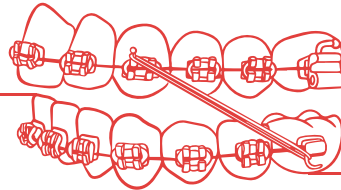
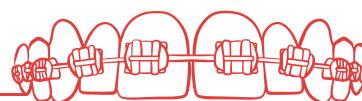


## Мені встановлено



## БРЕКЕТ СИСТЕМУ

### Загальні рекомендації



- В перші дві доби після фіксації брекетів або заміни дуги чи її активації можливі больові відчуття це пройде протягом 1-1,5 доби самостійно. У випадку, якщо біль не проходить, випийте німесил або інший зболюючий препарат;
- У випадку якщо у Вас відклеївся брекет або інший елемент системи, а також, якщо якийсь елемент системи травмує слизову порожнини рота - не намагайтеся самостійно або за допомогою підручних засобів зняти елементи апаратури, зверніться до лікаря;
- Якщо Ви проковтнули брекет, який відклеївся, або кнопку - не панікуйте і не викликайте швидку допомогу - ці елементи системи не завдають травмуючої дії на слизову оболонку шлунково-кишкового тракту;
- В разі дискомфортних відчуттів, пов'язаних з контактом елементів брекет-системи зі слизовою оболонкою порожнини рота, ізолюйте ці елементи спеціальним воском, який є у Вашому наборі для гігієни;
- Не пропускайте час призначених візитів до лікаря без поважних причин це негативно вплине на терміни і результати лікування.



### Харчування

- Необхідно максимально знизити навантаження на зубо-щелеповий апарат, особливо на початку лікування;
- Не можна кусати і гризти великі, тверді і в'язкі шматки їжі, їх потрібно подрібнювати будь-яким зручним для Вас методом, крім кусання, і вже подрібнену їжу розжовувати;
- Також потрібно відмовитися від дуже гарячої та холодної їжі і напоїв.

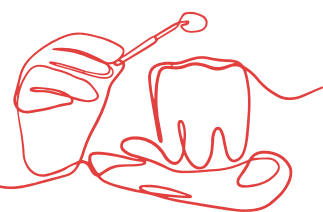
### Гігієна



Правильна і повноцінна гігієна порожнини рота це одне з основних зусиль, які вимагаються від Вас в процесі лікування.

Так і запам'ятайте: якщо Ви приходите на прийом до лікаря з невичищеними зубами, не ображайтеся, якщо лікар відмовить Вам у прийомі.

- Необхідно чистити зуби після кожного прийому їжі, якщо немає такої можливості, то потрібно хоча б прополоскати рот і скористатися кишеньковою щіточкою-йоржиком для видалення залишків їжі, що застрягли в брекет-системі.
- Повноцінна чистка зубів повинна займати не менше 10 хвилин. По-перше, у вас повинно бути дві щітки: одна звичайного розміру, м'яка, але з більш вузьким розташуванням щетини, ніж у звичайній щітці, та інша маленька у вигляді йоржика це спеціальна ортодонтична щітка, з футляром, яку зручно скрізь носити з собою.
- Великою щіткою Ви очищаєте пришийкову, жувальну, піднебінну та язикову поверхні кожного зуба; для цього Ви тримаєте щітку під кутом до поверхні, що очищається, і рухами зверху вниз очищаєте кожен зуб. Потім берете маленький йоржик і чистите ним всі частини брекета і всі простори під дугою, на зубі та між зубами. Все це потрібно робити так, щоб після даного етапу не залишилось видимих шматочків їжі та нальоту на зубах і брекетах.
- Після цього Ви берете флоси і вичищаєте міжзубні проміжки. Якщо Ви не знаєте, як всім цим користуватись - попросіть свого лікаря - він Вам все покаже.
- Якщо у Вас є електрична зубна щітка, Ви можете використовувати її замість звичайної.



#### Обов'язково

Подивіться відео в інтернеті, яке ми підготували для Вас по те, як правильно чистити YOUTUBE зуби на за посиланням цим посиланням