

COME MANTENERE UNA BUONA IGIENE ORALE

*durante
il trattamento
ortodontico*

il tuo logo



METTI IL DENTIFRICIO
AL POSTO GIUSTO!

Cosa si intende per "igiene orale".

La cura dell'igiene orale consiste principalmente nello **spazzolare, passare il filo interdentale ed attuare altri accorgimenti che ti indicherà l'igienista dentale.**

Il successo di un trattamento ortodontico dipende da un buon lavoro di squadra tra il dottore, il paziente e l'igienista: **mantenere i denti e le gengive in condizioni ideali** è fondamentale per assicurare che il trattamento ortodontico **possa fornire il sorriso più sano possibile.**

Il nostro Kit

Per garantire una corretta pulizia del cavo orale anche a casa e agevolare in tal modo il buon risultato del trattamento, il nostro studio ha scelto di offrirti un **Kit studiato appositamente per la cura dell'igiene orale.** Ecco cosa troverai all'interno del tuo astuccio:

Pastiglie
rivelatrici
di placca

Filo
interdentale

Barrette
di cera

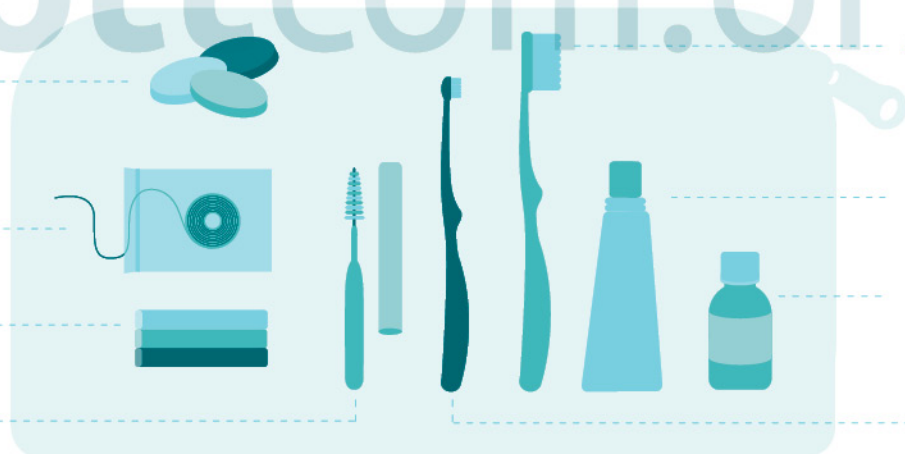
Scovolino
da viaggio

Spazzolino

Dentifricio

Collutorio

Scovolino
da casa



La placca batterica e i rischi di una cattiva cura dell'igiene orale.

La placca batterica è una **patina che ricopre i denti ed è costituita da milioni di batteri** aggregati tra loro ed è la principale causa delle seguenti patologie orali:

Carie



*I batteri inseriti nella placca reagiscono con gli zuccheri e formano un acido che può portar via lo smalto dei denti portando alla **formazione di carie**.*

Decalcificazione



*Permettendo alla placca di accumularsi intorno agli attacchi si possono formare delle **macchie permanenti** sui denti quando gli attacchi vengono rimossi.*

Malattia Parodontale



*È una **malattia infiammatoria** che colpisce il parodonto, cioè **l'insieme di strutture che circondano il dente** e lo mantengono saldamente attaccato all'osso.*

- 1° stadio **GENGIVITE**
- 2° stadio **TARTARO E PARODONTITE**
- 3° stadio **PARODONTITE AVANZATA**

*L'accumulo di placca **irrita le gengive** intorno ai denti, portando al **sanguinamento**.*

*Nel tempo, la crescita di placca può **indurirsi** in una sostanza chiamata tartaro. Quando il tartaro di accumula, si sviluppa una condizione chiamata parodontite, provocando un "**gap**", una **cavità situata tra le gengive e i denti**.*

*Nell'ultimo stadio si formano tasche di batteri che vanno in profondità dietro le gengive, attaccando e distruggendo l'osso che mantiene stabili i denti, provocando, addirittura, in denti precedentemente sani, **la mobilità e la caduta** dei medesimi.*

Lo spazzolino nella cura dell'igiene orale.

Lava i denti e gli attacchi **nella maniera in cui il nostro staff ti ha istruito:**

- *Usa un dentifricio al fluoro ed uno spazzolino a setole morbide, con le punte arrotondate, possibilmente ortodontico, in buone condizioni.*

Sostituisci lo spazzolino non appena vedi che le setole sono deformate in modo eccessivo.

- *Ricordati di spazzolare bene non solo l'esterno, ma anche il lato interno delle due arcate dentali e la superficie della lingua.*

Servirà non solo a rimuovere il cibo residuo, ma renderà anche il tuo alito più fresco.

- *Sciacqua con cura dopo aver spazzolato i denti e verifica se il tuo grado di igiene orale è sufficiente con le pastiglie rivelatrici di placca*

- *Passa lo spazzolino sulle gengive in maniera dolce, mai brusca.*

- *Controlla bene i denti e gli attacchi allo specchio per essere sicuro che siano ben puliti.*



Quando utilizzarlo?

Dopo ogni pasto e prima di andare a dormire.

Se non puoi lavarti i denti subito dopo il pasto, assicurati di poter almeno sciacquare la bocca bene con acqua.

*In questo modo, puoi rimuovere dagli attacchi il grosso delle particelle di cibo residue. Uno **spazzolino da viaggio** è un ottimo mezzo per rendere la pulizia più efficace quando sei a scuola o al lavoro.*

Il filo interdentale nella cura dell'igiene orale.

Passare il filo interdentale con l'apparecchio ortodontico può sembrare complicato, ma non lo è. E come per ogni cosa, un po' di pratica renderà la procedura più semplice e veloce. Per utilizzare la giusta tecnica, **segui queste semplici indicazioni:**

- 
- The diagram shows a horizontal line representing a dental arch with a bracket on the right. A blue thread is shown being used to clean between the teeth. Four numbered steps are indicated with dashed lines pointing to the thread's position:
- 1°** *Taglia un pezzo di filo sufficientemente lungo e arrotolalo intorno all'ago passafilo.*
 - 2°** *Passalo sotto il filo ortodontico, in mezzo a due attacchi, e, tenendone un'estremità, rimuovi l'ago passafilo.*
 - 3°** *Arrotola gli estremi del filo interdentale intorno agli indici formando una "C" e passalo come faresti normalmente senza apparecchio.*
 - 4°** *Assicurati di passare il filo lungo il margine gengivale andando ad "abbracciare il dente" su entrambi i lati.*



Quando utilizzarlo?

La sera, prima di andare a dormire.

*In questo modo non ti sentirai di fare la cosa di fretta e **potrai dedicarci il tempo necessario**. Ricordati inoltre di utilizzarlo sempre dopo aver lavato e spazzolato con cura i denti, non prima.*



Eseguiti questi 4 step, tira nuovamente il filo e ripeti la procedura tra la coppia di denti successiva.

Altri strumenti utili nella cura dell'igiene orale.



PASTIGLIE RIVELATRICI DI PLACCA

Nel kit hai in dotazione delle pastiglie rivelatrici di placca che **servono a verificare se il tuo grado di igiene orale è sufficiente**. Durante il primo mese di trattamento utilizza una pastiglia alla settimana e ricordati di sciacquare sempre con cura dopo l'applicazione. Se vedi ancora delle zone colorate dopo aver spazzolato i denti una prima volta, significa che è rimasta ancora della placca batterica sui tuoi denti e dovrai rispazzolare la zona interessata.



SCOVOLINO

Questo dispositivo è stato creato per passare sotto il filo ortodontico e **rimuovere in maniera ancora più completa la placca batterica e particelle di cibo** vicino ai tuoi attacchi.



PASTA DENTIFRICIA E/O SCIACQUI AL FLUORO

Gli sciacqui al fluoro, se consigliati dal tuo dentista, vanno utilizzati una volta al giorno come parte della tua routine di igiene orale. Ricordati di usarli in associazione con lo scovolino per fornire la migliore protezione ai tuoi denti. Non ci sono preferenze specifiche nella tipologia di dentifricio da utilizzare, purchè clinicamente testato.



SPAZZOLINO ELETTRICO O IRRIGATORE

Questi due strumenti sono stati creati per rendere lo **spazzolamento più facile ed efficiente nel paziente adulto**, soprattutto in presenza di protesi dentali fisse o mobili. Lo spazzolino elettrico può essere utilizzato anche dai bambini, purchè venga utilizzato correttamente.

La cura dell'apparecchio durante il trattamento ortodontico.



BARRETTE DI CERA O DI SILICONE

Se dovessi sentire **pungere l'estremità di un filo o un attacco** utilizza le barrette di cera o di silicone che hai **in dotazione nel kit di igiene**. Se, invece, dovesse staccarsi un attacco l'importante è che lo comunichi al più presto alla segreteria dello studio, di modo che possano darti delle precise indicazioni su come comportarti.



Come comportarsi a casa?

Nei primi giorni dopo aver messo l'apparecchio, un indolenzimento dei denti per le prime 24-48 h è un fatto normale e non ti deve preoccupare. Questa condizione si può alleviare mediante **sciacqui con acqua tiepida salata oppure con un'aspirina**, ma solo in caso di reale necessità.



Cibi duri e gommosi possono provocare danni piegando i fili o rompendo gli attacchi: **cerca di masticare con delicatezza i cibi di consistenza dura**, tenendo soprattutto a mente che devi avere cura del tuo apparecchio e devi sempre **pulirlo con attenzione dopo i pasti**.



Evita di mettere biro o matite in bocca mentre studi o lavori, di mangiarti le unghie e di "giocare" con gli attacchi, per evitare di staccarli.



La cura regolare dell'igiene orale è fondamentale perchè **denti, ossa e gengive sani rispondano bene al trattamento** ad ogni età.

LE NOSTRE SEDI

- > *via xxxxxxxx xxx*
CAP xxxxxx
Città xxxxxx xx
tel xxx xxxxxxxx
- > *via xxxxxxxx xxx*
CAP xxxxxx
Città xxxxxx xx
tel xxx xxxxxxxx

info@studiodentistico.com
www.studiodentistico.com