КЛИНИКА
ПРАКТИЧЕСКОЙ
СТОМАТОЛОГИИ

ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С БРЕКЕТ-СИСТЕМОЙ

Памятка ортодонтическому пациенту

01 Адаптация к брекет-системе

02 Особенности гигиены

03 Средства гигиены

04 Как чистить зубы

05 Ограничения в питании

01 · АДАПТАЦИЯ

Привыкание к брекет-системе

В первые дни после фиксации брекетов (обычно 3–7 дней) может возникать некоторый дискомфорт или болевые ощущения в области зубов. Они очень индивидуальны и у разных пациентов могут быть выражены в различной степени.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

Если боль мешает Вам уснуть, можно воспользоваться обезболивающими средствами, которые назначит врач. При травмировании слизистой щёк и губ брекет-системой применяют специальный защитный воск. Им заклеивают брекеты, если они натирают щёки, губы, язык.

02 · ГИГИЕНА

Чистка зубов

Миллионы людей каждый день чистят зубы, но лишь немногие делают это действительно сознательно и хорошо. При наличии на зубах брекет-системы хорошо чистить зубы становится сложнее — требуется ещё больше старания. Тем не менее, это абсолютно реально. Нужно лишь понимать, к чему приводит плохая чистка зубов.

Плохая чистка зубов



Вокруг брекетов собирается зубной налёт, который содержит миллионы вредных микроорганизмов.
Они выделяют агрессивную кислоту.
Кислота постепенно разъедает эмаль зубов, на ней могут образовываться белые пятна (участки деминерализации), особенно заметные после снятия брекетов

Возникает воспаление дёсен (гингивит), они становятся отёчными, начинают болеть и кровоточить

Вследствие воспаления дёсен увеличивается срок ортодонтического лечения

При плохой гигиене может быть поставлен вопрос о досрочном прекращении лечения

Хорошая чистка зубов



Зубы чистые, эмаль блестящая, после снятия брекетов не остаётся никаких следов

Десна не воспалена, нормального бледно-розового цвета, при чистке не болит и не кровоточит

Зубы перемещаются быстрее, срок лечения меньше, врач и пациент довольны результатом

Качественная чистка зубов при лечении на брекет-системе — это очень важно

03 · СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ

Для чистки зубов понадобятся



01 **Обычная зубная щётка**



02 **Ортодонтическая зубная щётка, которую рекомендует врач**



03 **Электрическая зубная щётка с ортодонтической насадкой**



04 **Щётка со специальными ёршиками и набор ёршиков к ней**



05 **Монопучковая щётка**



06 **Ирригатор**



07 **Зубная нить**

СОВЕТ

1 раз в неделю

Ёршики необходимо менять не реже раза в неделю, так как они быстро изнашиваются

04 · АЛГОРИТМ ГИГИЕНЫ

Как чистить зубы?

01

Чистка брекетов и зубов с помощью ортодонтической зубной щётки круговыми движениями, располагая щётку частично на десне, исключая горизонтальные движения

02

Чистка внутренней и жевательной поверхности зубов обычной зубной щёткой

03

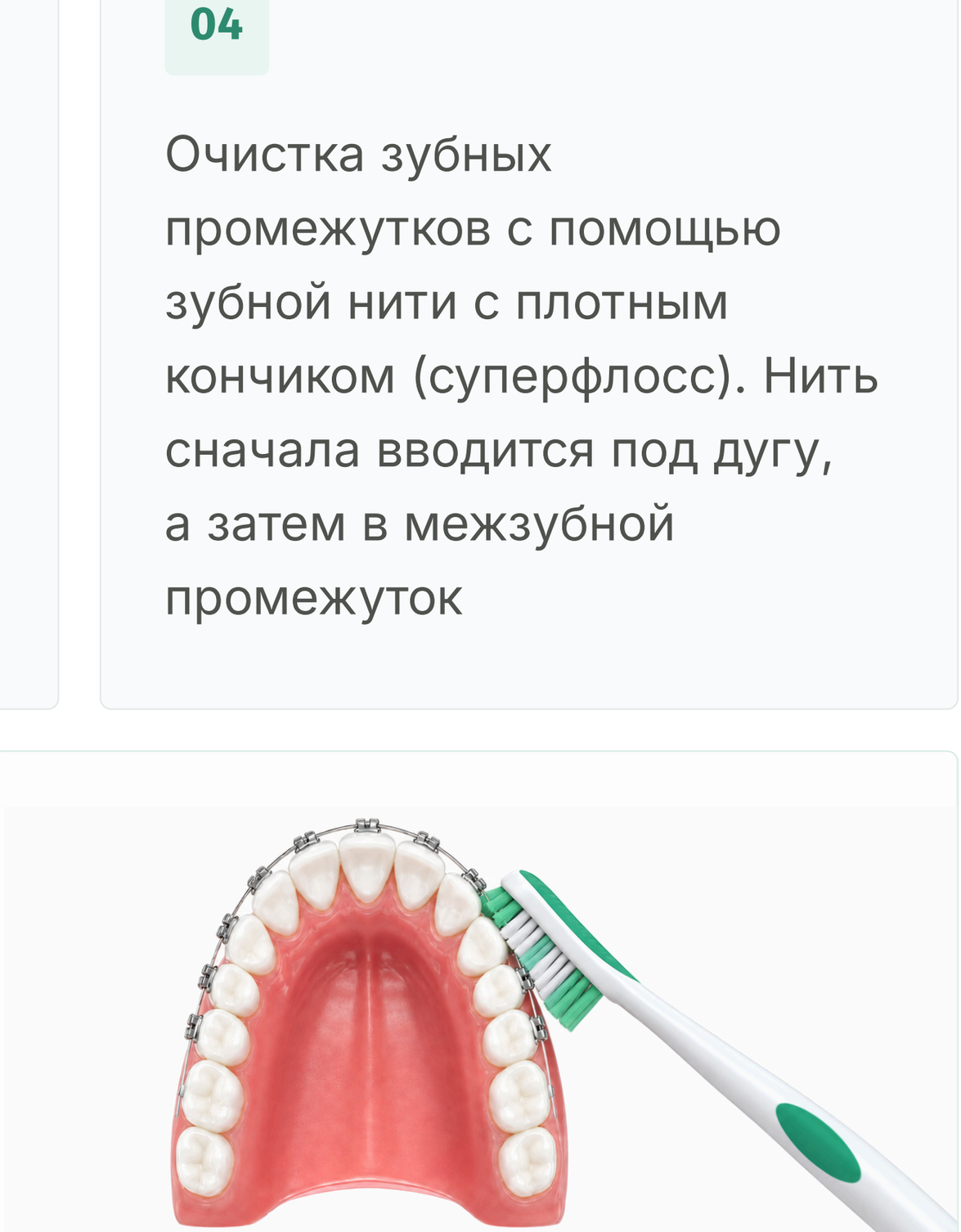
Чистка пространства вокруг брекетов с помощью монопучковой щётки

04

Очистка зубных промежутков с помощью зубной нити с плотным кончиком (суперфлосс). Нить сначала вводится под дугу, а затем в межзубной промежуток

Обычная методика

Очищение обычной зубной щёткой внутренней и жевательной поверхности зубов по обычной методике (подметающие возвратно-поступательные движения от десны к краю зуба)



Дополнительный уход



05

Очистка пространства под дугой и вокруг брекетов с помощью ёршиков, подобранных врачом-гигиенистом



06

Очищение межзубных промежутков с помощью ирригатора, важно следить за режимом работы прибора, чтобы избежать повреждения слизистой

07

Вы можете приобрести электрическую зубную щётку, но она не должна быть единственным средством гигиены полости рта

Главное

- Важно проводить чистку вокруг брекетов с помощью щётки и ёршика
- Мы рекомендуем всем пациентам пользоваться ирригатором после каждого приёма пищи: он небольшой и не занимает много места, а его польза очевидна
- Необходимо чистить зубы после каждого приёма пищи или хотя бы полоскать рот водой!

05 · ВАЖНО ЗНАТЬ

Ограничение в питании

На время лечения следует отказаться от употребления:



Липких продуктов

Ириски, тянучки, жевательная резинка, вафли, чипсы, халва, нуга и т. д.



Твёрдых продуктов

Орехи, конфеты с орехами, сушки, бублики, сухари, карамель и т. д.

Твёрдые овощи и фрукты, такие как морковь, яблоки, груши, откусывать нельзя, их режут на небольшие кусочки. Это касается также жёсткого мяса и любых продуктов, требующих откусывания.



Продуктов с красителями

Крепкий кофе, свёкла и т. д.

Употреблять такие продукты необходимо с осторожностью, так как прозрачные брекеты могут окраситься



Также следует избегать холодной или очень горячей пищи, напитков

Невыполнение этих рекомендаций ведёт к отклеиванию брекетов.
Отклейка брекетов может привести к удлинению сроков лечения!

Возможные поломки и отклейки

При соблюдении рекомендаций поломки и отклейки брекетов случаются редко. Тем не менее, они возможны.

В случае отклеивания брекета (брекет не плотно фиксирован к зубу, скользит по дуге) необходимо обратиться к врачу-ортодонту

В случае возникновения любых неудобств, сомнений, связанных с процессом лечения, Вы всегда можете обратиться к своему лечащему врачу-ортодонту, задать любые интересующие вопросы и записаться на экстренный приём, на котором неполадки будут устранены

КЛИНИКА ПРАКТИЧЕСКОЙ СТОМАТОЛОГИИ

Счастливого пути к красивой улыбке

КЛИНИКА ПРАКТИЧЕСКОЙ СТОМАТОЛОГИИ

г. Красноярск
ул. Ломоносова, д. 11

г. Красноярск
ул. Партизана Железняка, д. 4

Запись и вопросы
+7 (391) 202-96-05

Сайт
klinikaps.ru