ПРОФИЛАКТИКА

стоматологическая поликлиника № 33

Если беспокоит неприятный запах изо рта

Иногда запах появляется ненадолго после чеснока, лука, кофе или острых специй. Если он сохраняется, причиной могут быть налёт на языке, воспаление дёсен, кариес, сухость во рту, а также пломбы или коронки с нарушенной герметичностью.

Что можно сделать дома

- Чистите зубы и линию дёсен дважды в день пастой с фтором, а промежутки между зубами очищайте ёршиком или зубной нитью один раз в день.
- Один раз в день бережно очищайте язык скребком или мягкой щёткой, особенно его заднюю часть, где налёт скапливается чаще. Не давите и не травмируйте поверхность языка.
- Пейте достаточно простой воды: сухость во рту часто усиливает запах. После еды можно прополоскать рот водой.
- Сократите частые сладкие перекусы, не курите и ограничивайте алкоголь. Жевательная резинка без сахара может ненадолго освежить дыхание после еды, но не заменяет гигиену и лечение.
- Ополаскиватель может быть дополнением к уходу. Используйте его в другое время, не сразу после чистки зубов; подходящее средство поможет выбрать врач.
- Если носите съёмный протез, очищайте его ежедневно и снимайте на ночь, если врач не дал иных рекомендаций.

Профилактика

- Профессиональная гигиена помогает удалить плотный налёт и зубной камень, которые нельзя полностью убрать дома. Обычно её проводят раз в 6–12 месяцев или в срок, рекомендованный врачом.

Когда записаться к стоматологу

- Обратитесь в клинику, если запах сохраняется несколько недель, несмотря на регулярную гигиену, или появился вместе с кровоточивостью, отёком и болезненностью дёсен, болью в зубе, неприятным вкусом во рту, подвижностью зуба или проблемами с протезом.
- Врач осмотрит зубы, дёсны, язык, пломбы и конструкции, при необходимости проведёт профессиональную гигиену и подскажет дальнейший план.

Когда нужен другой специалист

- Если стоматолог исключил проблемы в полости рта, а запах сохраняется, он может рекомендовать обратиться к терапевту или ЛОР-врачу. Среди возможных внезубных причин могут быть хронический тонзиллит, синусит, сухость во рту и другие состояния.
- Самостоятельно искать «причину в желудке» и начинать лечение не нужно.

Памятка носит информационный характер и не заменяет осмотр. Индивидуальные рекомендации и план лечения определяет врач.

Контакты клиники
г. Челябинск, ул. 40-летия Победы, 33Б
8 (922) 013-30-33 · 8 (351) 280-74-74