

## *Памятка по уходу за полостью рта после шинирования зубов*

**Шинирование** – один из методов лечения заболеваний пародонта, позволяющий снизить вероятность выпадения (удаления) зубов!

В современной стоматологии шинирование зубов делается с использованием специальных нитей.

Основным показанием к шинированию является патологическая подвижность зубов.

Наличие шины усложняет индивидуальную гигиену полости рта и требует особенно тщательного ее соблюдения с использованием специальных средств.

Чистить зубы необходимо после каждого приема пищи с обязательным использованием специальных межзубных ершиков.



Эффективно использование суперфлоссов. Монопучковая щетка является хорошим дополнением и позволяет очищать стыки зубов.



Высокой эффективностью обладают ирригаторы полости рта. Ирригатор – позволяет эффективно очищать поверхность зубов от остатков пищи, одновременно осуществляя массаж десен, улучшая кровоснабжение и являясь средством профилактики заболеваний пародонта (десен). Суть заключается в том, что из насадки подается смесь воздуха и воды под давлением, такая струя эффективно вымывает остатки пищи.



Пренебрежение гигиеной полости рта приводит к быстрому образованию зубного налета, рецидиву пародонтальных карманов, что иногда неверно толкуется пациентом как осложнение шинирования!

Не следует волноваться, если сразу после установки шины вы испытываете лёгкий дискомфорт, это обычное явление. Для ускорения периода адаптации рекомендуется больше читать вслух и разговаривать, пить маленькими глотками воду.

### **Ограничения в приеме пищи на период лечения!**

Твердую пищу, например, морковь, яблоки, груши, жесткое мясо и т.п. следует разрезать на мелкие кусочки. Для удобства всегда имейте при себе маленький складной нож!

### **Исключите из употребления!**

- орехи, семечки (за исключением мелкоизмельченных), попкорн, которые могут привести к повреждению шины!
- вязкие продукты: халву, конфеты «ирис», жевательные резинки, поскольку их остатки с большим трудом вычищаются из шинирующей конструкции!
- очень горячие или очень холодные продукты, потому что перепад температур может привести к отклеиванию шины и появлению трещин в эмали зубов!

**Это важно!!**

Пациентам с шинированными зубами рекомендуется наблюдаться у стоматолога ежеквартально, проводить профессиональную гигиену.