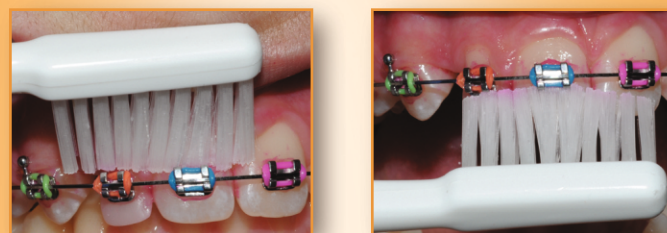


Как става почистването, ако имате брекети?

Започнете почистването на зъбите по обичайния начин с обикновена четка или с четка с V-образно изрязани косми и улей в средата. Особено внимание обърнете на мястото между брекета и венеца. С движения напред-назад натискайте леко четката, така че косъмчетата да влязат под 'крилцата' на брекета и много добре да почистят плаката между него и венеца. Почистете и повърхността на зъба от брекета до ръба на зъба. Ако използвате четка с V-образно изрязани косми, улеят следва да се постави върху брекетите.



Дъвкателните и вътрешните повърхности на зъбите се измиват по същия начин като при почистването без брекети.

Продължете почистването под дъгата и около брекетите. За целта се използва специална малка четка със заострена конусообразна главичка или с обикновена четка за междузъбни пространства - размер 0.8 - 1.1 мм. Последователно вкарвайте четчицата вертикално под дъгата между всеки два съседни брекета и почиствайте около всеки от тях.



По този начин се почистват тези места, които със стандартната четка е трудно или невъзможно да се измият.

Зъбите с брекети се почистват по-трудно. Поради това е добре да избягвате лепкави храни, които лесно се задържат по зъбите, натрупват плака по тях и по-трудно се почистват. Когато има допълнително поставени лигатури или други помощни елементи, по тях също се задържа храна, която внимателно трябва да се отстрани, за да не травмиризира и възпали венеца.

За нагледни демонстрации на описаните процедури можете да посетите сайта на клиниката:

www.valortho.com

и YouTube канала ни:

<https://www.youtube.com/user/VALORclinic>

Допълнителна информация можете да намерите и във фейсбук страницата ни. Потърсете ни там - Ортодонтска клиника ВАЛОР.

В периода на ортодонтското лечение е препоръчително системно да се посещава лекуващият зъболекар. Целта е той:

- ◆ да провери състоянието на зъбите и вземе при необходимост мерки;
- ◆ да проведе професионална устна хигиена и внимателно да отстрани евентуално натрупаните зъбен камък и плака.

Уважаеми пациенти и родители, поддържането на отлична орална хигиена е водеща предпоставка за здрави зъби и венци и задължителен фактор за успешното ортодонтско лечение. Успеете ли, ще имате и здрави, и добре подредени зъби!

Специализирана ортодонтска клиника
ВАЛОР

ул. Плиска 54
София 1612



02/955-23-19
02/952-61-25
0887/971-207
info@valortho.com
www.valortho.com

Специализирана
ортодонтска
клиника

ВАЛОР

ОРАЛНА
ХИГИЕНА ПРИ
ОРТОДОНТСКО
ЛЕЧЕНИЕ

Мили деца,

Вие искате вашите зъби да станат добре подредени и затова носите редовно вашите красиви апаратчета. Зъбите обаче трябва да бъдат не само подредени, но и да се запазят здрави. Затова доброто им измиване е особено важно.

Защо е толкова важно да почиствате добре своите зъби и апарати?

Слюнката на всеки човек съдържа милиони микроорганизми. Те са най-много в натрупаните по повърхността на зъбите остатъци от храна, наречени плака. Плаката трудно се вижда, докато не стане твърде дебела. Задържа се по повърхността на зъбите, главно до венците и между зъбите. Микроорганизмите в плаката отделят киселини, които увреждат външната твърда тъкан на зъба - емайла, след което проникват в основната му тъкан - дентина, и лесно и бързо го рушат. Развива се кариес.

Затова запомнете:

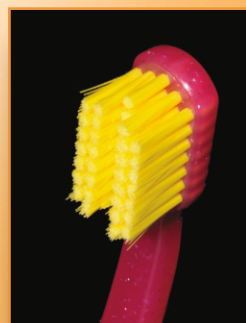
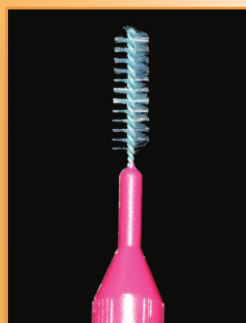
- ◆ изплаквайте устата с вода след всяко хранене;
- ◆ мийте зъбите с четка и паста поне веднъж дневно, още по-добре и сутрин, и вечер, а най-добре - след всяко хранене;
- ◆ може да използвате ежедневно профилактична вода за уста, най-добре по различно време от времето за миене на зъбите;
- ◆ избягвайте храни и напитки със захар и подсладители;
- ◆ ходете редовно на преглед при зъболекаря си и докато трае ортодонтското лечение;
- ◆ периодически проверявайте с подходящо оцветяващо плаката средство доколко добре сте измили зъбите и апаратите си.

Уважаеми пораснали пациенти, уважаеми родители,

Ортодонтското лечение обичайно цели подобряване на естетиката на лицето и здравето на съзъбието и венците. Това лечение, обаче, е свързано с някои трудности и главната от тях е поддържането на стриктна устна хигиена. Широко разпространена е заблудата, че ортодонтските апарати увреждат зъбите. **Това не е вярно!** Вярно е обаче, че тези апарати създават предпоставки за задържане на храна и плака по зъбите и при подценяване на въпроса с хигиената може да се създадат проблеми - например деминерализации, кариеси, възпаления на венците. Основното почистване на зъбите и апаратите с четка и паста поне веднъж дневно, а най-добре след всяко хранене, е изключително важно.

В наши дни на пазара има много средства, които улесняват поддържането на устната хигиена на ортодонтските пациенти:

- ◆ за почистването на снемемите апарати могат да се използват различните таблетки за протези (например Coega);
- ◆ за пациентите с неснемемите апарати (най-често брекети):
 - ✧ специални четчици, най-често конусообразни, за почистване на пространствата около брекетите и под дъгата;
 - ✧ специални четки с V-образно изрязани косми за по-лесно почистване на зъбите, на които са залепени брекети.



За всички е полезна периодичната проверка за качеството на измиване на зъбите чрез намазване с 1%-ен разтвор на фуксин/пиоктанин или чрез таблетки/разтвори, оцветяващи зъбната плака (например Red-cote на фирма G.U.M).



И в двата случая процедурата е следната:

- ◆ пациентът измива зъбите и апаратите по обичайния начин;
- ◆ с клечка за уши или по-голямо памуче зъбите и апаратите се намазват с фуксин или се сдъвква оцветяващата таблетка и се жабури около 20 секунди с оцветената слюнка;
- ◆ след изплакване с вода се проверява - всичко оцветено по зъбните повърхности е недостатъчно почищено и се нуждае от допълнително измиване.



По този начин ще добиете представа за проблемните места и ще им обърнете необходимото внимание при следващите измивания. Оцветената плака се отстранява с допълнително измиване, след което зъбите вече са не само мити, но и чисти.

Забележка. Възможно е при използване на таблетките да се получи временно оцветяване на езика и лигавиците, което не бива да Ви притеснява - то бързо ще отmine.

Как става почистването на зъби и снемемите апарати?

Почистването на зъбите става след свалянето на апаратчето ("шината").

- ◆ За външните повърхности на зъбите - поставете четката под ъгъл 45° спрямо линията на венеца и внимателно ги измийте с нежни движения от венците към ръба на зъбите.
- ◆ За вътрешните повърхности - с кратки движения на четката нагоре и надолу почистете предните зъби, а с въртливо движение - задните зъби.
- ◆ За дъвкателните повърхности - поставете четката върху тях и внимателно ги измийте с движение напред-назад.



При необходимост довършете почистването с конец. Внимателно го прекарвайте по страничните повърхности на зъбите от венеца към дъвкателната повърхност, като внимавате да не нараните венеца, ако плъзнете рязко конца към него.

Езикът: ако внимателно го измиете с четка, ще го почистите и ще освежите дъха си.

Апаратчето се измива внимателно с четка и паста по всички повърхности. Особено внимание обръщайте на местата около винтовете и около включването на телните елементи в пластмасата, както и на пластмасовите повърхности, които са в контакт с лигавиците и дъвкателните повърхности на зъбите.

