

КОГДА И КАК ВАМ СЛЕДУЕТ ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ВО ВРЕМЯ ОРТОДОНТИЧЕСКОГО ЛЕЧЕНИЯ

Когда? В течение 5 минут после приема пищи. Это легко сказать. Но как это сделать? Когда Вы отлучаетесь из дома, мы рекомендуем Вам иметь при себе зубную пасту, зубную щетку и футляр для нее.

Как?

- Сначала производите горизонтальные движения зубной щеткой вдоль всей дуги на верхней и нижней челюсти для удаления остатков пищи.
- Далее чистите так, как обычно чистите зубы, когда на них нет брекетов.
- Начинайте с верхней челюсти. Сначала чистите внешнюю поверхность зубов. Щетку держите под углом 45 градусов к десне, и выполняйте круговые движения щеткой над двумя зубами одновременно 10 раз. Повторите это над следующими двумя зубами и т.д.
- Далее тоже самое с внутренней (небной и язычной) поверхности зубов.
- Почистите жевательную поверхность зубов.
- Теми же круговыми движениями очистите зубы нижней челюсти.
- Прополоскайте рот и щетку теплой водой. Посмотрите в зеркало- не пропущены ли какие-либо места. Если Вы заметили, что где-то пропустили, то не откладывайте на следующий раз, а повторите чистку сразу.
- Будьте особенно внимательны и осторожны, очищая пространство между брекетами и десной.
- Когда вы закончили чистку, зубы, брекеты, кольцо и дуги должны блестеть.

Зубная щетка с ершиками

- Специально предназначена для чистки брекет системы.
- Обеспечивает также эффективный уход за труднодоступными местами в полости рта.
- Позволяет чистить поверхность зубов вдоль десен, а также большие промежутки между зубами.
- Зубные ершики просто идеально подходят, для чистки пространства под дугой.

Зубная щетка «Орто»

- Имеет V-образное углубление вдоль центральной части щетины, повторяющее контуры брекет-системы и других ортодонтических конструкций.

Во время лечения не рекомендуется - жевать, кусать и грызть:

- Хрустящий картофель, вафли, хлебцы, печенье... прилипают к брекетам, так, что не отчистите!
- Сушки, бублики, сухарики ломают дугу, сорвут брекеты и кольца!
- Карамельки-сосалки, ириски-тянучки, леденцы... это настоящий рай для микробов.
- Мороженое...тысячу раз **НЕТ!** Оно испортит аппарат.
- Орехи? – Никаких орехов и конфет с орехами!
- Жвачки! Поверьте, никакого удовольствия, когда весь рот в липкой массе, а очистить брекеты очень тяжело.
- Морковку, яблоки... разрежьте на маленькие кусочки и ешьте.
- Карандаши и ручки, а также ногти не грызть ни в коем случае!

