

ПАМЯТКА ДЛЯ ПАЦИЕНТА ПО УХОДУ ЗА ЗУБАМИ

Как правильно чистить зубы?

- Чистить зубы необходимо дважды в день: утром и вечером после приема пищи в течение 2-3 минут. Чистку зубов начинают с боковой (жевательной) группы в направлении справа налево на нижней челюсти, а затем слева направо на верхней челюсти, последовательно захватывая по 2-3 зуба и перемещая зубную щетку в сторону передних зубов. Для полного удаления зубного налета с каждой поверхности зуба необходимо сделать не менее 10 парных движений зубной щеткой. Очищение наружных поверхностей производят вертикальными (сверху – вниз и снизу - вверх) выметающими движениями в направлении от края десны к краю зуба (принцип «от красного к белому»), одновременно осуществляя массаж мягких тканей, что способствует улучшению кровообращения.

Зачем нужно использовать зубные нити(флоссы)?

- Зубные нити позволяют удалить остатки пищи и зубной налет с поверхностей зубов, недоступных зубной щетке (например, межзубные промежутки). Регулярное использование зубной нити помогает предотвратить воспаление десен, сохранить белизну зубов, предупредить образование зубного камня.

Зачем нужно использовать ополаскиватель для полости рта?

- Преимущество ополаскивателей связано, прежде всего, с тем, что при правильном составлении рецептуры, все активные компоненты, введенные в ополаскиватель, сохраняются в доступной форме и попадают в полость рта в активном состоянии. Используя ополаскиватель, можно значительно усилить реминерализующее действие зубной пасты, снизить воспаление десен, дополнительно освежить полость рта.

Зачем нужно использовать ирригатор?

- Ирригатор очищает там, где щетки и флоссы бездействуют. Уникальная комбинация давления и пульсации воды очищает пространства между зубами и ниже линии десны глубже, чем зубная щетка, эффективно удаляет бактерии и остатки пищи. Ирригатор массирует десны и оставляет у вас во рту ощущение чистоты и свежести. Эффективно очищает пространство вокруг брекетов, имплантов, коронок и мостов. Эффективен в борьбе с гингивитом.