MENDELEEV
умная стоматология

Памятка после протезирования

Гигиена полости рта:

- Чистите протезы два раза в день, утром и вечером, используя мягкую зубную щётку и специальную пасту для чувствительных зубов;
- После каждого приёма пищи промывайте протезы тёплой водой, чтобы удалить остатки пищи и бактерии;
- Используйте зубную нить или межзубные ёршики для очистки труднодоступных мест;
- В случае необходимости используйте специальные средства для очистки протезов (таблетки для замачивания, ополаскиватели);
- Регулярно посещайте стоматолога для профессиональной чистки и осмотра.

Питание:

- В первые дни после протезирования рекомендуется употреблять мягкую пищу, нарезанную небольшими кусочками;
- Избегайте употребления слишком горячих или холодных блюд, а также продуктов, которые могут прилипнуть к протезам (например, ириски, жвачка);
- Не откусывайте пищу передними зубами, пережёвывайте её боковыми зубами, равномерно распределяя нагрузку на обе стороны челюсти;
- Не рекомендуется употреблять очень твёрдые продукты (орехи, сухари), которые могут повредить протез;
- Разрезайте продукты на небольшие кусочки, чтобы облегчить процесс пережёвывания.

Общие рекомендации:

- В первые дни после протезирования может возникать дискомфорт и небольшая болезненность, это нормально;
- При появлении сильной боли или других неприятных ощущений, обратитесь к стоматологу;
- Соблюдайте рекомендации врача по уходу за протезами и посещайте плановые осмотры.
- Избегайте курения и употребления алкоголя, так как это может негативно сказаться на состоянии протезов и дёсен;
- Не пытайтесь самостоятельно ремонтировать протезы, обратитесь за помощью к специалисту;
- Не снимайте протезы на ночь, если это не рекомендовано врачом.

Дополнительные рекомендации:

Привыкание к протезам:

Привыкание к новым протезам может занять некоторое время (несколько дней или недель).

Восстановление дикции:

Если у вас возникли трудности с дикцией, попробуйте выполнять упражнения для языка и губ, а также читать вслух.