

Когда и как чистить зубы во время лечения брекет-системой

НЕОБХОДИМО чистить зубы в течение 10 минут после каждого приема пищи.

Перед чисткой зубов рекомендуется использовать пенку для гигиены полости рта, она поможет с легкостью справиться с дальнейшей очисткой зубов.

Начинайте чистить зубы с помощью ортодонтической зубной щетки. Сначала чистите внешнюю поверхность зубов горизонтальными движениями вдоль всей дуги брекет-системы, затем вертикальными движениями от десны к краю зуба. Далее переходите на внутреннюю поверхность зубов, чистите выметающими движениями, как это указано на картинках (Б, В). Почистите жевательную поверхность зубов (Г).

Монопучковой щеткой тщательно почистите каждый брекет и вокруг него, включая пространство около десны. (Е)

С помощью зубного ершика почистите под дугой и межзубные промежутки возвратно-поступательными движениями. (Д).

Ополосните рот теплой водой, а затем фтористым ополаскивателем для укрепления эмали зубов.

Блестящие брекеты, кольца и дуги - показатель правильной гигиены полости рта!

В случае плохой чистки зубов, Вы должны будете посетить стоматолога-гигиениста для профессиональной гигиены полости рта!

Во время лечения брекет-системой НЕЛЬЗЯ ЖЕВАТЬ, КУСАТЬ И ГРЫЗТЬ!

ОТКАЗАТЬСЯ ОТ:

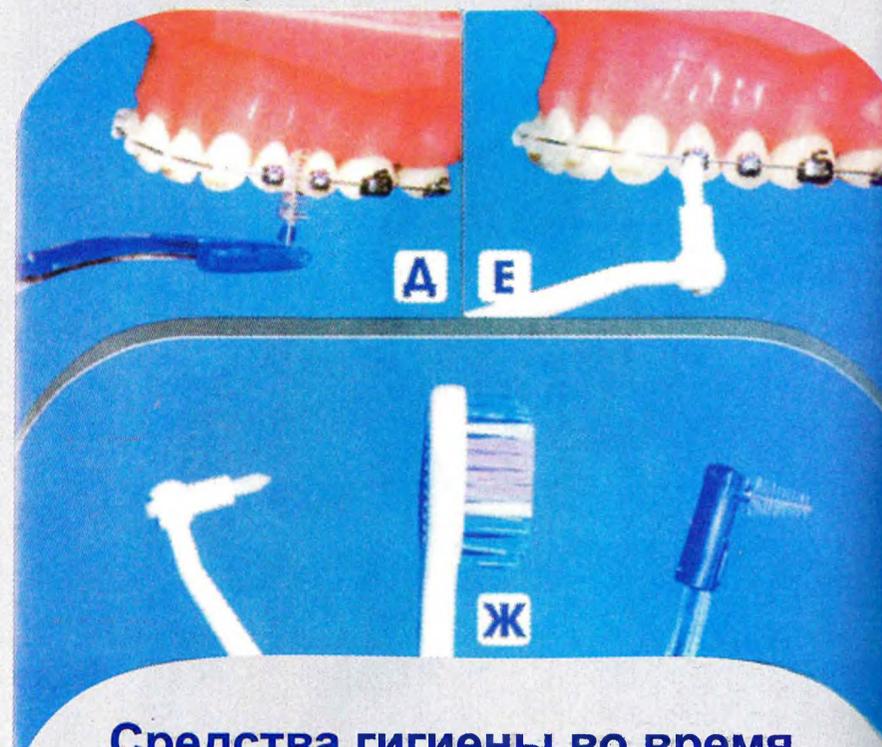
- орехов, семечек, сухек, бубликов, сухариков - сломают ортодонтическую аппаратуру!
- вафли, печенье, хлебцы, попкорн, чипсы, жвачки - от них сложно очистить брекет-систему!
- карамель, конфеты, ириски, леденцы-увеличивают риск развития кариеса!
- мороженое - противопоказано!
- комбинация горячих и холодных продуктов, а также их совместное воздействие (например, кофе-гляссе) может привести к отклеиванию брекетов, ухудшению свойств дуги!
- грызть карандаши, ручки, ногти-запрещено!

ОГРАНИЧИТЬ:

- употребление красящих напитков и продуктов: кофе, крепкий черный чай, варенье. При лечении прозрачными брекетами эти продукты могут их и фиксирующий материал окрасить.

НАРЕЗАТЬ на небольшие кусочки:

- твердые продукты питания, требующие откусывания: морковь, яблоки, груши, мясо, сыр и т.д.



Средства гигиены во время лечения брекет-системой

ИСПОЛЬЗУЙТЕ специальные средства ухода за полостью рта.

Зубные щетки с V-образным углублением вдоль центральной части щетины, которое повторяет контуры брекет-системы.

Монопучковые щетки чистят брекеты и прилегающие к ним поверхности, зубы вдоль десен, промежутки между зубами. (Е)

Зубные ершики идеально подходят для чистки пространства под дугой и межзубных промежутков. Ершик состоит из ручки и сменных головок, которые меняются по мере износа. Используйте ершик не реже двух раз в день. (Д).

Межзубные промежутки прочищайте с помощью суперфлосса (зубной нити). Нить сначала вводится под дугу, а затем в промежуток между зубами.

Зубные пасты рекомендуется подбирать с повышенным содержанием фтора, которые усиливают устойчивость зубной эмали к кариесу.

Когда отлучаетесь из дома, мы рекомендуем иметь при себе: зубную пасту, щетки и футляр для них, ополаскиватель, пенку для гигиены полости рта.

НЕОБХОДИМО тщательно выполнять все рекомендации лечащего врача-ортодонта, чтобы лечение на брекет-системе было легким, комфортным и быстрым!

СОВЕТЫ ОРТОДОНТА ПАЦИЕНТАМ С БРЕКЕТ-СИСТЕМАМИ