;

- Исключить прием в пищу вязких продуктов (ириски, жвачки);

Воздерживаться от употребления слишком холодных или горячих напитков и пищи, так как резкое изменение температуры отрицательно влияет на ортодонтическую дугу.