

## Памятка пациенту при ортодонтическом лечении брекет-системой

Ортодонтическое лечение с помощью различных съемных и несъемных аппаратов применяется для исправления нарушений соотношения и положения зубов в зубном ряду (прикуса). Точные сроки лечения определить невозможно, средние сроки от 1,5 - 2 лет.

Ортодонтические аппараты - достаточно непривычные для полости рта, сложные, почти «ювелирные» конструкции.

Для того, чтобы избежать осложнений и дискомфорта в период лечения следует до начала ортодонтического лечения пройти полную санацию полости рта, провести лечение кариеса и его осложнений, заболеваний десен, иное необходимое лечение, в том числе хирургическое и в последующем строго и четко выполнять рекомендации лечащего врача.

Возможно, что 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.

Чтобы процесс лечения был эффективным, мы разработали для Вас настоящие рекомендации, соблюдение которых позволит достичь запланированного результата лечения.

Миллионы людей каждый день чистят зубы, но лишь немногие делают это действительно сознательно и хорошо.

При наличии на зубах брекет-системы хорошо чистить зубы становится сложнее - требуется еще больше старания. Тем не менее, это абсолютно реально. Нужно лишь понимать, к чему приводит плохая чистка зубов.

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

### Плохая чистка зубов:

\* 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;

\* возникает воспаление десен (гингивит), они становятся отечными, начинают болеть и кровоточить;

\* вследствие воспаления десен увеличивается срок ортодонтического лечения;

\* при постоянно плохой гигиене (неудовлетворительной чистке зубов) может быть поставлен вопрос о досрочном прекращении лечения.

### Хорошая чистка зубов:

\* зубы чистые, эмаль блестящая, после снятия брекетов не остается никаких следов;

\* десна не воспалена, нормального бледно-розового цвета, при чистке не болит и не кровоточит;

\* зубы перемещаются быстрее, срок лечения меньше, врач и пациент довольны результатом.

**Для чистки зубов вовремя ортодонтического лечения обязательно нужно пользоваться следующими средствами гигиены:**

\* обычная зубная щетка, которую необходимо регулярно заменять на новую (не реже чем каждые три месяца);

\* ортодонтическая зубная щетка, которую порекомендует лечащий врач или врач гигиенист;

\* 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;

\* ирригатор;

\* специальные пасты, пенки для полости рта.

***Все необходимые средства для гигиены полости рта и зубов, Вы можете приобрести по доступным ценам в нашей клинике.***

***Просим уделить особое внимание техники чистки зубов и ограничениям в питании:***

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. Проводить чистку вокруг брекетов с помощью щетки с ёршиками.

4. Вы можете приобрести электрическую зубную щетку, но она не должна быть единственным существующим средством гигиены полости рта. Необходимо чистить зубы после каждого приема пищи.

5. Очищение зубных промежутков с помощью ирригатора. Направить струю на участки зубов, которые не были обработаны зубной щеткой, постараться направить струю жидкости на внутреннюю сторону, чтобы все внутренние поверхности зубов были очищены.

*Внимание! Мы настоятельно рекомендуем всем пациентам пользоваться ирригатором после каждого приема пищи, он не большой и не занимает много места, а его польза очевидна.*

6. Необходимо регулярно проходить профессиональную гигиену полости рта и зубов (не реже чем один раз в 3-4 месяца).

7. На время лечения следует отказаться от употребления:

- липких продуктов, ирисок, различных тянучек, жевательной резинки, вафель, чипсов, халвы и т.д.);

- твердых продуктов (орехи, конфеты с орехами, сушки, бублики, сухари и т.д. мучных продуктов);

- твердых овощей и фруктов, такие как морковь, яблоки, груши (откусывать нельзя, их режут на небольшие кусочки);

- жесткого мяса и любых других продуктов, требующих откусывания;

- следует избегать употребления излишне холодных или горячих продуктов, поскольку разница температур может привести к отклеиванию брекетов и ухудшению свойств ортодонтической проволоки;

- при лечении эстетическими брекетами во избежание их окрашивания не следует употреблять кофе, крепкий чай, смородиновое варенье, газированные напитки и т.д.

Уважаемые пациенты обращаем Ваше внимание, что неправильная техника чистки зубов и употребление нежелательных во время лечения продуктов питания ведет к отклеиванию брекетов и полочкам, деформациям ортодонтической аппаратуры.

В случае отклеивания брекета (брекет не плотно фиксирован к зубу, скользит по дуге) необходимо обратиться к врачу-ортодонт.

После окончания ортодонтического лечения для сохранения его эффекта рекомендуется:

\* носить удерживающую аппаратуру в течение периода времени, назначенного вашим лечащим врачом-ортодонтом;

\* тщательно соблюдать гигиену полости рта в домашних условиях и проходить профессиональную гигиену полости рта в клинике не реже одного раза в 6 месяцев;

\* периодически посещать лечащего врача-ортодонта для контрольных осмотров.

Помните, что ортодонтическое лечение - это совместная работа доктора и пациента, поэтому необходимо строго соблюдать все рекомендации лечащего врача.

***Желаем счастливого пути к красивой улыбке!!!***