

VZDRŽEVANJE ZOBNIH MOSTIČKOV IN PREVLEK

Potrebno se je zavedati, da je redno vzdrževanje mostičkov in prevlek bistveno za njihovo življenjsko dobo.

Vzdrževanje in nega vključujeta vsakodnevno ščetkanje in nitkanje zob ter redne preglede pri zobozdravniku vsake pol leta.

ŠČETKANJE ZOB

Zobe si poščetkamo najmanj dvakrat na dan z zobno ščetko in zobno pasto. V primeru, da uporabljamo srednje trdo ščetko, ščetkamo zobe 2-3 minute. Če pa uporabljamo mehko ali zelo mehko zobno ščetko, je priporočljivo zobe ščetkati 5-7 minut.

Ščetkamo vse zobe enako, saj novega fiksno-protetičnega nadomestka s ščetko ne moremo poškodovati.

NITKANJE

Nitkanje zob je priporočljivo vsaj enkrat na dan. Priporočljivo je, da ste pri nitkanju čimbolj nežni, sicer lahko z nitko zarežete v dlesen in povzročite krvavitev. Zato je dobro ob vstavljanju nitke v medzobni prostor pri prehodu stične točke med zobmi njeno napetost nekoliko popustiti in nenapeto počasi pomakniti v medzobni prostor.

Poznamo več različnih vrst nitk. Katera vam bo najbolj ustrezala, je odvisno od vsakega posameznika. Priporočljivo je, da si na začetku priskrbite nitko, ki je navoskana. Ta najlažje zdrsi v medzobne prostore in se ne trga.

V primeru, da se ne morete navaditi nitke, ki jo navijete na kazalce, se lahko poslužujete nitke, ki je na plastičnem držalu. S to obliko nitke se najlažje rokuje.

Za dobro čiščenje mostičkov je namenjena posebna medzobna superfloss(r) nitka. Nitka je sestavljena iz zadebeljenega dela, ki očisti prostor pod mostički in čvrstega tršega dela, ki omogoča, da nitko potisnemo pod mostiček. Zadebeljen del nitke nato očisti prostore pod mostičkom, ki jih ne dosežemo z drugimi pripomočki.

MEDZOBNE ŠČETKE

So namenjene čiščenju večjih prostorov med zobmi in pod mostički. Na tržišču je več vrst in več velikosti medzobnih ščetk. Priskrbeti si je priporočljivo tako medzobno ščetko, ki ustreza velikosti vaših medzobnih prostorov.

Medzobno ščetko po uporabi splaknete pod tekočo vodo in jo lahko večkrat uporabite.

Vsak nasmeh šteje

V primeru, da vam na določenem mestu dlesni krvavijo po uporabi ščetke, medzobne ščetke ali nitke, je to znak, da je dlesen vneta. Tam se nabira hrana, ki povzroča vnetje. Zato je na tem mestu potrebno še bolj ščetkati in nitkati.

OBISKI PRI ZOBOZDRAVNIKU

V Modrem zobu svetujemo, da se na pregled pri zobozdravniku oglasite vsake 6 mesecev. Zobozdravnik bo pregledal ustreznost nege vaših zob in fiksno-protetičnega nadomestka.

Vsak nasmeh šteje

MODRI ZOB KRANJ
Bleiweisova cesta 30
040 500 517
kranj@modrizob.com

MODRI ZOB LJUBLJANA
Ukmarjeva ulica 6
040 501 100
ljubljana@modrizob.com

MODRI ZOB PTUJ
Osojnikova cesta 9
040 550 500
ptuj@modrizob.com