

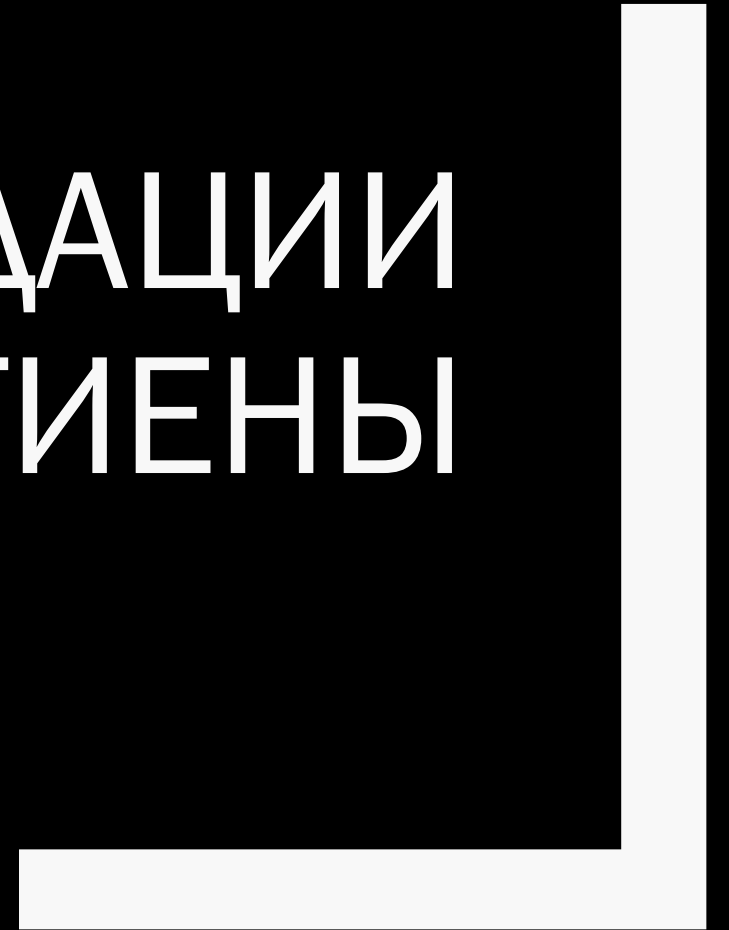
SUNDENTAL

ПАМЯТКА
ПОСЛЕ ГИГИЕНЫ



SUN DENTAL

ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПОСЛЕ ГИГИЕНЫ



❖ Поменяйте свою старую щетку на новую.

В дальнейшем менять зубную щетку необходимо каждые три месяца.

❖ После процедуры возможна реакция зубов в течение нескольких суток на холодное и горячее, дискомфорт при чистке зубов. Может немного повыситься чувствительность десен, возможна кровоточивость. Не волнуйтесь, это временные реакции. Если неприятные ощущения сохраняются больше трех дней - сообщите нам об этом.

❖ В течение 2 дней после гигиены воздержитесь от курения и употребления продуктов, которые способствуют повышению чувствительности зубов (соки, газированные напитки, фрукты), **от употребления красящих продуктов:**

коричневый и черный цвет: кофе, крепкий чай, кола, ягоды (черника, ежевика и др.), шоколад, какао, соевый соус;

красный цвет: красное вино, кетчупы, красные ягоды, томаты и томатный сок; насыщенный желтый цвет: горчица и куркума;

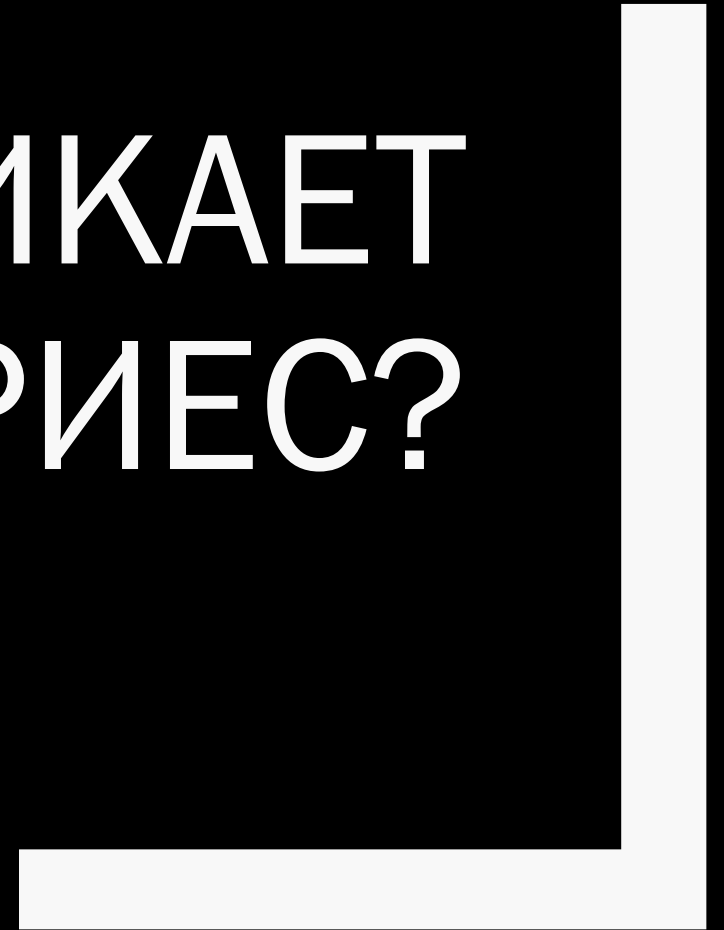
все ненатуральные красители: фруктовое мороженное, газированные напитки, многие конфеты и другие продукты, цвет которых бросается в глаза.

❖ Регулярные визиты к стоматологу необходимо проводить каждые полгода.

Для поддержания результатов лечения зубов, контроля гигиены (и при необходимости ее проведения), для раннего выявления заболеваний твердых тканей зубов.

В индивидуальном порядке гигиена может назначаться чаще!

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЕТ
КАРИЕС?



ФАКТОРЫ РИСКА

- > Неудовлетворительный уровень гигиены полости рта (зубной налет)
- > Несбалансированное питание (высокое содержание простых углеводов в рационе)
- > Нарушение состава и свойств ротовой жидкости
- > Генетические факторы
- > Снижение защитных механизмов организма: соматические заболевания, хронические болезни ЖКТ, эндокринной системы и ССС; состояние иммунитета.
- > Нарушение структуры твердых тканей зуба (низкая степень минерализации, изменения в результате нарушения развития и созревания твердых тканей зубов).

Но основной причиной, вызывающей развитие кариеса, является **налёт**, к которому прикрепляются кариесогенные бактерии и начинают свою деятельность.

Если налёта нет - бактерии не смогут закрепиться на гладкой поверхности эмали. Все просто!

Давайте посмотрим на эту цепочку:

Налёт ⇒ кариес ⇒ пульпит ⇒ периодонтит ⇒ разрушение зуба



На каждом из этапов можно вылечить зуб, пока ситуация не дойдет до удаления. Но чем дальше заходит развитие кариеса и его последствия в виде пульпита и периодонтита, тем больше тканей зуба мы теряем. Поэтому, лучше смотреть в сторону **профилактики возникновения кариеса** и предупреждать его возникновение.

КАКУЮ ЩЕТКУ
ВЫБРАТЬ?



- Щетка должна быть **мягкой (soft)**, либо очень мягкой (super soft).

Щетки с жесткой щетиной, либо средней жесткости не только травматичны для десны, но и неэффективны, поскольку их щетинки не могут зайти в зубодесневую борозду.

- Рабочая часть (головка) щетки должна быть **небольшой**, чтобы её было удобно заводить в труднодоступные места.

- Срез щетинок у мягкой щетки должен быть **ровный**, щетинок должно быть много - так все щетинки единым «полотном» будут деликатно убирать налет.

Когда щетинки располагаются на разном уровне, длинные щетинки сильно изгибаются и не чистят, а короткие могут не достичь поверхности зуба.



Первая фирма, которая разработала такие щетки - это Curaprox.
Сейчас есть много аналогов, достойных и не очень.

Вот фирмы-аналоги Curaprox, которые можно приобрести: Pesitro, Revyline



Curaprox 5460

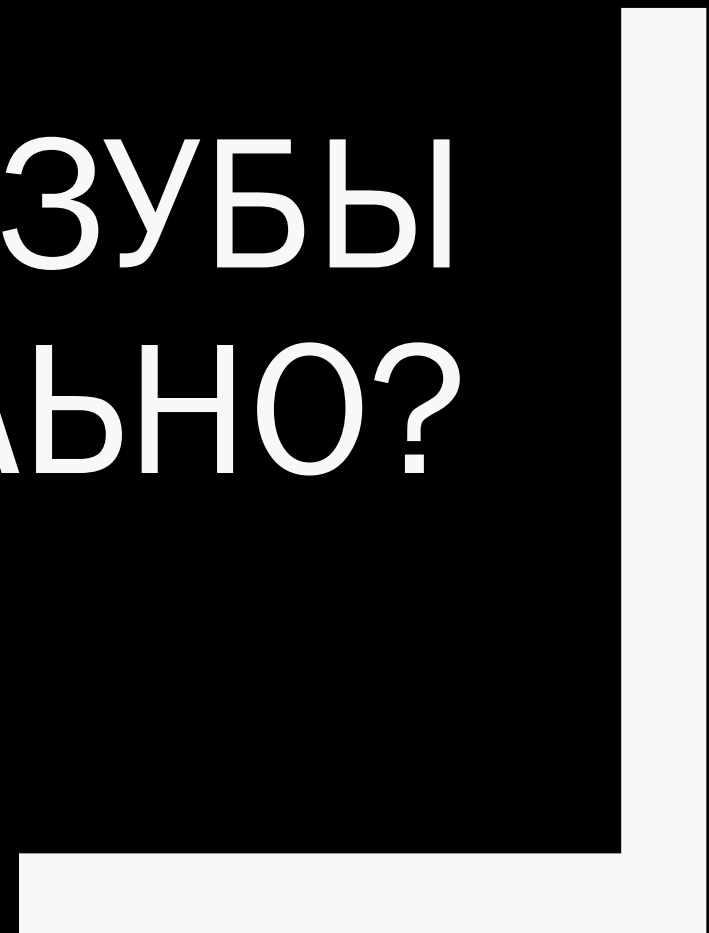


Pesitro 6580



Revyline SM5000

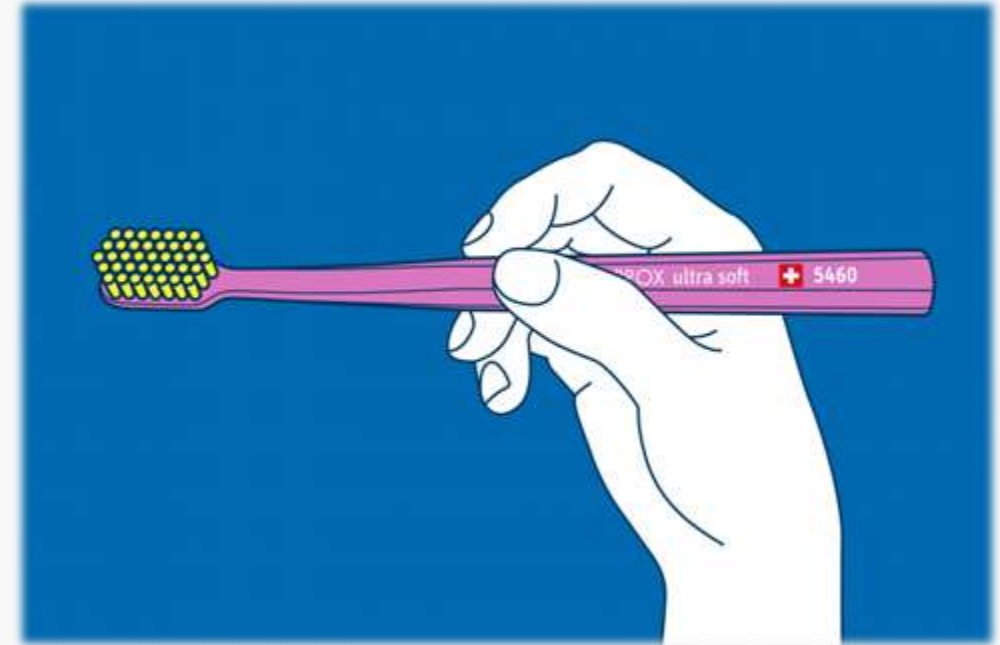
КАК ЧИСТИТЬ ЗУБЫ
ПРАВИЛЬНО?



Самый эффективный и нетравматичный метод ухода за зубами – **техника круговой чистки Bass**

Этот метод чистки работает только с мягкой щеткой, имеющей ровный скосом щетинок.

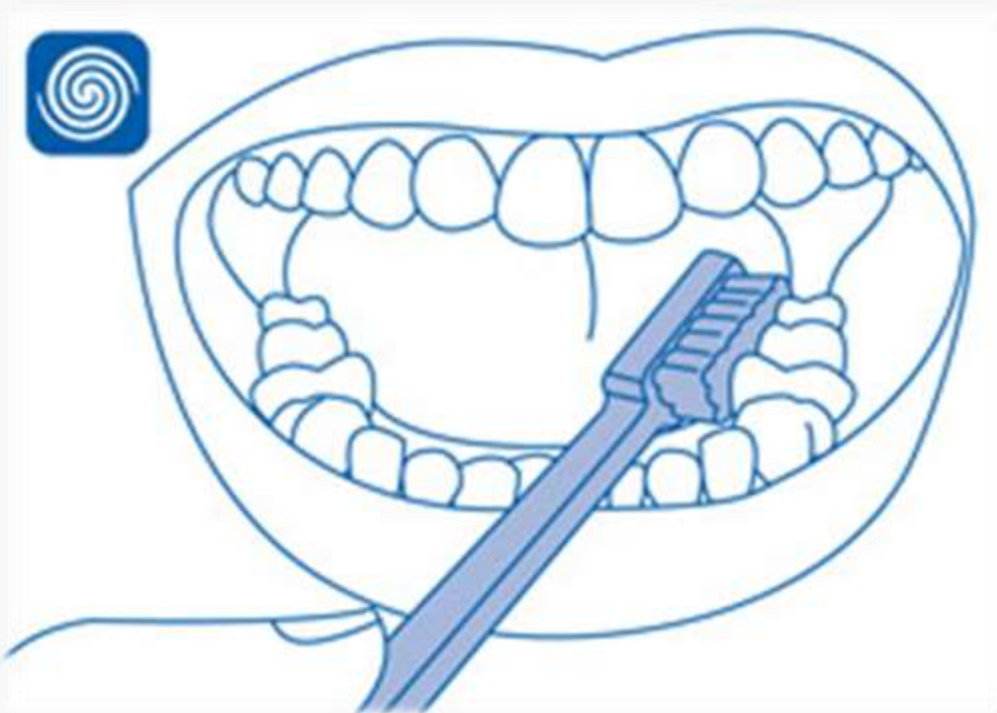
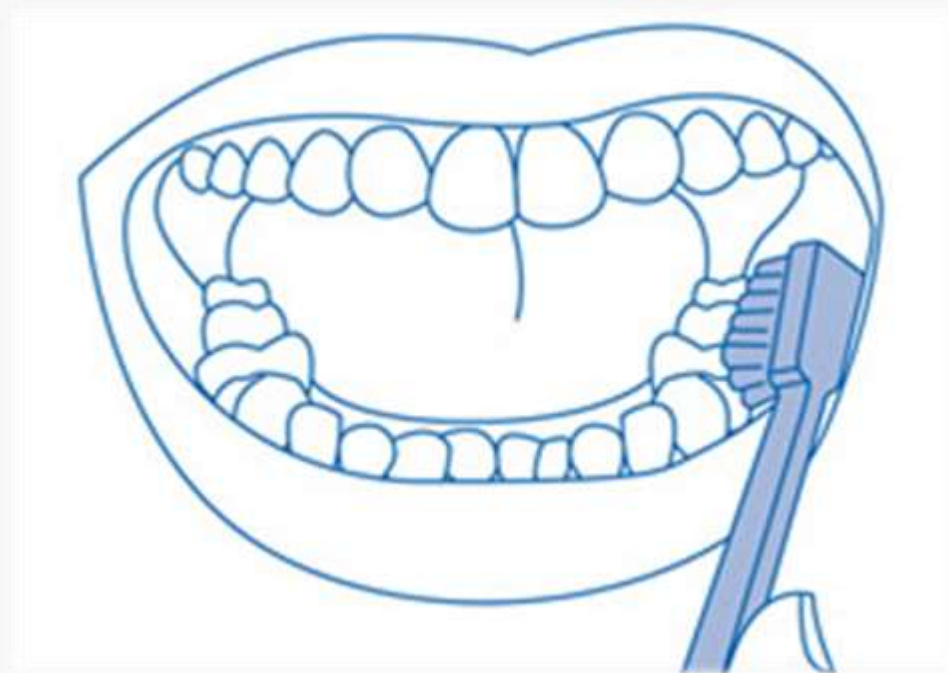
Чтобы осуществить технику BASS возьмите ручку зубной щетки пальцами, как ручку. Такой захват позволит снизить давление на зубы, десну и пародонт и при этом поможет осуществить мелкие полирующие движения на поверхности каждого зуба.



Разместите щетку на поверхности зубов таким образом, чтобы половина щетинок лежала на десне, а вторая половина – на эмали зубов. Вся головка щетки должна быть полностью прижата к зубам(без давления). Поверните щетку **под углом 45° к десне**. Щетинки должны устремиться в десневую бороздку.

Начинайте гигиену с щечной поверхности жевательных зубов.

Легкими, **круговыми** движениями без давления, перемещайте щетку от одного зуба к другому, начиная от задних жевательных зубов к передним. Дойдя до середины челюсти разверните щетку и продолжайте перемещать ее осуществляя круговые полирующие движения, теперь уже от передних зубов к задним.

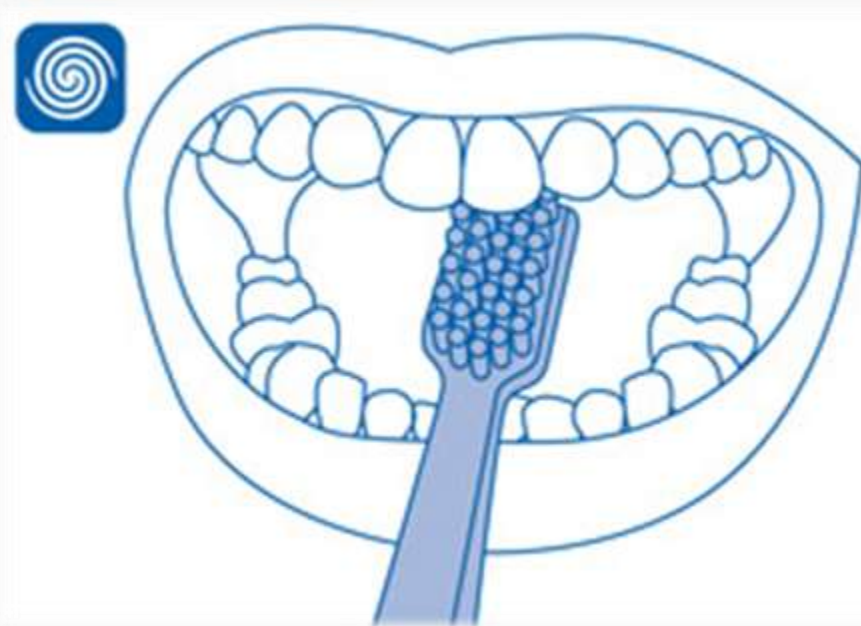
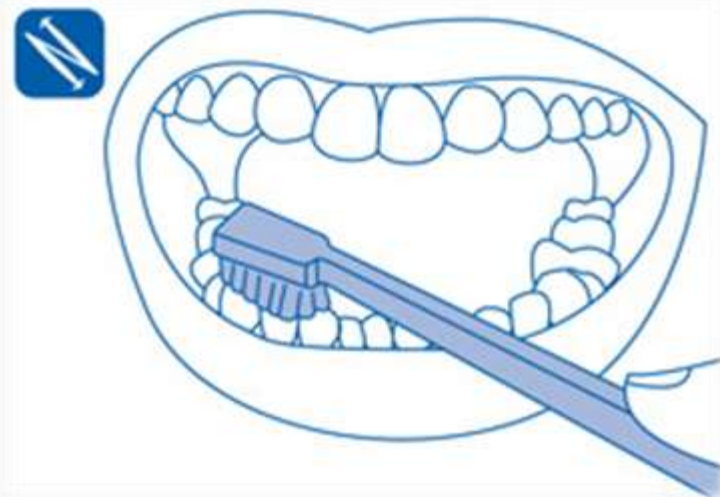


Переместите зубную щетку на внутреннюю поверхность зубов. Помните о том, что все щетинки должны быть прижаты к поверхности зубов и быть повернуты под углом 45° к десне. Обработайте все внутренние поверхности зубов круговыми движениями, как было описано выше.

Внутренняя поверхность передних зубов.

Часто случается, что нижним и верхним передним зубам с внутренней стороны не уделяется должное внимание. Разместите зубную щетку на внутренней поверхности передних зубов **вертикально**, так, чтобы часть щетинок легли на десну, а часть их на эмаль. Очищайте зубы круговыми движениями в технике BASS.

Жевательной поверхности так же нужно уделить должное внимание. Круговыми, полирующими движениями очистите все жевательные поверхности на верхней и нижней челюсти.



МОНОПУЧКОВАЯ
ЩЕТКА



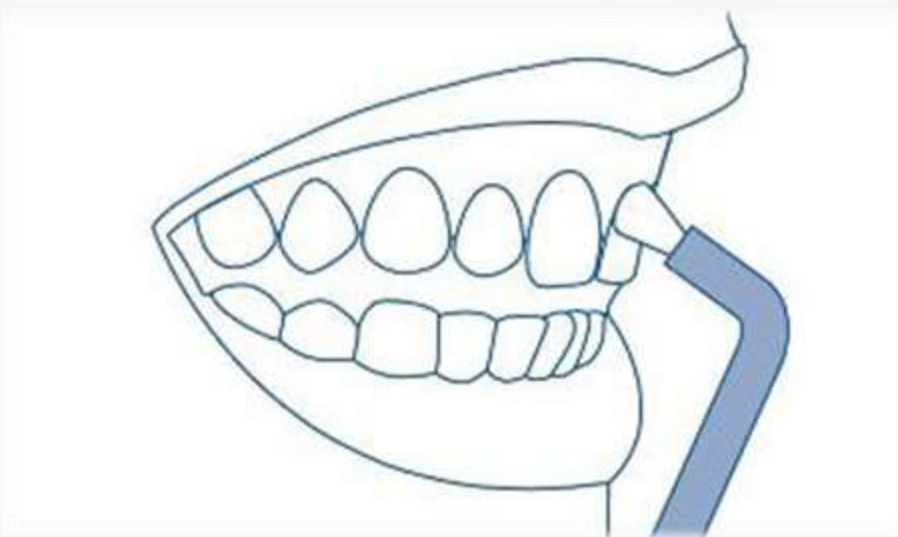
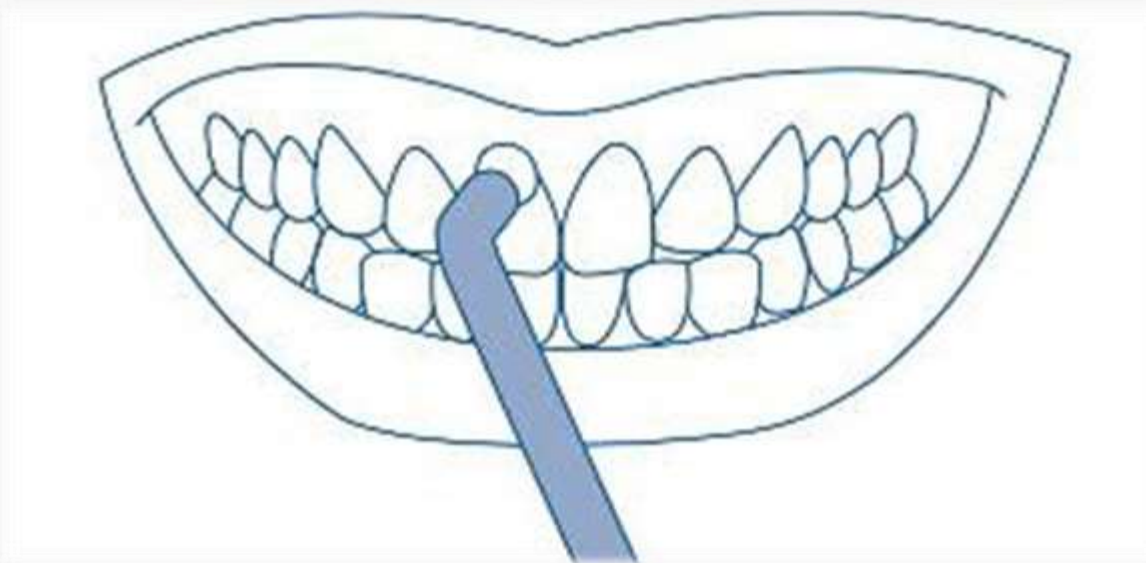
Обычная зубная щетка (мануальная или электрическая) никогда не удалит 100% налета.

Просто потому, что в силу своей формы она не имеет доступ к зоне между зубами и пришеечной области. Поэтому кариес чаще возникает на контактах между зубами, где вычистить налет труднее всего.

В этом вам любезно поможет **монопучковая зубная щетка**.



Возьмите монопучковую щетку пальцами и удерживайте ее в вертикальном положении.

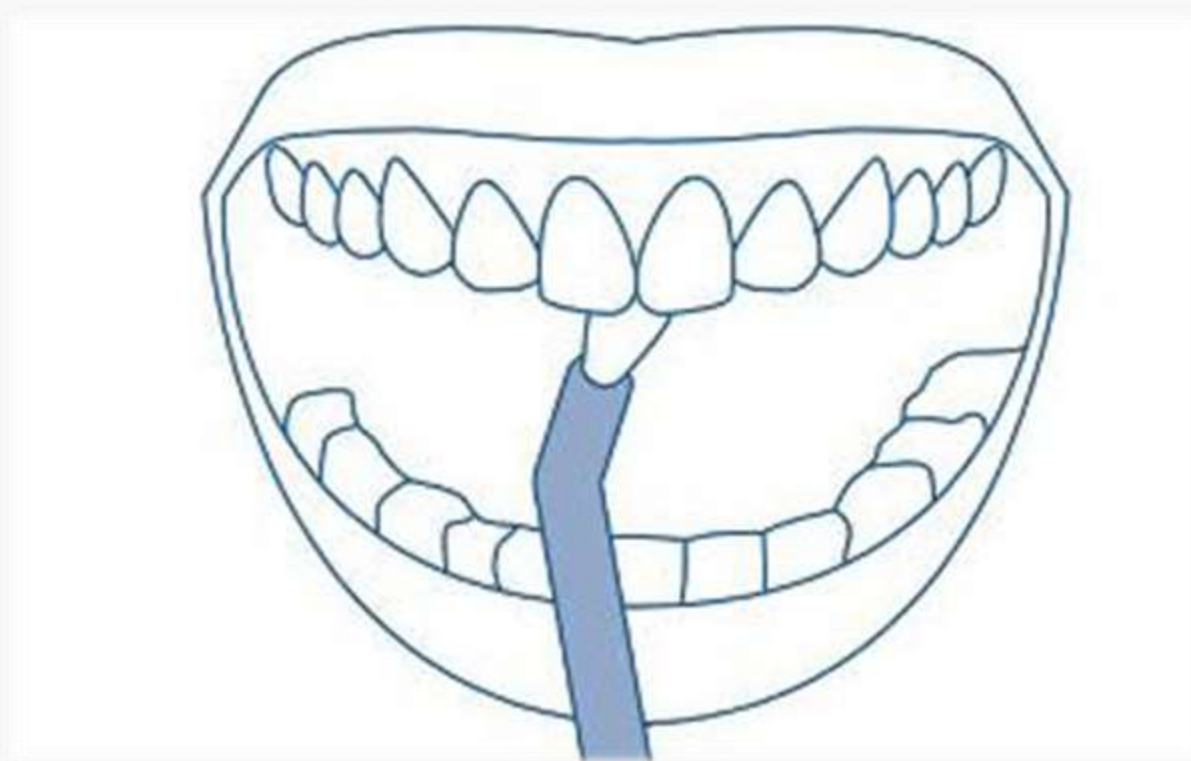


Передвигайте пучок от одного контактного пункта зуба к другому, проходясь по десневому контуру, как бы описывая «полукруг» вокруг каждого зуба, при этом необходимо совершать мелкие круговые, либо штрихующие движения.

Повторите эти же действия на внутренней поверхности зубов.

Когда чистим **передние зубы** - держим щетку **вертикально**,
Когда чистим жевательную группу зубов - можно для удобства держать щетку
«как ручку».

Использовать зубную пасту не обязательно.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ГИГИЕНА В SUNDENTAL



Мы не работаем по одному протоколу. Для каждой клинической ситуации протокол профессиональной гигиены подбирается индивидуально.

Все манипуляции проводятся под **УВЕЛИЧЕНИЕМ**: операционный микроскоп и бинокляры (увеличение 3,5 раза).

Понятие «Профессиональная гигиена» включает в себя не только гигиену в кресле у стоматолога, но и индивидуальную контролируемую гигиену полости рта, выявление, устранение или коррекция факторов, затрудняющих очищение поверхности зубов, обработку зубов и десен профилактическими средствами, регулярный контроль и анализ динамики стоматологического статуса пациента.



Профессиональная гигиена в SunDental проходит с применением аппарата **AIRFLOW® Prophylaxis Master**, производимым в Швейцарии.

Преимущества:

- ✓ Подогрев воды, подаваемой из наконечника (особенно актуально, если при повышенной чувствительности зубов)
- ✓ Регулировка мощности и подачи воды от 1 до 10
- ✓ Современный ультразвуковой наконечник (генерирует 32 000 возвратно-поступательных колебаний в секунду без каких-либо боковых прогибов, имеет встроенную функцию динамической коррекции коэффициента мощности, адаптирующей выходную мощность согласно нагрузке, приложенной к рабочему инструменту, что обеспечивает максимальный комфорт во время процедуры)
- ✓ Возможность применения порошка **AIRFLOW® PLUS**



AIRFLOW® PLUS (EMS, Германия)

Единственный на рынке высокотехнологичный порошок, который минимально инвазивным путём удаляет биоплёнку и слабоминерализованные зубные отложения со всех видов поверхностей:

эмали, дентина, мягких тканей, композитных реставраций, керамических реставраций, ортодонтических конструкций или поверхностей дентальных имплантатов.

Размер гранул порошка PLUS всего **14 микрон** (для сравнения, толщина человеческого волоса 70-100 микрон)

Это самый мелкодисперсный порошок для гигиены.



Основная составляющая данного порошка-пудры **ЭРИТРИТОЛ**.

Эритритол - это натуральный подсластитель, он не влияет на уровень глюкозы в крови, не метаболизируется бактериями полости рта и, соответственно, не обладает кариесогенным действием.

Такой порошок-пудра в тандеме с аппаратом AIRFLOW® Prophylaxis Master безболезненно удаляет 100% биопленки.

Благодаря данным свойствам порошок PLUS одновременно с удалением налета ещё и **полирует** поверхность эмали.

Гигиена завершается дополнительным полированием эмали профессиональной пастой с специальными резинками или щетками.

Это важно, так как если правильно не заполировать поверхность эмали, мелкие частички зубного камня останутся, что приведет к его быстрому образованию в дальнейшем.

Если есть композитные реставрации, применяется специальная паста, предназначенная для их полировки.

