

Уход за брекетами, правильный подбор средств гигиены, как чистить зубы, если установлены брекететы

Уход за брекетами

Залогом получения высокого эстетического результата при лечении с помощью несъёмной аппаратуры является сотрудничество пациента и доктора. Уважаемые пациенты, выполняйте, пожалуйста, указанные гигиенические процедуры в полости рта, соблюдайте рекомендации данной памятки и указания лечащего врача.

Сразу после установки брекетов вы можете почувствовать некоторый дискомфорт в первые 1-2 недели после установки. Однако, причин для беспокойства нет, потому что данные симптомы являются нормой и быстро проходят.

Для ухода за брекетами нужно будет проконсультироваться с врачом, который обучит правильному уходу за зубами с несъёмной техникой, подберёт индивидуально для вас средства по уходу:

- специальная ортодонтическая щётка с V-образным вырезом на щетине для чистки зубного ряда, на котором установлены брекететы;
- монопучковая щетка, щетина которой собрана в один пучок. Такой щеткой удобно чистить поверхность зуба под дугой брекета и использовать в придесневой области;
- ёршики предназначены для эффективного очищения четырех поверхностей брекета и межзубных промежутков. Бывают различных форм и размеров;
- зубные нити – флоссы и суперфлоссы;
- ирригатор – прибор для очищения полости рта и массажа десен с помощью направленной струи воды либо ополаскивателя под давлением

Рекомендации стоматолога-ортодонта при чистке зубов с брекетами

- Чистить зубы необходимо после каждого приема пищи не менее 3-х минут. В случае отсутствия условий для осуществления чистки следует тщательно прополоскать полость рта.
- Осуществлять чистку зубной щеткой вертикальными выметающими движениями по направлению от десны к зубу. Щетки необходимо менять 1 раз в 1-2 месяца.
- Промежутки между зубами очищаются с помощью ёршиков, флоссов и суперфлоссов. Первоначально зубную нить заводят под дугу, а затем аккуратно вводят в межзубный промежуток. Все время гигиены должно занимать не менее 10 минут.

Помимо тщательной гигиены полости рта во время ношения брекетов не следует подвергать брекететы чрезмерному механическому воздействию:

- Рекомендуется исключить резкие откусывающие движения передними зубами;
- Грубую и жесткую пищу следует нарезать ножом;
- Исключить прием в пищу вязких продуктов (ириски, жвачки);
- Воздерживаться от употребления слишком холодных или горячих напитков и пищи, так как резкое изменение температуры отрицательно влияет на ортодонтическую дугу.

В случае возникновения вопросов по несъемной аппаратуре в полости рта свяжитесь с вашим доктором.