



dr darvishpour



## آموزش بهداشت ارتودنسی

همراه با تصاویر و معرفی رایج ترین وسایل ارتودنسی

# ارتودنسی ثابت >



## نکات حائز اهمیت درباره درمان ارتودنسی ثابت

فقط در اولین روز شروع درمان ارتودنسی ثابت از خوردن چای، نسکافه، قهوه و نوشیدنی های رنگی خودداری نمائید.

در درمان اتودنسی ثابت جویدن آدامس بدون قند باعث کاهش درد و زودتر جا به جا شدن دندان ها می شود.

قبل از مراجعه از خوردن غذاهای بد بو خودداری کرده و حتما مسواک بزنید.

در مواردی که تب خال یا بیماری های ویروسی دارید لطفا بعد از اتمام بیماری به ارتودنتیست خود مراجعه نمائید.

خونریزی از لثه در هنگام مسواک زدن یا کاربرد نخ دندان، نشانه التهاب لثه است و باید بهداشت دهان به شکل دقیق تر و موثرتری رعایت گردد و در صورت صلاحدید متخصص ارتودنسی، دندانها جرم گیری شود.  
همچنین لازم است لثه ها به صورت مرتب با آب نمک رقیق و به کمک انگشت ماساژ داده شود.



NEW LIFE.NEW SMILE

## کنترل بهداشت دهان و دندان

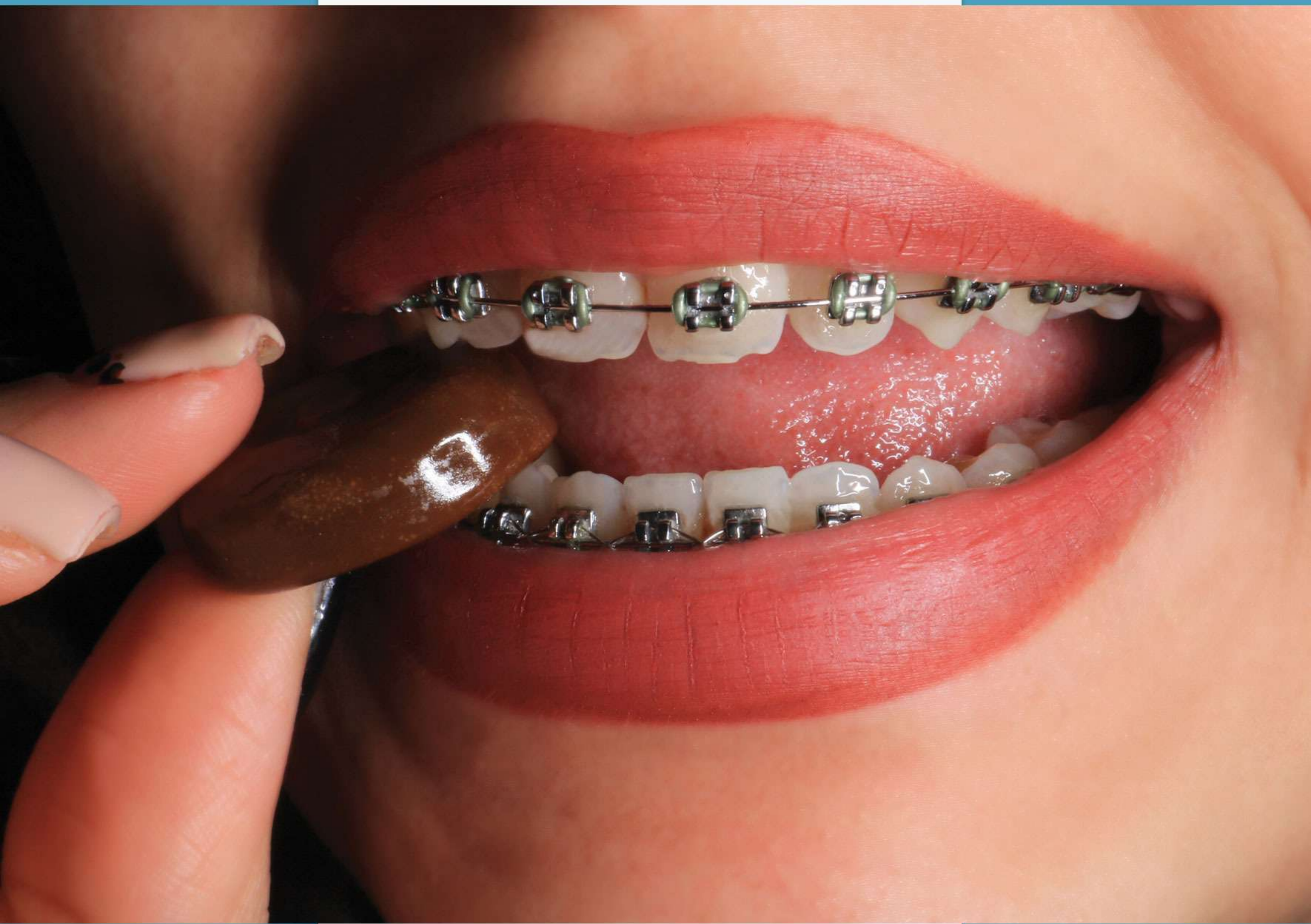


توجه داشته باشید که پلاک های ارتودنسی موجب گیر غذایی، در سطوح دندانی و لته می گردد، لذا عدم رعایت بهداشت دهان موجب افزایش پوسیدگی دندان و بیماری های لته می شود.

بعد از هر وعده غذایی، جهت جلوگیری از بیماری های لته ای و پوسیدگی دندان و بوی دهان، حتما دندان های خود را مسواک زده و از نخ دندان و به دنبال آن دهانشویه و فلوراید استفاده کنید.

به منظور بهبود وضعیت بهداشتی دهان، استفاده از مسواک مخصوص ارتودنسی، مسواک بین دندانی، و نخ دندان مخصوص ( سوپر فلاس ) و دهانشویه توصیه می شود.







## مراقبت و نگهداری از براکت های ارتودنسی

براکت های ارتودنسی، به واسطه چسب مخصوص به دندان متصل می گردد به طوری که به سادگی جدا نمی شود، لذا هرگونه جدا شدن براکت ها، بندها و یا شکستن سیم که صرفاً به دلیل کوتاهی بیمار در نگهداری آن ها بروز کند، بیمار ملزم به پرداخت هزینه می باشد.

به منظور جلوگیری از جدا شدن براکت، از خوردن مواد غذایی سفت مانند ته دیگ، بلال، شکلاتهای سفت و چسبنده، کباب برگ و استیک، انار و .. خودداری گردد. قبل از خوردن میوه های هسته دار مثل آلبالو، زردآلو، گوجه سبز و خرما هسته آن را خارج کرده و سپس میل کنید.

در صورت تمایل به خوردن ساندویچ، سیب، هویج و یا میوه های مشابه باید ابتدا آنها را به قطعات کوچک تقسیم و به آرامی توسط دندان های خلفی جویده شود.

حتی الامکان مصرف مواد غذایی قندی و تنقلات محدود گردد.

دستکاری خودسرانه سیم ها و وسایل داخل دهان منجر به تغییر فرم و جدا شدن آنها از سطح دندان می شود. در صورت بروز مشکل یا آسیب به پلاک، بندها و براکت ها در اولین فرصت با مجموعه ما تماس بگیرید.

## کنترل زخم و دردهای مخاطی

بروز دندان درد و زخم های مخاطی در هفته اول ارتودنسی و چند روز اول در مراجعات بعدی طبیعی تلقی می گردد.

در صورت درد غیر قابل تحمل، می توان از داروهای مسکن (استامینوفن) استفاده شود.

در مواردی که انتهای سیم سبب ایجاد زخم در مخاط گونه گردد، بایستی جهت کوتاه کردن سیم به بخش ارتودنسی مراجعه نمایید.

بدیهی است مسئولیت هرگونه عوارض ناخواسته ناشی از عدم رعایت بهداشت دهان، عدم مراقبت و نگه داری پلاک های ارتودنسی و عدم نظم و ترتیب در مراجعات بر عهده ی بیمار است و هیچگونه مسئولیتی متوجه متخصص ارتودنسی نمی باشد.

در صورتی که بیمار بیش از سه ماه غیبت کند  
متخصص ارتودنسی محق به قطع درمان وی می باشد



وسایل مورد نیاز که باید از داروخانه تهیه شود >

۱ مسواک مخصوص ارتودنسی

۲ مسواک بین دندانی

۳ نخ دندان سوپر فلاس

۴ دهان شویه فلوراید



۴



۳



۲



۱

اگر سیم اصلی شکست چه کار کنم؟  
باید جهت تعیین زودتر وقت معاینه با مطب تماس گرفت . در صورت جدا شدن یکی از سیم های نازک که سیم اصلی را بر روی وسایل محکم می کند بایستی آن را به دقت خارج نموده و به متخصص ارتودنسی اطلاع داد.

اگر براکت ها یا سیم نگهدارنده داخل دهانم را اذیت کرد چه کار کنم؟  
در موارد اورژانسی نوک تیز سیم های نازک نگهدارنده ی اصلی را به محل اولیه برگرداند و مقداری موم یا آدامس بدون قند را بر روی آن قرار دهید تا به بافت های دهان آسیب نرساند.

از الاستیک ها باید چند ساعت استفاده کرد؟  
الاستیک های بین فکی یا کش هایی که طبق دستور متخصص ارتودنسی ، توسط خود بیمار مورد استفاده قرار میگیرد باید هرروز تعویض شود و مدت زمان استفاده از هر کش یا الاستیک ۲۴ ساعت می باشد که تنها موقع غذا خوردن و مسواک زدن خارج می شود.





**dr darvishpour**

ddsms

orthodontic specialist



اسکن کنید!

تلفن : ۰۲۱-۲۲۲۴۳۶۷۹

تلفن : ۰۲۱-۸۸۹۲۰۸۹۰




آدرس : مترو قیطریه

آدرس : میدان فاطمی



 dr.darvishpour

 drdarvishpour.com