стоматологическая поликлиника № 33

Уход во время выравнивания зубов

Брекеты и элайнеры не отменяют ежедневный уход. Чистые зубы и регулярные визиты помогают пройти лечение спокойно и без лишних остановок.

Если вы носите брекеты

- Чистите зубы утром, перед сном и после еды, уделяя внимание замочкам, дуге и линии дёсен.
- Каждый день очищайте промежутки между зубами и пространство под дугой подходящим межзубным ёршиком.
- Сократите сладкие перекусы и напитки. Твёрдые, липкие и хрустящие продукты могут повредить систему; крупные кусочки лучше разрезать.
- Если дуга или замочек натирают, используйте ортодонтический воск только так, как показал врач.

Если вы носите элайнеры

- Носите капы по индивидуальной схеме ортодонта. Снимайте их для еды и очищайте зубы перед повторным надеванием.
- Храните элайнеры в контейнере, а не в салфетке.
- Промывайте капы прохладной водой и очищайте средствами, рекомендованными врачом. Горячая вода может изменить форму материала.
- С элайнерами во рту безопаснее пить только обычную воду.

Когда связаться с ортодонтом

- Не ждите следующего приёма при сильной боли, поломке брекет-системы, потере или трещине элайнера, выраженном покраснении и кровоточивости дёсен. Не ремонтируйте конструкцию самостоятельно.
- Продолжайте профилактические осмотры у стоматолога-терапевта и профессиональную гигиену по индивидуальному графику.

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