Памятка по использованию брекет-системы

Этот документ свидетельствует о том, что мне в соответствии со ст. 19-23 Федерального закона N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" сообщена вся необходимая информация о лечении и рекомендации по уходу.

Уважаемый пациент! Вы получили высокотехнологичную ортодонтическую конструкцию, которая поможет Вам восстановить эстетические качества зубных рядов! Однако это возможно только при неукоснительном соблюдении рекомендаций врача по ношению ортодонтической системы и обязательных явках на приемы по графику, назначенному врачом.

Для успешного использования брекет-системой необходимо особенно тщательно соблюдать правила личной гигиены! Избыток углеводов и плохая гигиена повышают риск возникновения кариеса и заболеваний десен:

- Нужно обязательно чистить зубы **после каждого приема пищи**, или, в крайне редком случае, полоскать зубным эликсиром (так как между брекетами застревают остатки пищи, которые обычным полосканием рта не удалить). Правила чистки приведены ниже.
- На все время лечения пациент должен каждый месяц приходить на регулярные осмотры к стоматологу-гигиенисту и проводить профессиональную чистку зубов. Если ортодонтическое лечение осложнено пародонтозом, необходимо наблюдение у пародонтолога.
- Во время лечения брекет-системой нельзя кушать:
  - Хрустящий картофель, вафли, хлебцы, печенье прилипают к брекетам так, что не отчистите!
  - Любая жесткая пища: сушки, бублики, сухарики, орешки могут повредить брекет-систему, сломать дугу, сорвать брекеты и кольца! Особенно опасны мягкие продукты с жесткими включениями — булка с семечками, шоколадка с орехами и т. д. Морковку, яблоки, прочие твердые овощи и фрукты разрежьте на маленькие кусочки и ешьте. Это касается также жесткого мяса и любых продуктов, требующих откусывания.
  - Карамельки-сосалки, ириски-тянучки, леденцы, чипсы, попкорн, конфеты - большая часть этих вкусных, но малополезных продуктов останется на зубах и не скоро отчистится от брекет-системы.
  - Мороженое нельзя! Оно испортит аппарат.
  - От жвачки очистить брекеты очень тяжело.
  - Карандаши и ручки, а также ногти нельзя грызть ни в коем случае!
  - Необходимо ограничить очень горячие, очень холодные продукты - разница температур может привести к отклеиванию брекетов и ухудшению свойств ортодонтической проволоки
  - При лечении пластиковыми брекетами не следует пить кофе, чай, есть красящее варенье (смородина, черника и тп), потому что замочки брекета могут окраситься.
- Если брекет отклеился или изменилось положение зафиксированного ортодонтического кольца, необходимо немедленно договориться о приеме с лечащим врачом.
- Не следует беспокоиться, если в первые 3—7 дней после установки брекет-системы возникает некоторый дискомфорт или болевые ощущения в области зубов, травмирование щек и губ. Для облегчения привыкания к брекетам в этот период их заклеивают мягким воском.

Правила чистки зубов во время лечения брекет-системой

- Зубы необходимо чистить перед зеркалом после каждого приема пищи, качественна чистка занимает около 10 минут, поэтому запланируйте свой распорядок с учетом этого времени.
- Используйте для этого щетку Орто или однопучковую щетку- ершик.
- Зубная щетка Орто имеет V-образное углубление вдоль центральной части щетины, которое повторяет контуры брекет-системы.
- Однопучковая щетка чистит брекеты и прилегающие к ним поверхности, зубы вдоль десен, промежутки между зубами.
- Зубные ершики идеально подходят для чистки пространств под дугой и межзубных промежутков.
- Когда Вы отлучаетесь из дома, мы рекомендуем Вам иметь при себе зубную пасту щетки и футляр для них.
- Начинайте с верхней челюсти. Сначала щеткой Орто чистите внешнюю поверхность зубов, на которой крепятся брекеты, производя горизонтальные движения вдоль всей дуги Брекет-системы, затем переходите на нижнюю челюсть.

- Однопучковой щеткой тщательно почистите каждый брекет и прилегающие к нему пространства, очистите десневую бороздку и части зубов около десны.
- После этого ершиками почистите пространство под дугой и межзубные промежутки.
- Продолжение чистки — как обычно, когда на зубах нет брекетов. Щетку держите под углом 45° к десне и чистите скребущими движениями два зуба одновременно 10 раз. Повторите это над следующими двумя зубами. То же самое с внутренней поверхности (язычной и небной) зубов. Почистите жевательную поверхность зубов.
- Завершите чистку с помощью нити «суперфлос», протягивая ее между зубами и очищая боковые поверхности.

Клиника «КРЕМЛЕВСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ» желает Вам успехов и крепкого здоровья!