

Памятка по использованию брекет-системы

Этот документ свидетельствует о том, что мне в соответствии со ст. ст. 19-23 Федерального закона N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" сообщена вся необходимая информация о лечении и рекомендации по уходу.

Уважаемый пациент! Вы получили высокотехнологичную ортодонтическую конструкцию, которая поможет Вам восстановить эстетические качества зубных рядов!

Для успешного использования брекет-системой необходимо особенно тщательно соблюдать правила личной гигиены! Избыток углеводов и плохая гигиена повышают риск возникновения кариеса и заболеваний десен.

- Чистить зубы **после каждого приема пищи**, или, в крайнем случае, полоскать зубным эликсиром (однако между брекетами застревают остатки пищи, которые обычным полосканием рта не удалить). Правила чистки приведены ниже.
- На все время лечения пациент должен не реже 1 раза в 3-4 месяца приходить на регулярные осмотры к стоматологу - гигиенисту и проводить профессиональную чистку зубов. Если ортодонтическое лечение осложнено пародонтозом, необходимо наблюдение у пародонтолога.
- Во время лечения брекет-системой нельзя жевать, кусать и грызть:
 - Хрустящий картофель, вафли, хлебцы, печенье прилипают к брекетам так, что не отчистите!
 - Любая жесткая пища: сушки, бублики, сухарики, орешки могут повредить брекет-систему, сломать дугу, сорвать брекеты и кольца! Особенно опасны мягкие продукты с жесткими включениями - булка с семечками, шоколадка с орехами и т. д. Морковку, яблоки, прочие твердые овощи и фрукты разрежьте на маленькие кусочки и ешьте. Это касается также жесткого мяса и любых продуктов, требующих откусывания.
 - Карамельки-сосалки, ириски-тянучки, леденцы, чипсы, попкорн, конфеты - большая часть этих вкусных, но малополезных продуктов останется на зубах и не скоро отчистится от брекет-системы.
 - Мороженое нельзя! Оно испортит аппарат.
 - От жвачки очистить брекеты очень тяжело.
 - Карандаши и ручки, а также ногти нельзя грызть ни в коем случае!
 - Необходимо ограничить очень горячие, очень холодные продукты - разница температур может привести к отклеиванию брекетов и ухудшению свойств ортодонтической проволоки.
 - При лечении пластиковыми брекетами не следует пить кофе, чай, есть смородиновое варенье, потому что замочки брекета могут окраситься.
- Если брекет отклеился или изменилось положение зафиксированного ортодонтического кольца, необходимо немедленно договориться о приеме с лечащим врачом.
- Не следует беспокоиться, если в первые 3-7 дней после установки брекет-системы возникает некоторый дискомфорт или болевые ощущения в области зубов, травмирование щек и губ. Для облегчения привыкания к брекетам в этот период их заклеивают мягким воском
- **Правила гигиены полости рта** во время лечения брекет-системой
 - Зубы необходимо чистить перед зеркалом после каждого приема пищи не менее 10 минут. Используйте для этого щетку Орто или однопучковую щетку - ершик.
 - Зубная щетка Орто имеет V-образное углубление вдоль центральной части щетины, которое повторяет контуры брекет-системы.
 - Однопучковая щетка чистит брекеты и прилегающие к ним поверхности, зубы вдоль десен, промежутки между зубами.
 - Зубные ершики идеально подходят для чистки пространств под дугой и межзубных промежутков.

- Когда Вы отлучаетесь из дома, мы рекомендуем Вам иметь при себе зубную пасту, щетку и футляр для них.

- Начинайте с верхней челюсти. Сначала щеткой Орто чистите внешнюю поверхность зубов, на которой крепятся брекеты, производя горизонтальные движения вдоль всей дуги брекет-системы, затем переходите на нижнюю челюсть.

- Однопучковой щеткой тщательно почистите каждый брекет и прилегающие к нему пространства, очистите десневую бороздку и части зубов около десны.

- После этого ершиками почистите пространство под дугой и межзубные промежутки.

- Продолжение чистки - как обычно, когда на зубах нет брекетов. Щетку держите под углом 45° к десне и чистите скребущими движениями два зуба одновременно 10 раз. Повторите это над следующими двумя зубами. То же самое с внутренней поверхности (язычной и небной) зубов. Почистите жевательную поверхность зубов.

- Завершите чистку с помощью нити «суперфлос», протягивая ее между зубами и очищая боковые поверхности.

- Дополнительно рекомендовано использование ирригатора для полости рта. Помните, ирригатор для полости рта является дополнительным предметом гигиены полости рта и не исключает применение зубной щетки и зубной пасты.

Мною заданы все интересующие меня вопросы о рекомендациях по уходу за зубами и получены исчерпывающие разъяснения. Я понял значение всех слов и медицинских терминов, имеющих в настоящем документе.

Я обязуюсь соблюдать все вышеуказанные рекомендации, а в случае их нарушений, единолично нести риск возникновения осложнений.

Подпись пациента/Представителя пациента: _____ / _____ /
(ФИО полностью)

Беседу провел врач: _____ / _____ /
(Фамилия И.О. врача)

Дата: «__» _____ 20__ год.