

1. Привыкание к брекет-системе

Сразу же после появления во рту брекетов, Вы будете чувствовать себя несколько непривычно. Не переживайте – эти ощущения скоро пройдут, и Вы вообще забудете про брекеты.

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. В среднем случае зубы ноют к вечеру около 3-4 дней, еще столько же сохраняется болезненность при накусывании. Если ноющая боль мешает Вам уснуть, можно воспользоваться обезболивающими средствами. Рекомендуем найз (нимесулид, нимесил) – по 1 таб. 2 раза в день или только на ночь, не более 5 дней. При травмировании слизистой щек и губ брекетами применяют специальный защитный воск. Им заклеивают брекеты, если они натирают щеки, губы, язык. Можно пользоваться ополаскивателями типа Тантум Верде.

2. Чистка зубов

Миллионы людей каждый день чистят зубы, но лишь немногие делают это действительно сознательно и хорошо, потому что это требует времени и усилий. При наличии на зубах брекетов хорошо чистить зубы становится сложнее – требуется еще больше старания. Тем не менее, это абсолютно реально. Нужно лишь понимать, к чему приводит плохая чистка зубов.

Плохая чистка зубов:

1. Вокруг брекетов собирается зубной налет, 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
2. Возникает воспаление десен (гингивит), они становятся отечными, начинают болеть и кровоточить.
3. Вследствие воспаления десен зубы начинают перемещаться медленнее, увеличивается срок лечения
4. При постоянно плохой гигиене (чистке) может быть поставлен вопрос о досрочном прекращении лечения

Хорошая чистка зубов:

1. Зубы чистые, эмаль блестящая, после снятия брекетов не остается никаких следов
2. Десна не воспалена, нормального бледно-розового цвета, при чистке не болит и не кровоточит
3. Зубы перемещаются быстрее, срок лечения меньше, врач и пациент довольны

Мы хотим, чтобы Вы осознали: хорошая чистка зубов при лечении брекет-системой – это действительно очень важно!!!

Для чистки зубов понадобятся (продаются в нашей стоматологии):

1. Обычная зубная щетка
2. Ортодонтическая зубная щетка (Oral-B Ortho)
3. Щетка со специальными ершиками и набор ершиков к ней. Ершики необходимо регулярно (не менее чем 1 раз в неделю) заменять, т.к. они быстро изнашиваются
4. Ирригатор
5. Электрическая зубная щетка с ортодонтической насадкой

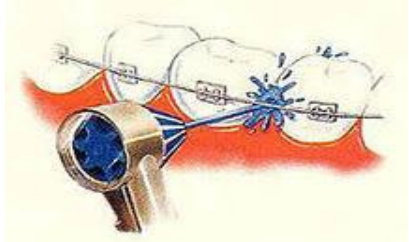
Техника чистки зубов:

1. Очищение брекетов и зубов с передней поверхности с помощью ортодонтической зубной щетки – 10-15 горизонтальных движений в каждом из трех сегментов (боковые зубы справа, передние зубы, боковые зубы слева). В щетине ортодонтической щетки имеется специальное углубление для брекетов, что облегчает чистку. После горизонтальных движений, той же щеткой проводят вертикальные «подметающие» движения по наружной поверхности зубов от десны к краю зуба.



2. Очищение обычной зубной щеткой внутренней и жевательной поверхности зубов по обычной методике (подметающие возвратно-поступательные движения от десны к краю зуба)
3. Очищение зубных промежутков с помощью Ирригатора. направить струю на те участки, которые не были обработаны зубной щеткой, постараться направить струю жидкости на внутреннюю сторону, чтобы все внутренние наложения были смыты.

Мы рекомендуем всем пациентам пользоваться ортодонтическим ирригатором для брекетов после каждого приема пищи, он не большой и не занимает много места, а его польза очевидна



4. Очищение поверхности под дугой и вокруг брекетов с помощью щетки с ершиками. Движения возвратно-поступательные



5. Вы можете приобрести **Электрическую зубную щетку**, так же может являться одним из средств гигиены, но она не должна быть единственным существующим.



6. Необходимо чистить зубы после каждого приема пищи или хотя бы полоскать рот водой.

3. Ограничения в питании

На время печения следует отказаться от употребления:

1. Липких продуктов (ириски, тянучки, жевательная резинка, вафли, чипсы, халва и тд.)
2. Твердых продуктов (орехи, конфеты с орехами, сушки, бублики, сухари и тд.). Твердые овощи и фрукты, такие как морковь, яблоки, груши, откусывать нельзя, их режут на небольшие кусочки. Это касается также жесткого мяса и любых продуктов, требующих откусывания.

Невыполнение этих рекомендаций ведет к отклеиванию брекетов. Отклейка брекетов может вести к удлинению сроков лечения.

4. Возможные поломки

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 позвонить администратору. тел. +7 (951) 401-96-96, сообщить об отклеивании брекета и записаться на прием. В случае возникновения любых неудобств, сомнений, связанных с процессом лечения, Вы всегда можете позвонить в клинику в день работы ортодонта и задать любые интересующие вопросы.

Счастливого пути к красивой улыбке!!!

**АРИЗМА
СТОМАТОЛОГИЯ**

ул. Лукашевича 14/1, тел. +7 (951) 401-96-96