

## Догляд за брекетами



Догляд за брекетами – дуже важлива складова процесу ортодонтичного лікування.

Лікування прикусу брекетами – процес дуже тривалий. Упродовж тривалого періоду часу людина вимушена носити на зубах сторонню конструкцію, яка суттєво збільшує ризик виникнення захворювань зубів і ясен, якщо за нею регулярно і правильно не доглядати.

Від того, наскільки ретельно проводиться догляд за брекетами, залежатиме ефективність активного ортодонтичного лікування.

### Рекомендації по догляду за брекетами



Існує ряд правил і рекомендацій по догляду за брекетами, які бажано дотримувати упродовж усього терміну лікування. Про ці правила має розповісти лікар-ортодонт.

Одна з найважливіших вимог, яку необхідно пам'ятати при догляді за брекетами, – це ретельніша гігієна ротової порожнини, у порівнянні з тим часом, коли не носилися брекети.

Наявність брекетів на зубах створює певні складнощі при очищенні міжзубних проміжків, місць контакту брекетів із зубами, сприяє скупченню залишків їжі між елементами брекет-систем і т. п. Тому і догляд за зубами тепер потрібен уважніший і ретельніший.

Догляд за брекетами передусім має на увазі регулярне чищення зубів – після кожного прийому їжі.



Зуби чистяться 2-3 хвилини, при цьому особливу увагу слід звертати на місця контакту брекетів із зубами. Залишки їжі, що скупчуються між елементами брекетів, а також на стику брекетів із зубами, можуть викликати карієс зубів, що серйозно ускладнить процес ортодонтичного лікування.

### **Засоби по догляду за брекетами**

Догляд за брекетами здійснюється за допомогою особливого набору засобів по догляду за брекетами, в який входять:

- Спеціальна зубна щітка з V-образним вирізом на щетині для чищення зубного ряду, на який встановлені брекети
- Особливі йоржики у вигляді конуса, що відмінно очищають поверхню, а також ділянку між яснами і кільцем бре-

кета. Йоржик складається з ручки і кількох змінних насадок, які міняються в міру зносу.



- Спеціальні зубні нитки (суперфлоси), що мають особливий жорсткий наконечник, який дозволяє вставляти нитку в проміжок між зубами над дугою брекет-системи



Зубну пасту для догляду за зубами під час носіння брекетів можна підібрати самостійно, хоча краще буде довіритися порадам ортодонта.

Крім того – для гігієни порожнини рота ортодонт може порекомендувати обполіскувач, за допомогою якого треба буде полоскати рот кілька разів на день.

Засоби по догляду за брекетами можна вільно купити в аптеках. Проте треба мати на увазі, що некоректне використання засобів по догляду за брекетами може негативно позначитися як на самих брекетах так і на зубах. У зв'язку з цим бажано, щоб ортодонт пояснив, як слід застосовувати кожен із засобів по догляду за брекетами.

Разом з ретельною гігієною догляд за брекетами вимагає уважного ставлення до самих брекетів.

- Не рекомендується піддавати брекети серйозній механічній дії, яка здатна пошкодити елементи брекет-системи
- Рекомендується обмежити прийом жорсткої, липкої, солодкої, волокнистої їжі, яка здатна не лише зашкодити зубам, але і пошкодити елементи брекет-системи (привести до відклеювання брекета, окислення металевих частин брекетів, поломки елементів брекет-системи)

Окрім дотримання цих заходів по догляду за брекетами, упродовж усього лікування необхідно регулярно відвідувати стоматолога для проведення професійного чищення зубів, оскільки в деякі важкодоступні місця ротової порожнини важко добратися, навіть за допомогою спеціальних засобів по догляду за брекетами.



ду за брекетами.

### **Правила чищення брекетів**

Фахівці перераховують наступні правила чищення зубів з брекет-системами:

- Спершу потрібна наявність зубної щітки і пасти. Далі слід прополоскати ротову порожнину чистою водою і почати чищення зубів з брекетами. Важливо видалити наліт і забруднення з брекетів і зубного ряду, обережно використовуючи щітку;
- Чищення кожного зуба повинне тривати близько 10 секунд з кожного із боків. Максимальну увагу слід приділяти міжзубним проміжкам. Необхідно зробити ретельне очищення кронштейнів і брекетів, не забуваючи дугу системи, де накопичується немало забруднень;

- Після цього проводиться очищення проміжків між брекетами і зубами за допомогою спеціального йоржика. За допомогою зворотно-поступальних рухів легко видаляються забруднення і зубний наліт, недоступні для звичайної зубної щітки;



- На завершення чищення зубів з брекетами краще використати суперфлос, за необхідності скористатися йоржиком. Після цього ретельно прополоскати ротову порожнину за допомогою спеціального обполіскувача, потім промити рота проточною водою.

Чищення зубів з брекетами здається простим заняттям, але це не завжди так. Наприклад, можуть виникнути деякі труднощі в процесі очищення проміжків. Навіть при дотриманні усіх правил чищення зубів і брекетів деякі пацієнти можуть допуститися помилки або зіткнутися з погіршенням здоров'я ротової порожнини. Це зазвичай пов'язано з індивідуальними особливостями кожного окремого пацієнта, рівнем захищеності імунної системи і способом життя.

Важливо пам'ятати: потрібна періодична заміна щіток для чищення брекетів і відвідування фахівця для профілактики і з метою виявлення якихось відхилень. У стоматологічних клініках пацієнтам пропонується професійне очищення зубів з брекетами та інші процедури, що сприяють захисту тканин ротової порожнини від розвитку патогенної мікрофлори.

*За матеріалами сайту [www.32top.ru](http://www.32top.ru)*