



Исправление зубов при помощи брекетов

Для правильной работы брекет-системы в течение всего периода лечения просим вас соблюдать рекомендации данной памятки и указания лечащего врача-ортодонта.

Обратите внимание:

- в первые дни после фиксации брекет-системы (обычно 3-5 дней) может возникнуть некоторый дискомфорт или болевые ощущения в области зубов. Они индивидуальны и могут быть выражены в различной степени. При необходимости можно принять обезболивающий препарат в возрастной дозировке (требуется консультация вашего лечащего врача);
- при травмировании слизистой щек, губ, языка брекетами или дугой используют специальный защитный воск;
- в случае отклеивания брекета необходимо его сохранить и договориться с лечащим врачом о внеплановом приеме. Это же касается изменения положения зафиксированного ортодонтического кольца.

Брекет-система препятствует эффективной чистке зубов обычной щеткой и естественному очищению зубов в процессе жевания. Эта причина может вызвать образование зубного налета, приводящего к кариозным поражениям зубов и болезням десен. Очень важно соблюдение правил гигиены полости рта!

Тщательно чистить зубы необходимо минимум два раза в день (после завтрака и ужина) в течение 5-10 минут, а лучше после каждого приема пищи.

Для чистки используются: обычная зубная щетка, специальные зубные щетки (ортодонтическая V-образная и пучковая), межзубные ершики и зубная нить (суперфлосс), фторсодержащая зубная паста.

Правила чистки зубов:

- * Чистим брекететы и зубы с помощью ортодонтической зубной щетки горизонтальными движениями вдоль дуги и вертикальными от десны к краю зуба.



- * Чистим внутреннюю поверхность зубов вертикальными движениями от десны к краю зуба и жевательную поверхность зубов горизонтальными движениями.

- * Очистка зубных промежутков производится с помощью специальной зубной нити - суперфлосс. Нить сначала вводится под дугу, а затем в межзубной промежуток.



- * Очищаем пространство под дугой и вокруг брекетов с помощью межзубного ершика возвратно-поступательными движениями.





- * Чистим задние зубы и брекететы с помощью специальной пучковой щетки.
- * Для быстрого очищения полости рта в дороге, офисе, школе рекомендуется пользоваться специальной профилактической пенкой.
- * Пенка растворяет зубной налет, значительно улучшает гигиену полости рта, снижает риск возникновения кариеса и заболеваний полости рта, таких как гингивит, пародонтит, стоматит.
- * Рекомендуем также использовать противокариесные и антибактериальные зубные ополаскиватели.

Ограничения в питании

Первую неделю рекомендуется употреблять мягкую, полужидкую пищу, пока вы не привыкнете к брекетам (йогурт, творог, каши, пюре, перекрученное мясо, рыба и т.д.)

От чего следует отказаться на время ортодонтического лечения:

- * Твердых продуктов (сухарики, бублики, орешки, семечки, чипсы, попкорн, воздушный рис, козинаки, шоколад с орехами). Морковь, яблоки, груши откусывать нельзя, их нужно нарезать небольшими кусочками. Это касается жесткого мяса и других продуктов, требующих откусывания.

От чрезмерной нагрузки брекететы отклеиваются.

- * Вязких и липких продуктов (ириски, жевательная резинка, тянучки, вафли, халва). Эти продукты с большим трудом отчищаются от зубов и ортодонтического аппарата.
- * Напитков, содержащих смолы (Coca Cola, Pepsi и другие газированные напитки). Они ослабляют фиксацию брекетов и повышают кариесогенную ситуацию в полости рта.
- Очень холодных или горячих продуктов. Мороженое можно кушать только ложечкой. Разница температур может привести к отклеиванию брекетов и ухудшению свойств ортодонтической дуги.
- Будьте очень внимательны при употреблении ягод с косточками (вишня, абрикосы, виноград, персики, арбуз, дыня, гранат).
- * Не грызите лед, карамельки, ногти и др.
- * При лечении керамическими или сапфировыми брекетами, для того чтобы меньше окрашивались лигатуры, ограничьте употребление крепкого черного чая, соков, кофе, черники и других красящих продуктов.

Все твердые продукты питания необходимо резать на маленькие кусочки или отламывать, но не откусывать и не грызть!

Невыполнение этих рекомендаций ведет к отклеиванию брекетов. Отклейка брекетов может вести к удлинению сроков лечения. Эффект ортодонтического лечения зависит от того, насколько действия врача и пациента скооперированы.

Остались вопросы?
Координаторы лечения
Телефон: +7 (4722) 20-50-28
WhatsApp: 910-741-97-33

