ВМ **СТОМАТОЛОГИЯ**
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

после удаления зуба у взрослых.

Вам настоятельно не рекомендуется:

1. Принимать горячую пищу и питье 24 часа.
2. Раздражающую пищу (острое, соленое, кислое).
3. Жесткую пищу (сухари, орехи, яблоки и т.д.).
4. Физические нагрузки (занятие спортом, тяжелая физическая работа и т.д.) 7 дней.
5. Принимать горячую ванну, душ, а также сауну и баню 7 дней.
6. Интенсивно полоскать рот (тем более теплыми и горячими растворами).
7. Подсасывать из лунки
8. Пытаться самостоятельно извлекать из лунки ее содержимое.
9. ОСОБЕННО ВАЖНО не употреблять алкоголь и газированные напитки.
10. Не курить (по возможности первые 24 часа, лучше 48)
11. Стараться не сморкаться, щеки не надувать.

А так же:
— во время еды старайтесь избегать попадания пищи в лунку, т.е. по возможности пережевывайте пищу на другой стороне;
— избегайте травмирования области хирургического вмешательства при чистке зубов;
— после еды промойте (не полоскать!) рот раствором Хлоргексидина биглюконата 0,05% (ванночки)
— в течение первых 4-5 часов держите лед на области хирургического вмешательства по 15 мин. с перерывами 15 мин.
— при болях примите обезболивающие таблетки (Дексалгин 25 мг, Нимесил 100 мг, Ибупрофен 200 мг, Парацетамол 500 мг)

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов, связанных с вашим состоянием здоровья, пожалуйста, ОБЯЗАТЕЛЬНО позвоните нам!

63-43-59

vm-dental.ru

Рекомендации

после удаления зуба у детей.

Вам настоятельно не рекомендуется:

1. Принимать горячую пищу и питье 24 часа.
2. Раздражающую пищу (острое, соленое, кислое).
3. Жесткую пищу (сухари, орехи, яблоки и т.д.).
4. Физические нагрузки (занятие спортом, тяжелая физическая работа и т.д.) 7 дней.
5. Принимать горячую ванну, душ, а также сауну и баню 7 дней.
6. Интенсивно полоскать рот (тем более теплыми и горячими растворами).
7. Подсасывать из лунки.
8. Пытаться самостоятельно извлекать из лунки ее содержимое.
9. **ОСОБЕННО ВАЖНО** не употреблять газированные напитки.

А так же:

* во время еды старайтесь избегать попадания пищи в лунку, т.е. по возможности пережевывайте пищу на другой стороне;
* избегайте травмирования области хирургического вмешательства при чистке зубов;
* **НА СЛЕДУЮЩИЙ ДЕНЬ** после еды промойте (не полоскать!) рот раствором Хлоргексидина биглюконата 0,05%, Мирамистин (ванночки) 2-3 раза в день, продолжительность 3 дня
* при болях примите обезболивающие таблетки Нурофен Детский.

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов,
связанных с вашим состоянием здоровья,
пожалуйста,
ОБЯЗАТЕЛЬНО позвоните нам!

63-43-59

vm-dental.ru

Как правильно чистить зубы во время ортодонтического лечения:

• Чистить зубы рекомендуется после КАЖДОГО приема пищи. Носите с собой складную щетку-ершик. Если нет возможности чистить зубы днем после приема пищи – прополощите рот водой.

• Для ежедневной чистки зубов используйте СПЕЦИАЛЬНЫЕ зубные шетки для чистки брекетов и специальные зубные ершики, которые Вам рекомендовал доктор.

• Сначала производите горизонтальные движения зубной щеткой вдоль всей дуги на верхней и нижней челюсти для удаления остатков пищи.

• Далее чистите так, как обычно чистите зубы, когда на них нет брекетов. (С внутренней поверхности зубов, затем жевательную поверхность зубов).

• Прополощите рот и щетку теплой водой. . посмотрите в зеркало – не пропущены ли какие-либо места. Если вы заметили, что где-либо пропустили, то не откладывайте на следующий раз, а повторите чистку сразу.

• Будьте особенно внимательны и осторожны, очищая пространство между брекетами и десной.

• Когда вы закончили чистку, нанесите на зубы губ укрепляющий эмаль (например, гель ROCS Medical Minerals).

Ограничения в питании

На время ортодонтического лечения следует отказаться от употребления:

• Липких продуктов (ириски, хлебцы, тянучки, жевательная резинка, вафли, чипсы, халва, батончики/снеки типа сникерса).

• Твердых продуктов (орехи, конфеты с орехами, леденцы, сушки, бублики, сухари). Морковь, яблоки, груши откусывать нельзя, их нужно нарезать небольшими кусочками. Это касается жесткого мяса, шашлыка и других продуктов, требующих откусывания.

• Следует избегать употребления излишне холодных (напр. мороженного) или горячих продуктов, так как разница температур может привести к отклеиванию брекетов и ухудшению свойств ортодонтической дуги.

• Следует исключить напитки содержащие смолы (пепси, кока-кола).

• Морковь, яблоки и прочие твердые фрукты и овощи нельзя откусывать. Разумнее пользоваться ножом, разрезая их на мелкие кусочки.

Невыполнение этих рекомендаций приводит к отклеиванию брекетов, что влечет за собой удлинение сроков лечения. Эффект ортодонтического лечения зависит от того, насколько действия врача и пациента скооперированы. Во время лечения необходимо регулярно посещать врача ортодонта и четко выполнять все его рекомендации.

ВМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

После установки брекетов

Первые несколько дней после установки брекетов болят зубы – при пережевывании пищи или сами по себе – это нормально. Неприятные ощущения можно снять любым обезболивающим препаратом. Если боль продолжается более 5 дней — позвоните в ВМ Стоматология +8 8422 63 43 59

• Первое время после фиксации элементы пластинок, брекетов, щечных замков, могут натирать слизистую оболочку полости рта, обычно все проходит в течение 10 дней, для облегчения периода адаптации, рекомендуется использовать ортодонтический воск.

• В первые 48 часов после фиксации брекет системы рекомендуется есть мягкую пищу, чтобы облегчить период адаптации и полного затвердевания фиксирующего материала.

• Первые несколько месяцев на брекет системе будет «легкая, гибкая круглая дуга», которая может выходить из последнего щечного замка во время приема пищи, а значит приводить к дискомфорту, позвоните, пожалуйста, в клинику ВМ Стоматология +8 8422 63 43 59. Врач-ортодонт установит дугу обратно, это займет не более 5 минут.

• Во время ортодонтического лечения могут «шататься» зубы – это нормальное явление, которое означает, что зубы перемещаются. Когда зубы встанут на свои правильные места, они перестанут двигаться.

• Иногда пациенты жалуются, что после установки брекетов у них болит голова. Это связано с тем, что происходят изменения в челюстно-лицевом аппарате.

• В некоторых случаях у пациентов не смыкаются зубы, не стоит волноваться. Это происходит из-за установленных надкусочных пломб. Если Вы замечаете, что пломбы стираются или выпали и Вы накусываете на брекет, позвоните в ВМ Стоматология +8 8422 63 43 59

• Если у Вас вышла дуга из последнего замка/брекета, колит дуга, отклеился брекет, срочно позвоните в ВМ Стоматология +8 8422 63 43 59.

• Врач ортодонт говорит Вам о следующем плановом визите, позвоните, пожалуйста, за несколько дней до этой даты и запишитесь на прием, сообщите администратору, если Вас что-то беспокоит или с ортодонтическим аппаратом что-то случилось, администратор оставит больше времени на прием.

6. Возможен дискомфорт после постановки пломбы: пломба может мешать по прикусу. В этом случае обязательно обратитесь к врачу.
НЕ должно быть: отёка, повышения температуры, сильной боли. В данных случаях мы рекомендуем обратиться сразу к врачу.
НЕЛЬЗЯ: ходить с временной пломбой дольше срока, назначенного Вашим врачом, так как происходит нарушение герметизма временной пломбы и микроорганизмы из полости рта проникают в каналы в результате чего, требуется повторная обработка каналов и благоприятный прогноз лечения снижается. Так же под временной пломбой часто находятся тонкие стенки зуба, которые могут скалываться.

НЕЛЬЗЯ: полоскать спиртосодержащими растворами полость рта и принимать их внутрь, посещать бассейн и сауны, физические нагрузки в течении 7 дней, переохлаждаться!

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов, связанных с вашим состоянием здоровья, пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позвоните нам!

63-43-59

vm-dental.ru

ЗМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

пациенту после лечения периодонтита.

1. Возможен дискомфорт после анестезии:

- на верхней челюсти онемение может длиться в течении 1-2 часов, на нижней челюсти значительно дольше в течение 2-4 часов, в зависимости от ваших анатомических особенностей. Постарайтесь в это время не принимать пищу, чтобы не повредить (прикусить) мягкие ткани щеки, языка, губ.
- отёк мягких тканей, кровоизлияние в месте вкола. В данной ситуации рекомендуем приложить холод на 15 мин.
- снижение внимания. Мы рекомендуем: не садиться за руль или быть внимательным к ситуации на дороге.
- могут возникнуть отсроченные аллергические реакции на анестетик в виде отёка лица, языка, сыпи. Мы рекомендуем: выпить таблетку супрастина и обязательно позвонить лечащему доктору, при нарастающем отёке - вызвать скорую помощь. Если после анестезии не полностью восстановилась чувствительность какой-либо области, то вы должны обязательно обратиться за помощью к врачу.

2. После того, как действие анестезии закончилось, вы можете ощущать небольшую ноющую боль в зубе и дискомфорт при накусывании это нормально, так как каналы зуба обрабатывались механическими инструментами и антисептическими растворами. Мы рекомендуем выпить 1 таблетку анальгетика (кеторол) или нестероидного противовоспалительного средства (нимесил - 1 пакетик).
НЕЛЬЗЯ: греть щёку в области больного зуба, выковыривать временную пломбу!

3. Временная пломба твердеет в течении 2 часов, пожалуйста не принимайте пищу в этот период. Она может крошиться, но не должна выпасть полностью. Внимательно посмотрите, если пломбы нет, то нужно как можно быстрее её поставить, так как от этого зависит прогноз и результат лечения этого зуба.

4. Возможна травматизация десны. В этом случае мы рекомендуем: почистить зубы, прополоскать рот водой и смазывать десну возле зуба гелем «Метрогил Дента» в течении 3-7 дней после каждого приёма пищи.

5. После пломбировки каналов возможны болезненные ощущения при накусывании на зуб в течении 7 дней. Чтобы дискомфорт прошёл быстрее мы рекомендуем принимать: нимесил по 1 пакетику 2 раза в день после еды.

6. Возможен дискомфорт после постановки пломбы: пломба может мешать по прикусу. В этом случае обязательно обратитесь к врачу.

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов, связанных с вашим состоянием здоровья, пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позвоните нам!

63-43-59

г. Ульяновск,
ул. Ефремова, д. 58А
ул. Бебеля, д.7
+7(8422) 63-43-59

dent@vmclinic.ru
vm_dental_clinic
vm_dental-clinic
vm-dental.ru

ВМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

пациенту после лечения пульпита.

1. Возможен дискомфорт после анестезии:

* на верхней челюсти онемение может длиться в течении 1–2 часов, на нижней челюсти значительно дольше в течение 2-4 часов, в зависимости от ваших анатомических особенностей. Постарайтесь в это время не принимать пищу, чтобы не повредить (прикусить) мягкие ткани щеки, языка, губ.
* отёк мягких тканей, кровоизлияние в месте вкола. В данной ситуации рекомендуем приложить холод на 15 мин.
* снижение внимания. Мы рекомендуем: не садиться за руль или быть внимательным к ситуации на дороге.
* могут возникнуть отсроченные аллергические реакции на анестетик в виде отёка лица, языка, сыпи. Мы рекомендуем: выпить таблетку супрастина и обязательно позвонить лечащему доктору, при нарастающем отёке - вызвать скорую помощь. Если после анестезии не полностью восстановилась чувствительность какой-либо области, то вы должны обязательно обратиться за помощью к врачу.

2. После того как действие анестезии закончилось, вы можете ощущать небольшую ноющую боль в зубе и дискомфорт при накусывании это нормально, так как каналы зуба обрабатывались механическими инструментами и антисептическими растворами. Мы рекомендуем выпить 1 таблетку анальгетика (кеторол) или нестероидного противовоспалительного средства (нимесил - 1 пакетик).

3. Временная пломба твердеет в течении 2 часов, пожалуйста, не принимайте пищу в этот период. Она может крошиться, но не должна выпасть полностью. Внимательно посмотрите, если пломбы нет, то нужно как можно быстрее её поставить, так как от этого зависит прогноз и результат лечения этого зуба.

4. Возможна травматизация десны. В этом случае мы рекомендуем: почистить зубы, прополоскать рот водой и смазывать десну возле зуба гелем «Метрогил Дента» в течении 3-7 дней после каждого приёма пищи.

5. После пломбировки каналов возможны болезненные ощущения при накусывании на зуб в течении 7 дней. Чтобы дискомфорт прошёл быстрее мы рекомендуем принимать: нимесил по 1 пакетику 2 раза в день после еды.

ВМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации
после лечения пародонтита

Уважаемый пациент!

Сегодня Вам провели лечение пародонтита.
Пожалуйста, обратите внимание на следующие рекомендации, для того чтобы процесс выздоровления протекал без осложнений.

ПРИЕМ ПИЩИ

Мы рекомендуем Вам начать принимать пищу только после прекращения действия анестезии, чтобы избежать травмирования слизистой оболочки полости рта. Старайтесь употреблять мягкую пищу и при жевании задействовать здоровую сторону. В день операции исключите алкоголь, кофе и сигареты.

УХОД ЗА ЗУБАМИ

Не прекращайте уход за зубами даже в день лечения, старайтесь при этом не затрагивать область раны. В последующие дни необходимо делать ротовые ванночки полосканием, рекомендованным Вашим врачом.

БОЛИ

В день операции, после прекращения действия анестезии возможно возникновение болевых ощущений, чувства жжения в деснах. В этом случае мы рекомендуем Вам принять болеутоляющее средство, которое назначает Вам Ваш лечащий врач, или любое другое средство, которое Вам обычно помогает при болях. Если же боли не пройдут или усилятся в течение 2-3 дней, Вам необходимо немедленно обратиться к нам в клинику.

КОНТРОЛЬНЫЙ ВИЗИТ

Очень важно прийти на контрольное посещение и послеоперационную перевязку, чтобы врач мог проследить динамику процесса выздоровления. Также мы настоятельно рекомендуем посещать клинику каждые 3-4 месяца для контроля и проводить профессиональную гигиену полости рта в те же сроки, так как вновь образующийся налет и зубной камень могут препятствовать выздоровлению или вызвать возобновление заболевания.

ВНИМАНИЕ!

При возникновении каких либо вопросов,
связанных с вашим состоянием здоровья,
пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО**
позвоните нам!

63-43-59

vm-dental.ru

ВМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Памятка

пациенту при заболеваниях пародонта

Рекомендуется:

- посещать стоматолога не реже одного раза в 3 месяца.
- проводить профессиональную чистку зубов 1 раз в 3 месяцев.
- проводить лечебные процедуры 2 раза в год (весной и осенью предпочтительней).
- использовать специализированные средства гигиены, рекомендованные в зависимости от стадии заболевания и подобранные лечащим врачом (Зубная паста, Зубной ополаскиватель, Зубная щетка, Зубная нить, Лечебные препараты).
- использовать флоссы вместо зубочисток.
- при наличии дефектов зубных рядов рекомендуется рациональное протезирование.
- проводить своевременную санацию полости рта.

Для успешного лечения необходимы следующие данные:

- Консультации у лечащего терапевта.
- Консультации эндокринолога.
- Консультации гастроэнтеролога.
- Консультации других специалистов.

ВНИМАНИЕ!

При возникновении каких либо вопросов, связанных с вашим состоянием здоровья, пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позвоните нам!

63-43-59

vm-dental.ru

ВМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

при пользовании съемными зубными протезами.

1. Нужно терпеливо привыкать к вашим новым зубам. Первое время постарайтесь употреблять только мягкую пищу.
2. Привычка к новым зубам вырабатывается не сразу, а примерно 3-4 недели.
3. Первые 3-4 ночи спите, не снимая зубов, но предварительно вымыв их.
4. Последующие дни нужно носить протез весь день, снимая на ночь.
5. После каждого приема пищи нужно мыть съемные зубы, очищая их от слизи и остатков пищи. На ночь их нужно помыть щёткой с мылом, намыливая обе стороны, и затем положить в стакан с кипячёной водой до утра.
6. Если полученный протез причиняет беспокойство или боль, обращайтесь к врачу.
7. Но нужно помнить, что в первые дни самый лучший протез может вызывать неприятные ощущения; мешать говорить, может вызывать тошноту, вызывает недовольство вследствие неумения пережёвывать пищу; поэтому необходим период адаптации: 3-4 недели. Нужно помочь своему организму принять полученную помощь.
8. Если искусственные зубы не носить длительный срок, то привычка и правильное прилегание к десне нарушаются, поэтому при проблемах лучше сразу обратиться к врачу.
9. Во избежание порчи протезов, их не следует гнуть, сдавливать, ронять, носить в кармане без коробки.
10. Искусственными зубами нельзя грызть сахар, кости, орехи, корки и т.д.
11. Перед посещением врача с целью коррекции зубного протеза обязательно наденьте его и походите с ним не менее 12 часов. Также не проводите самостоятельную коррекцию съемного протеза с помощью подручных инструментов. Это в лучшем случае полностью нарушит фиксацию протеза, а в худшем приведет к поломке, после которой восстановить конструкцию невозможно придется изготавливать новую.

Удачи вам и будьте здоровы! Ваш лечащий доктор.

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов, связанных с вашим состоянием здоровья, пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позвоните нам! **63-43-59**

vm-dental.ru

6. Регулярные визиты в стоматологию для поддержания результатов лечения зубов, удаления зубного камня или бактериального налета и контроля гигиены необходимо проводить не менее одного раза в полгода. Пациентам, которые лечатся с помощью ортодонтических конструкций, требуется проведение профессиональной гигиены каждые 3-4 месяца.

Медикаментозное лечение

Перекись водорода 3 % развести 1:1 с кипяченой водой	
Хлоргексидин 0,05 %	
Ротокан (1 ч.л. На 1 ст. кипяченой воды)	
Облепиховое масло (аппликации 3-4р/день по 5 минут)	
Метрогил Дента 3-4 р/день массирующими движениями наносить на десну	

Повторное проведение Профессиональной гигиены полости рта рекомендовано:

Гигиенист:

г. Ульяновск,
ул. Ефремова, д. 58А
ул. Бебеля, д.7
+7(8422) 63-43-59

dent@vmclinic.ru
vm_dental_clinic
vm_dental-clinic
vm-dental.ru

3M СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Памятка

пациенту после проведения профессиональной гигиены полости рта.

После проведения профессиональной гигиены полости рта хочется как можно дольше сохранить ощущение чистоты.

Рекомендации:

1. Поменяйте свою старую щетку на новую. В дальнейшем менять зубную щетку необходимо каждые три месяца.

2. После процедуры возможной реакцией организма является возникновение повышенной чувствительности зубов и незначительной кровоточивости десен. Для снижения чувствительности Вы можете использовать зубные пасты с пометкой «Sensetive» и гель «Тусс Мусс» , содержащий кальций и фосфат.

3. В течение 2 дней после гигиены воздержитесь от курения, употребления продуктов, которые способствуют повышению чувствительности зубов (соки, газированные напитки, фрукты), от употребления красящих продуктов:

* Коричневый и черный цвет: кофе, чай, кола, ягоды (черника, ежевика и др.), шоколад, какао, бальзамический уксус, а также соевый соус.
* Красный цвет: красное вино, кетчупы, красные ягоды, томаты и томатный сок.
* Насыщенный желтый цвет: горчица и карри. Все ненатуральные красители: фруктовое мороженное, газированные напитки, многие конфеты и другие продукты, цвет которых бросается в глаза.

4. Соблюдать гигиену полости рта: используйте флосс (зубную нить) и зубные ершики для очистки межзубных промежутков, качественную зубную щетку и пасту, ирригатор. Гигиенические процедуры желательно проводить после каждого приема пищи, минимум - дважды в день. Первые дни после гигиены рекомендуется чистить зубы мягкой зубной щеткой (Soft), через 7 дней можно переходить на чистку зубов щетками средней жесткости.

5. Для профилактики необходимо включить в свой рацион больше твердой пищи (морковь, яблоки, капуста).

ВМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

после лечения кариеса.

1. Постарайтесь не принимать пищу, пока не прошло онемение после анестезии (обезболивания), чтобы не прикусить нечувствительные мягкие ткани губ, щеки, языка (обычно чувствительность восстанавливается на верхней челюсти в течение 1-2 часов, на нижней челюсти - в течение 2 -4 часов).

2. Если после прекращения действия анестезии есть дискомфорт от пломбы (пломба мешает), мы рекомендуем записаться на коррекцию пломбы для восстановления комфорта, это займёт не более 10 минут. (Пломба может мешать по прикусу, так как во время пришлифовывания пациент из-за анестезии не всегда может точно оценить свои ощущения.)

3. Пролеченный зуб может реагировать на температурные раздражители в течение недели. Если зуб реагирует и после, рекомендуем обратиться к лечащему врачу скорее всего, воспаление затронуло пульпу (нерв) зуба и необходимо лечение пульпита.

4. Если Вы не предупредили врача об аллергии на анестетик и у Вас возникли отсроченные аллергические реакции в виде отёка лица, языка, сыпи, мы рекомендуем выпить таблетку супрастина и обязательно позвонить лечащему доктору, при нарастающем отёке - вызвать скорую помощь.

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов,
связанных с вашим состоянием здоровья,
пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позвоните нам!

63-43-59

vm-dental.ru

ВНИМАНИЕ!

При возникновении, каких либо вопросов, связанных с вашим состоянием здоровья, пожалуйста, **ОБЯЗАТЕЛЬНО** позвоните нам!

63-43-59

г. Ульяновск,
ул. Ефремова, д. 58А
ул. Бебеля, д.7
+7(8422) 63-43-59

dent@vmclinic.ru
vm_dental_clinic
vm_dental-clinic
vm-dental.ru

ЗМ СТОМАТОЛОГИЯ
ВАЖЕН КАЖДЫЙ

Рекомендации

после установки металлокерамических/керамических коронок.

Керамические и металлокерамические протезы, как правило, сделаны из очень прочного материала. Они редко подвергаются сколам и долгосрочно сохраняют высокую степень эстетики. Чтобы протезы данной конструкции служили многие годы, строго выполняйте следующие рекомендации:

1. Не принимать пищу 2 часа после установки конструкций.
2. Не цокайте зубами после установки искусственных зубов, старайтесь избегать ударов, травм, аварий.
   Будьте аккуратны со столовыми приборами и особенно фарфоровыми чашками.
3. Не употребляйте очень твёрдую пищу: орешки, сухарики, косточки. Не нужно грызть рафинированный сахар и раскусывать леденцы.
4. Избегайте резкого перепада температуры пищи (холодное и горячее одновременно). Не нужно чай заедать мороженым. Старайтесь не курить на морозе и не пить очень холодные напитки в сауне. Это может нарушить целостность керамики.
5. Не принимайте очень вязкую пищу. Конфеты типа ирисок и регулярное жевание жвачек могут привести к «расцементировке» конструкций.
6. Откажитесь от вредных привычек. Не грызите ногти и ручки.
7. Откажитесь от курения. Старайтесь меньше пить крепкий кофе и чай. Это может повлиять на внешний вид красивых искусственных зубов.
8. Чистить зубы необходимо 2 раза в день, утром и вечером. Для этого используйте зубную: щётку, пасту, нить, скребок для языка.
   Труднодоступные места и промежутки между зубами желательно очищать зубными ёршиками или аппаратом «ИРРИГАТОР». И очень важно прополаскивать рот, даже обычной водой, после приёма пищи, для удаления остатков пищи.
9. Вам необходим контрольный осмотр полости рта, для выполнения профилактических процедур и продления гарантийного срока через 6 месяцев. Для этого Вам обходимо записаться на прием к врачу!