

NAVODILA ZA VZDRŽEVANJE ZOBNIH PROTEZ

Potrebno se je zavedati, da je vzdrževanje totalnih in delnih zobnih protez bistveno za njihovo življenjsko dobo.

Vzdrževanje in nega vključujeta vsakodnevno čiščenje proteze in vaših zob ter redne preglede pri zobozdravniku vsake pol leta.

PRIVAJANJE NA NOVO PROTEZO

1. Potrpežljivost

Potrpežljivost je v prvih dneh nošenja nove zobne proteze zelo pomembna. Pri večini pacientov traja doba navajanja samo nekaj dni, pri nekaterih pa je doba navajanja nekoliko daljša. Lahko traja tudi 1 mesec. Na začetku je vsaka zobna proteza zaznana kot tujek. Ustnice, jezik in ličnice potrebujejo čas, da se navadijo na nove zobe. Navajanje na zobno protezo lahko pospešite s tem, da jo skušate čim več nositi.

2. Izgovarjava

Na začetku vam lahko izgovorjava določenih črk povzroča težave. Predlagamo, da čim več govorite in berete na glas.

3. Prehranjevanje

V prvih dneh svetujemo previdnost pri žvečenju, da se ne ugriznete v jezik ali sluznico. Najbolje, če pričnete jesti bolj mehko hrano, nato pa se počasi navajajte na bolj trdo, nato normalno hrano.

4. Žuljenje proteze

V prvih nekaj tednih je pojavljanje otiščancev na sluznici normalno. Čutite ga kot ostro bolečino na določenem mestu v ustih. Povzroča ga lahko predolg ali preveč izbočen del proteze. Takrat se zglasite v naši ambulanti, kjer se vam prilagodi proteza tako, da se otiščanec ne pojavlja več.

Vsak nasmeh šteje

VZDRŽEVANJE PROTEZE

Z zobno protezo ravnajte previdno saj se ob padcih lahko poškodujejo in zlomijo. Da bi preprečili takšne dogodke jih med vzdrževanje držite nad zloženo brisačo ali nad umivalnikom z nekaj vode.

Sperite in početkajte zobne protezo vsaj dvakrat dnevno z navadno milnico. Za čiščenje zobe proteze ne uporabljajte zobne paste, saj je le ta abrazivna in v protezi naredi mikroskopske praske, ki nato povzročajo nabiranje plaka in zobnega kamna na zobni protezi. Za čiščenje uporabljajte mehko ščetko ali ščetko, ki je posebej oblikovana za čiščenje zobnih protez. Izogibajte se uporabi trdih zobnih ščetk, saj lahko le te protezo poškodujejo in obrabijo. Nežno početkajte celotno površino proteze. Čez dan je tudi priporočljivo sprati protezo po vsakem obroku.

Poleg milnice za čiščenje zobne proteze lahko uporabljate tudi tablete za čiščenje protez, ki imajo antibakterijski učinek ter pomagajo pri čiščenju plaka in madežev iz bolj nedosegljivih mest proteze. Pri čiščenju zobne proteze NE uporabljajte belilnih pripravkov, alkohola, razkužila za roke, saj lahko poškodujejo rožnati del vaše proteze.

Ko zobne proteze ne nosite, jo shranite v kozarcu vode ali raztopine za čiščenje protez zato, da se ne izsuši, razpoka ali spremeni obliko. Zobne proteze prav tako ne polagajte v vročo vodo, saj se lahko zvije.

Protezo lahko nosite tudi tekom noči.

Tudi, ko imate protezo in v ustih ni več zob, je potrebno redno obiskovati zobozdravnika. V Modrem zobu svetujemo, da se oglasite vsaj enkrat letno, da preverimo stanje proteze, jo po potrebi očistimo in podložimo. Prav tako preverjamo stanje ustne sluznice in dlesni, za sledove bakterijskih ali glivičnih vnetij ter potencialnih prekanceroznih sprememb.

Zobozdravnika v Modrem zobu obiščite tudi v primeru, da zobna proteza ni več čvrsto pritrjena v ustih, če opazite poko v protezi, če proteza niha v ustih ali če se pojavijo bolečine pod protezo.

Vsak nasmeh šteje