

# Памятка пациентам после профессиональной гигиены полости рта

## Зачем нужно профессиональное очищение полости рта?

Многие, считая, что сами отлично прочищают зубы, скептически относятся к такой процедуре, но это большое заблуждение. Зубной налёт включает в себя множество микроорганизмов, воду и соли слюны, его появление на зубах отмечается после очищения зубов в домашних условиях уже через 2-6 часов. При этом налёт имеет особенность скапливаться там, где зубная щётка не в силах его удалить.

Помимо того, что налёт постоянно наслаивается и растёт, в нём происходят активные процессы жизнедеятельности микробов, которые сопровождается образованием кислоты. Из дня в день такая бурная активность обязательно сказывается на состоянии зуба и дёсен, вызывает воспаление десен, запах изо рта, убыль кости, кариес эмали.

## Что нужно делать?

Непрерывно нужно вовремя посещать стоматолога, который сможет предупредить развитие болезней, проведёт профессиональную гигиену полости рта, а после отполирует эмаль зубов и нанесёт на них препарат с повышенным содержанием кальция или фтора.

## Как себя вести после процедуры профессиональной гигиены?

- 1) На протяжении пары часов после процедуры не нужно пить горячие напитки и не принимать пищу.
- 2) В течение пары часов после гигиены не употреблять никаких красящих продуктов (кофе, красного вина, чая и пр.), соблюдать так называемую «прозрачную» диету.
- 3) В течение суток не принимать грубую пищу.
- 4) Сменить зубную щётку, и в дальнейшем менять её каждые три месяца.
- 5) Непрерывно пользоваться зубными нитями и межзубными ершиками, чтобы устранять скопление остатков пищи и слюны между зубов.
- 6) Применять средства гигиены, которые порекомендовал врач.

Конечно же, не забывать осуществлять профилактический осмотр и профессиональную гигиену по необходимости.

**Стоматологическая клиника «ИТА» готова предложить все услуги по профилактике и лечению заболеваний ротовой полости. Мы хотим видеть Вас счастливыми!**