



INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA APARATÓW STAŁYCH

1. Po wyregulowaniu aparatu stałego możesz odczuwać ból. Uśmierzyć go można, przyjmując środek przeciwbólowy (jeżeli zdecydujesz się na przyjęcie środka przeciwbólowego, zawsze przestrzegaj dawek leku zalecanych na opakowaniu).
2. Przy aparatach stałych regularne szczotkowanie jest KONIECZNE. Zalecamy, aby zęby szczotkować dwa razy dziennie przez przynajmniej trzy minuty, przy pomocy szczoteczki ręcznej z małą główką o średnim poziomie twardości. Zaleca się także wymienianie szczoteczki co dwa, trzy miesiące.
3. ISTOTNE jest, aby szczotkować nie tylko zęby, ale również i dziąsła. Zalecaną szczoteczką między zębową jest szczoteczka firmy TePe. Uważaj szczególnie przy szczotkowaniu miejsc, znajdujących się pod drutami i wokół każdego z zamków ortodontycznych (metalowych kwadracików). Popatrz do lusterka, aby upewnić się, że żadna przestrzeń nie została pominięta. Przez cały okres leczenia, a w szczególności przez kilka pierwszych tygodni zaleca się stosowanie tabletek wybarwiających płytkę nazębną.
4. Po zakończeniu szczotkowania, zęby należy wypłukać płynem. Zalecanym płynem jest płyn do płukania jamy ustnej z fluorem FLUOROGUARD firmy COLGATE. Płynem płuczemy jamę ustną przez około jedną minutę. Chroni on szkliwo Twoich zębów. Bezpośrednio po płukaniu należy unikać spożywania pokarmów oraz napojów.
5. Między posiłkami nie spożywaj przekąsek zawierających cukier. Zbyt duże spożywanie cukrów może doprowadzić do uszkodzenia Twoich zębów lub spowodować przebarwienia. Ogranicz również spożywanie napojów gazowanych oraz soków owocowych (pij je tylko przez słomkę).
6. Unikaj twardych, przyklejających się lub kruchych produktów spożywczych oraz takich, które wymagają przeżuwania (np. guma do żucia). Mogą one uszkodzić Twój aparat, co wydłuży proces leczenia. Unikaj również

obgryzania paznokci, bawienia się aparatem oraz trzymania długopisu w ustach. Częste uszkodzenia aparatu mogą skutkować zakończeniem leczenia.

7. Jeżeli czujesz, że Twój aparat w jakimś miejscu Cię ociera lub powoduje owrzodzenie na Twoich policzkach, zastosuj wosk. Wosk należy nałożyć na osuszone miejsce: zroluj wosk palcami, formując kuleczkę i przymocuj go wokół klamry lub drutu, który powoduje otarcie.
8. Odczuwanie lekkiego dyskomfortu będzie czymś normalnym podczas pierwszych kilku tygodni od zamontowania Twojego aparatu, jednak z czasem przyzwyczaisz się do niego i przestaniesz go odczuwać.
9. Jeżeli druciki są zbyt długie i wychodzą poza klamrę aparatu – zadzwoń i umów się na spotkanie w celu skrócenia drucików lub zmiany ich położenia. Jeżeli klamra odłączy się od zęba, staraj się ją przytrzymać i umów się na spotkanie w celu ponownego przymocowania klamry.
10. Niestawianie się na umówione spotkania opóźni proces leczenia. Jeżeli wiesz, że nie będziesz mógł być na wizycie, zadzwoń i przełóż ją tak szybko, jak to możliwe.
11. Nie zapominaj o kontrolach zębów u dentysty.