

Профилактический прием.

Во время профилактического визита к стоматологу Вы получаете гораздо больше, чем просто чистка зубов.

I Профилактическое обслуживание включает:

1. Диагностическое обслуживание:
 - Обследование зубов для обнаружения повреждений;
 - Рентгеновское исследование каверн;
 - Оценка состояния периодонтальной ткани десны;
 - Проверка прикуса;
 - Обзор и внесение изменений в Вашу медицинскую карточку (историю болезни);
 - Внесение изменений в план лечения;
 - Планирование лечения;
 - Оценка возможных косметических улучшений Вашей улыбки.
2. Превентивное обслуживание во время профилактического приема включает:
 - Исследование на стоматологический рак;
 - Контроль кровяного давления;
 - Аппликация фторосодержащих препаратов;
 - Наложение пломбы на фиссуры;
 - Удаление зубного камня и зубных отложений;
 - Удаление поверхностных пятен;
 - Направление к специалистам для специализированного лечения;
 - Полировка золотых, серебряных и комбинированных пластмассовых коронок;
3. Обучение включает:
 - Инструктирование по уходу за зубами;
 - Советы по питанию;
 - Представление предписанного лечения;
 - Рекомендации по дальнейшему лечению (ортодонтическому, периодонтальному лечению и т.п.).

II Хорошая профилактика начинается дома.

Когда Ваш дантист или гигиенист закончил профилактический прием, есть несколько простых вещей, которые Вы можете делать дома, чтобы продлить режим хорошей стоматологической гигиены. Они включают правильный уход за зубами и соблюдение сбалансированной диеты.

III Ежедневная чистка удаляет бляшки и частички еды.

Бляшки – это первая причина распада зуба, заболеваний десен и плохого дыхания. Вот как можно удалить бляшки при помощи зубной нити:

- Используйте зубную нить приблизительно 45 см в длину. Намотайте концы нити на средние пальцы.
- Держите нить между большим и указательным пальцем, оставляя около 2,5 см нити. Совершая осторожные движения вперед и назад, заведите нить в промежуток между зубов. Избегайте порывов нити, т.к. это может травмировать десны.
- Когда нить достигнет уровня десны, согните ее в виде дуги вокруг каждого зуба, пока не появится легкое сопротивление.
- Держа нить в дугообразном положении, ведите ее вверх от десны.
- Повторяйте эту процедуру по обеим сторонам каждого зуба.

IV Подберите хорошую зубную щетку.

Выбирайте зубную щетку с мягкой нейлоновой щетиной. Кончики щетины должны быть ровные и закругленные. Для этого:

- поместите головку зубной щетки так, чтобы щетинки располагались под углом в 45° по отношению к линии десен.
- Двигайте щетку вперед и назад небольшими круговыми движениями.
- Почистите внешнюю поверхность зубов, нижних и верхних. Убедитесь, что щетинки располагаются под углом к линии десен.
- Теперь очистите внутреннюю поверхность зубов, используя такие же движения щетки.
- Чтобы достичь внутренней поверхности зубов, поставьте щетку вертикально и используйте мягкие движения головки щетки вверх и вниз.
- Почистите жующие поверхности коренных зубов.

V Сохраняйте сияющую улыбку всю жизнь!

Хорошая стоматологическая профилактика – это великая привычка. В дополнение к обычным профилактическим приемам необходимо чистить зубы ежедневно и придерживаться сбалансированной диеты.