



Утверждаю

Генеральный директор  
ООО «Симпладентал»

Г.Н. Гаджигаев

«09» апреля 2024г.

## ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ РЕЗУЛЬТАТОВ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ (РАБОТ)

### I. Общие положения

1.1. Настоящие Правила разработаны в соответствии с требованиями Закона РФ № 2300-1 «О защите прав потребителей» от 07.02.1992 года (ред.05.12.2022), Гражданского кодекса РФ, ФЗ № 323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» от 21.11.2011 года, Правил предоставления медицинскими организациями платных медицинских услуг от 11.05.2023 года № 736 .

1.2. Настоящие правила разработаны в связи с отсутствием на федеральном и региональном законодательных уровнях утвержденных правил пользования стоматологическими услугами (работами), а также в связи с тем фактом, что результаты оказываемых медицинских услуг зависят в равной степени от действий врача и действий самого пациента, в частности, от того, насколько пациент заботится о своем здоровье, соблюдает режим лечения, рекомендации и назначения лечащих врачей.

1.3. Термины и определения, используемые в настоящих Правилах:

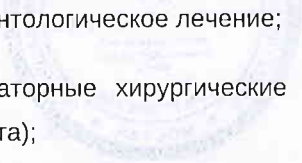
**Клиника** – Исполнитель по договору на оказание стоматологических услуг;

**Пациент** – физическое лицо, которому предоставляется медицинская услуга, либо которое обратилось за предоставлением медицинской услуги, Потребитель, или Заказчик медицинской услуги;

**Стоматологические услуги** – медицинские манипуляции, имеющие своей целью диагностику, лечение, профилактику стоматологических заболеваний, результат которых нематериален, потребляется в процессе их оказания.

Под стоматологическими услугами понимаются:

- осмотр полости рта;
- обработка и пломбирование корневых каналов (эндодонтическое лечение);
- профессиональная гигиеническая обработка полости рта;

- 
- пародонтологическое лечение;
  - амбулаторные хирургические операции (в том числе операция удаления зуба, установка имплантата);
  - ортодонтическое лечение;
  - отбеливание зубов.

Для того чтобы фактический результат лечения соответствовал прогнозу успешности лечения, пациент должен соблюдать правила пользования услугами.

**Стоматологические работы** – медицинские манипуляции, нацеленные на диагностику, лечение, профилактику стоматологических заболеваний, имеющие материальный (вещественный) результат, который способен сохранять свои физические (потребительские) свойства в течение установленного гарантийного срока.

Под стоматологическими работами понимаются:

- диагностические манипуляции (проведение цифровых контрольно-диагностических фотографий, контрольно-диагностических моделей), рентгенологические исследования и прочее;
- прямые композитные реставрации (пломбы);
- не прямые реставрации (вкладки, виниры);
- протезы съемные и несъемные, временные и постоянные;
- съемные ортодонтические аппараты;
- ретейнеры несъемные;
- формирователи десны, абатменты и прочие супраструктуры, а также все виды протезов с опорой на имплант(ы).

**Правила эксплуатации результатов стоматологических работ (услуг)** – общие рекомендации врача стоматолога (обозначенные им правила) по предварительной подготовке к оказанию стоматологической услуги (выполнению стоматологической работы), а также рекомендации, которые необходимо соблюдать для поддержания достигнутого результата (данного врачом прогноза) при оказании стоматологических услуг и действия гарантии – при выполнении стоматологических работ.

1.4. Пациент при получении медицинских услуг обязуется заботиться о сохранении своего здоровья, соблюдать режим лечения, а также выполнять требования, обеспечивающие качественное предоставление платной медицинской услуги (ст.27 ФЗ № 323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ» от 21.11.2011 года, п.24 Правил предоставления медицинскими организациями платных медицинских услуг от 11.05.2023 года № 736). Невыполнение пациентом установленных законами обязанностей влечет последствия, предусмотренные частью III настоящих Правил.

1.5. Клиника при оказании стоматологических услуг (работ) обязуется донести до пациента максимально полную и достоверную информацию о правилах пользования результатами стоматологических услуг (работ).

## **II. Правила эксплуатации результатов стоматологических услуг (работ)**

Перечисленные рекомендации носят общий характер и не могут учитывать индивидуальных особенностей пациентов, характера течения основного заболевания и влияния сопутствующей стоматологической и возможной общесоматической патологии (вашего здоровья), нюансов проведения медицинских процедур. Детальное описание, возможные негативные последствия и риски, точные рекомендации, а также назначения препаратов может дать только ваш лечащий врач.

### **Рекомендации пациенту, проходящему ортодонтическое лечение брекет-системой.**

#### **1 Привыкание к брекет-системе:**

В первые дни после фиксации брекетов (обычно 3-7 дней) может возникать некоторый дискомфорт или болевые ощущения в области зубов. Они очень индивидуальны и у разных пациентов могут быть выражены в различной степени. Если боль мешает Вам уснуть, можно воспользоваться обезболивающими средствами, которые назначит врач. При травмировании слизистой щек и губ брекет-системой применяют специальный защитный воск. Им заклеивают брекеты, если они натирают щеки, губы, язык.

#### **2. Чистка зубов:**

При наличии на зубах брекет-системы хорошо чистить зубы становится сложнее - требуется еще больше старания. Тем не менее, это абсолютно реально. Нужно лишь понимать, к чему приводит плохая чистка зубов.

#### ***Плохая чистка зубов:***

1 Вокруг брекетов собирается зубной налет, который содержит миллионы вредных микроорганизмов. Они выделяют агрессивную кислоту. Кислота постепенно разъедает эмаль зубов, на ней могут образовываться белые пятна (участки деминерализации), особенно заметные после снятия брекетов

2 Возникает воспаление десен (гингивит), они становятся отечными, начинают болеть и кровоточить.

3 Вследствие воспаления десен увеличивается срок ортодонтического лечения.

4 При постоянно плохой гигиене (неудовлетворительной чистке зубов) может быть поставлен вопрос о досрочном прекращении лечения.

#### **Хорошая чистка зубов:**

1 Зубы чистые, эмаль блестящая, после снятия брекетов не остается никаких следов

2 Десна не воспалена, нормального бледно-розового цвета, при чистке не болит и не кровоточит

3 Зубы перемещаются быстрее, срок лечения меньше, врач и пациент довольны результатом.

#### **Для чистки зубов понадобятся:**

1 Обычная зубная щетка

2 Ортодонтическая зубная щетка, которую рекомендует врач.

3 Щетка со специальными ершиками и набор ершиков к ней. При регулярном использовании необходимо менять ершики в случае их заметного облысения.

4 Ирригатор.

5 Электрическая зубная щетка с ортодонтической насадкой.

#### **Техника чистки зубов:**

1 Очищение брекетов и зубов с передней поверхности с помощью ортодонтической зубной щетки 10-15 горизонтальных движений в каждом из трех сегментов (боковые зубы справа, передние зубы, боковые зубы слева). В щетине ортодонтической щетки имеется специальное углубление для брекетов, что облегчает чистку. Очищение обычной зубной щеткой внутренней и жевательной поверхности зубов по обычной методике (подметающие возвратно-поступательные движения от десны к краю зуба).

2 Очищение вертикальных промежутков между брекетами с помощью ершика не менее 10 вертикальных движений справа и слева от каждого брекета.

3 Очищение зубных промежутков с помощью ирригатора, направить струю на участки зубов, которые не были обработаны зубной щеткой, необходимо направлять ирригатор от десны в сторону режущего края зуба во избежание болевых ощущений.

Мы рекомендуем всем пациентам пользоваться ирригатором минимум два раза в день после приема пищи, он небольшой и не занимает много места, а его польза очевидна.

#### **4 Ограничения в питании**

На время печения следует отказаться от употребления:

1 Липких продуктов (ириски, тянучки, жевательная резинка, вафли, чипсы, халва и тд.)

2 Твердых продуктов (орехи, конфеты с орехами, сушки, бублики, сухари и тд.). Твердые овощи и фрукты, такие как морковь, яблоки, груши, откусывать нельзя, их режут на небольшие кусочки. Это касается также жесткого мяса и любых продуктов, требующих откусывания.

**Невыполнение этих рекомендаций ведет к отклеиванию брекетов.**

**Отклейка брекетов может вести к удлинению сроков лечения.**

5 Возможные поломки:

При соблюдении рекомендаций поломки и отклейки брекетов случаются редко. Тем не менее, они возможны.

В случае отклеивания брекета (брекет не плотно фиксирован к зубу, скользит по дуге) необходимо обратиться к врачу-ортодонт.

В случае возникновения любых неудобств, сомнений, связанных с процессом лечения, Вы всегда можете обратиться к своему лечащему врачу-ортодонт и задать любые интересующие вопросы.

#### **Рекомендации пациенту до и после имплантации**

##### **1. Перед операцией**

- За сутки до операции нельзя принимать алкоголь и кофе.
- На операцию желательно приходить в хлопчатобумажной одежде с коротким рукавом
- Необходимо принять назначенные лекарства.
- Женщинам необходимо очистить лицо от косметики.

## 2. ВОЗМОЖНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ

- На следующий день после операции может появиться небольшой отек мягких тканей лица, прилегающих к месту операции.
- Возможно небольшое повышение температуры, а также онемение в отдельных участках кожи - это нормальная реакция организма на хирургическое вмешательство.
- Последующие 3-4 дня отек и другие симптомы могут держаться, постепенно исчезая.
- Необходимо строго соблюдать назначения врача.
- Если через 4 дня вышеуказанные симптомы не проходят необходимо связаться с лечащим

## 3. ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ

- В день операции необходимо прикладывать холод на 10-15 минут к прооперированной зоне каждые 2 часа
- В первые 2 дня после операции нельзя употреблять горячую пищу, принимать горячую ванну, париться в бане, заниматься физическими упражнениями.
- Спать следует на противоположной стороне или на спине.
- В течение послеоперационного периода необходимо избегать переохлаждения.
- После имплантации ткани в прооперированной области становятся слишком чувствительными, поэтому необходимо на 2-3 недели исключить из рациона твердую и раздражающую пищу (содержащую уксус, острые специи, и т.п.), раздражающие соки.
- Начиная со 2 дня операции и в последующие 2 дня необходимо проводить «ротовые ванночки» с раствором хлоргексидина, мирамистина, перманганата калия и растворами / настоями ромашки или шалфея (не спиртовыми!) после каждого приема пищи по 1 мин, но не более 5 мин.
- Необходимо использовать новую зубную щетку для чистки зубов. Область проведенной операции до восстановления целостности ткани нельзя травмировать зубной щеткой.
- Нельзя применять пасты, гели, полоскания, содержащие кислотные фтористые средства, т.к. они могут вызвать повреждения поверхности установленных имплантантов.
- Зубы следует чистить после завтрака и ужина не менее 2 мин., при этом перед завтраком необходимо прополоскать полость рта дезинфицирующим раствором.
- Необходимо очищать спинку языка от налета.
- Возможны случаи, когда ткани вокруг имплантатов воспаляются из-за плохой гигиены, при заболевании каким-нибудь общим недугом или от пережевывания слишком твердой пищи.

В этих случаях и по всем дополнительным вопросам необходимо обращаться к лечащему врачу. График контрольных послеоперационных осмотров в течение периода заживления определяется лечащим врачом Исполнителя.

***Тщательный гигиенический уход, регулярные визиты к стоматологу и своевременная санация полости рта продлевают срок службы ортопедических конструкций с опорой на имплантаты на долгие годы.***

## **Рекомендации пациенту после ортопедического лечения несъёмными протезами**

### **(коронки и мостовидные конструкции)**

#### **Какие непривычные ощущения вас ожидают в первое время:**

1. Эффект «новизны». У вас появились новые, красивые зубы, но они чувствительны, пока не единое целое с вашим организмом. Именно с этим связаны непривычные ощущения. К ним еще нужно привыкнуть.
2. Эффект «присутствия». Языком и губами вы уже ощущаете объем и форму новых зубов. Такое чувство, что губы отодвинуты, а языку меньше места. Это норма, все пройдет.
3. Чувство «стянутости» зубов. Это связано с надежной фиксацией самой конструкции на специальный цемент. Да и плотный контакт коронок с соседними зубами нужен для предотвращения попадания и застревания пищи между ними.
4. Непривычные ощущения при смыкании зубов. Коронки могут казаться выше и слегка быть ощутимы при движении челюстью. Это связано с тем, что у ваших коронок совсем новая жевательная поверхность и она немножко отличается от таковой у предыдущих зубов.
5. Легкий дискомфорт в деснах. Для того чтобы сделать красивую коронку, ее край нужно немножко спрятать под десной, вот поэтому и возникает дискомфорт.

#### **Рекомендации относительно питания.**

- Осторожно употребляйте слишком холодную или слишком горячую пищу, чтобы избежать трещин и сколов материалов и сохранить их фиксацию. Несмотря на высокую прочность коронок и вкладок, избегайте чрезмерных нагрузок. Разрезайте твердую пищу на небольшие кусочки, избегайте использования зубов с коронками для открывания скорлупы орехов, фисташек.
- Рекомендуется избегать вязкой и липкой пищи, такой как жевательная резинка и ириски, которые могут прилипнуть к коронкам или вкладкам и повредить фиксацию протеза, в конечном итоге приведя к его выпадению.
- Ограничьте потребление напитков с высоким содержанием кофеина (чай, кофе) и красящих пигментов (вино, свекла).

#### **Правильный уход**

- После каждого приема пищи рекомендуется использовать ирригатор, зубную нить. Это поможет удалить остатки пищи, предотвратить образование зубного налета и поддерживать здоровое состояние десен.
- Чистите зубы дважды в день – утром и вечером. Для более эффективной очистки может быть полезно использование ирригатора.

- Если нет возможности выполнить полный комплекс ухода, по крайней мере ополаскивайте полость рта специальным раствором или просто теплой водой.

**Помните, что, если вы не пришли на профилактический осмотр через полгода после последнего приема, клиника снимает с себя гарантийные обязательства. Только при тщательном выполнении Вами наших рекомендаций гарантирован успех проведенного лечения.**

## **Рекомендации пациенту по пользованию съёмным протезом (СП)**

### **Период адаптации**

В первую очередь, надо смириться с тем, что (не меньше недели) присутствие протеза будет ощущаться постоянно, вызывая дискомфорт, отмечается обильное слюноотечение, приступы тошноты, изменение вкусовых ощущений – нельзя пугаться, так как это обычные ощущения, сопровождающие период адаптации к зубным протезам, они постепенно пройдут (период привыкания от 1 до 4 недель).

Может измениться дикция, говорите, как можно чаще, и к концу первых двух дней дикция начнет нормализовываться. Для быстрого привыкания и восстановления нормального уровня дикции рекомендуем 2-4 часа читать вслух.

Уже через неделю ощущение постороннего предмета не будет столь навязчивым. При тошноте рекомендуется делать чаще глотательные движения, сосать леденцы. Для ускорения процесса привыкания к съёмной ортопедической конструкции в первые недели зубной протез можно носить постоянно, не снимая на ночь. Первые 10 дней на ночь снимаем протез, далее по желанию.

Еще в кресле у врача-стоматолога научитесь самостоятельно снимать и надевать СП. Затем потренируйтесь дома перед зеркалом, потом без него. Можно смочить в воде или воспользоваться фиксирующим средством.

### **Питание**

Начинайте с более податливой пищи, переходите к более твердой, стараясь равномерно распределять пищу на правую и левую стороны, и с течением времени это будет получаться все лучше.

Не кусать передними зубами первое время. Пережевывать пищу боковыми зубами одновременно (левыми и правыми сразу).

Исключить из ежедневного рациона твердые продукты: орехи, семечки, сухарики, сушки и другие. При употреблении фруктов и овощей рекомендовано их разрезание (с целью предотвращения образования сколов и трещин).

Исключить употребление очень горячей пищи и напитков с целью предотвращения образования трещин.

Рекомендуем есть мелкими кусочками. Ввести в рацион больше фруктов и овощей (это позволит Вам раньше перейти в привычный рацион).

#### **Уход за протезом**

Для максимально долгого и удобного использования ортопедической конструкцией рекомендуем соблюдать следующие гигиенические правила. После каждого приема пищи СП следует вынимать из полости рта и тщательно промыть водой с мылом и щеткой. Протез должен быть чистым.

Дважды в день (утром и вечером) чистить СП пастой или зубным порошком и жесткой щеткой (HARD). Можно использовать очистительные таблетки. Растворить 1 таблетку в 0.5 стакана воды. Положить СП на 15 минут в стакан и затем тщательно промыть под проточной водой. При пользовании съемными ортопедическими конструкциями необходимо 2 раза в год посещать врача-стоматолога.

#### **Период активного пользования**

После периода адаптации СП практически не ощущается. С этого момента можно снимать протезы на ночь. Если у Вас осталось мало антагонизирующих пар зубов (на верхней и нижней челюстях, которые смыкаются), то снимать протез нужно раз в 3-4 дня.

Хранить протезы вне полости рта рекомендуем в сухой чистой емкости. Перед наложением СП стоит смочить в воде или воспользоваться фиксирующим средством.

#### **Починка съемных протезов.**

В процессе использования съемных протезов может произойти перелом протеза или отдельных его частей (зуб, кламмер и др.). В данном случае необходимо обратиться к врачу-стоматологу. При утрате зуба (зубов), за который удерживаются или опираются частичные съемные протезы, возможна приварка искусственного зуба к протезу на место утраченного своего. Починка съемного протеза занимает 2-3 дня. Починка производится без гарантии.

#### **Рекомендации пациенту после лечения кариеса**

1. Необходимо воздержаться от приема пищи в течение 2 часов после постановки пломбы.
2. В течение суток после лечения нельзя употреблять красящие продукты: 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.

### Средства ухода

- Чистить зубы необходимо в течение 2-3 минут 2 раза в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Количество пасты равняется объёму одной горошины. После каждого приёма пищи нужно прополоскать рот тёплой водой или специальным ополаскивателем и воспользоваться зубной нитью.
- При выборе зубной пасты обращайте внимание на её состав. Если вы проживаете в районе с повышенным содержанием фтора в питьевой воде, вам противопоказаны пасты с фтором. Лучше обратите внимание на пасты с кальцием, он тоже прекрасно укрепляет наши зубы. При воспалении десны нужно выбирать пасты, содержащие травы и антисептики. Но! Пастами с антисептиками (часто это хлоргексидин) можно пользоваться не дольше недели, во избежание развития дисбактериоза. Чередуйте пасты (в том числе и разных производителей) для предупреждения развития привыкания.
- Выбирайте зубную щётку средней степени жёсткости, она отлично справляется с удалением налёта и при этом не травмирует десну и пломбы. Меняйте зубную щётку каждые 3 месяца или раньше, если её щетинки потеряли свою форму, и каждый раз после перенесённой инфекции полости рта и дыхательных путей.
- Ирригатор прекрасно подходит для ухода за полостью рта. Поток воды с легкостью очищает сложно доступные зубные промежутки, а также ирригатор способствует микромассажу десен, что благотворно влияет на здоровье зубов.
- Использовать зубную нить следует осторожно, нужно аккуратно прочищать межзубные промежутки, при этом не слишком надавливая, чтобы избежать возникновения трещин.
- Ополаскиватель прекрасно подойдет для комплексной защиты как пломб, так и полости рта в целом. Существует целый ряд различных ополаскивателей для уменьшения чувствительности зубов, снятия воспаления, укрепления эмали и т.д. Не обязательно использование всех средств гигиены полости рта за качественным уходом за пломбами, однако их сочетание позволит сохранить качество, здоровье и блеск на долгое время.
- Каждые 6 месяцев показана профессиональная чистка зубов для поддержания гигиены.

При малейшем дискомфорте обязательно записаться на коррекцию!

Необходимо тщательно следить за состоянием пломб, обращать внимание на микротрещины,

зазоры и шероховатости, которые приведут к разрушению тканей живого зуба.

Правильный уход поможет продлить срок службы этих замечательных пломб, а значит - надолго сохранить красоту Вашей улыбки!

### Рекомендации пациенту после профессиональной гигиены полости рта

Здоровая полость рта – это важный компонент долгой и счастливой жизни. Помимо основной функции, пережёвывание пищи, зубы, дёсны, язык и слизистые оболочки выполняют ряд других: участвуют в нашей речи, обеспечивают вкусовую чувствительность, предупреждают проникновение различной инфекции за счёт особого состава слюны и целостности слизистых.

Правила эффективного ухода за зубами:

1. Чистить зубы необходимо в течение 2-3 минут 2 раза в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Количество пасты равняется объёму одной горошины. После каждого приёма пищи нужно прополоскать рот тёплой водой или специальным ополаскивателем и воспользоваться зубной нитью.
2. При выборе зубной пасты обращайте внимание на её состав. Если вы проживаете в районе с повышенным содержанием фтора в питьевой воде, вам противопоказаны пасты с фтором. Лучше обратите внимание на пасты с кальцием, он тоже прекрасно укрепляет наши зубы. При воспалении десны нужно выбирать пасты, содержащие травы и антисептики. Но! Пастами с антисептиками (часто это хлоргексидин) можно пользоваться не дольше недели, во избежание развития дисбактериоза. Чередуйте пасты (в том числе и разных производителей) для предупреждения развития привыкания.
3. Поменяйте свою старую щетку на новую. Меняйте зубную щётку каждые 3 месяца или раньше, если её щетинки потеряли свою форму, и каждый раз после перенесённой инфекции полости рта и дыхательных путей.
4. Жевательной резинкой можно пользоваться только после еды в течение 15-20 минут, пока присутствует вкус добавок. Таким образом вы стимулируете выработку желудочного сока, который обеспечивает процесс переваривания пищи.
5. После процедуры возможна реакция зубов в течение нескольких суток на холодное и горячее, дискомфорт при чистке зубов. Может немного повыситься чувствительность десен, возможна кровоточивость. Не волнуйтесь, это временные реакции. При необходимости наносите на десну и межзубные промежутки препараты, назначенные, вашим лечащим врачом-стоматологом.
6. В течение 2 дней после гигиены воздержитесь от 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.

7. Придерживайтесь рекомендаций, назначенных врачом при проведении консервативного лечения десен. Препараты назначаются в индивидуальном случае, в зависимости от состояния полости рта.
8. Регулярные визиты к стоматологу 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.***

Стандартный метод чистки зубов:

Зубной ряд условно делим на 6 сегментов (моляры, премоляры, резцы с клыками):

Для очищения наружной и внутренней поверхности зубов располагаем головку зубной щётки под углом 45° к оси зуба, направляя концы щетинок к десне, производим по 10 выметающих движений в каждом сегменте. Направление движений на верхней челюсти сверху-вниз, на нижней – снизу-вверх

Жевательная поверхность очищается возвратно-поступательными движениями. Завершаем чистку зубов круговыми движениями щётки с захватом дёсен при сомкнутых челюстях.

### **Рекомендации пациенту по уходу за полостью рта после установки композитных виниров**

1. Необходимо воздержаться от приема пищи в течение 2 часов после установки виниров.
2. Первые 2 дня после установки нельзя употреблять красящие продукты: 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.
3. От употребления твердой пищи и семечек необходимо отказаться на все время использования виниров. Это же правило распространяется на вредные привычки (тобакокурение).

### **Средства ухода**

- Чистить зубы необходимо в течение 2-3 минут 2 раза в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Количество пасты равняется объёму одной горошины. После каждого приёма пищи нужно прополоскать рот тёплой водой или специальным ополаскивателем и воспользоваться зубной нитью.

- При выборе зубной пасты обращайте внимание на её состав. Если вы проживаете в районе с повышенным содержанием фтора в питьевой воде, вам противопоказаны пасты с фтором. Лучше обратите внимание на пасты с кальцием, он тоже прекрасно укрепляет наши зубы. При воспалении десны нужно выбирать пасты, содержащие травы и антисептики. Но! Пастами с антисептиками (часто это хлоргексидин) можно пользоваться не дольше недели, во избежание развития дисбактериоза. Чередуйте пасты (в том числе и разных производителей) для предупреждения развития привыкания.
- Выбирайте зубную щётку средней степени жёсткости, она отлично справляется с удалением налёта и при этом не травмирует десну и виниры. Меняйте зубную щётку каждые 3 месяца или раньше, если её щетинки потеряли свою форму, и каждый раз после перенесённой инфекции полости рта и дыхательных путей.
- Ирригатор прекрасно подходит для ухода за винирами после установки. Поток воды с легкостью очищает сложно доступные зубные промежутки, а также ирригатор способствует микромассажу десен, что благотворно влияет на здоровье полости рта.
- Использовать зубную нить следует осторожно, нужно аккуратно прочищать межзубные промежутки, при этом не слишком надавливая и не проводя нитью вдоль поверхности винира, чтобы избежать возникновения трещин.
- Ополаскиватель прекрасно подойдет для комплексной защиты как виниров, так и полости рта в целом. Существует целый ряд различных ополаскивателей для уменьшения чувствительности зубов, снятия воспаления, укрепления эмали и т.д. Не обязательно использование всех средств гигиены полости рта за качественным уходом за винирами, однако их сочетание позволит сохранить качество, здоровье и блеск на долгое время.
- Каждые 6 месяцев показана профессиональная чистка зубов, для поддержания гигиены.
- При малейшем дискомфорте обязательно записаться на коррекцию!

Необходимо тщательно следить за состоянием виниров, качеством их фиксации на зубах, обращать внимание на микротрещины, зазоры и шероховатости, которые приведут к разрушению тканей живого зуба.

*Правильный уход за винирами поможет продлить срок службы этих замечательных конструкций, а значит - надолго сохранить красоту Вашей улыбки.*

#### **Рекомендации по уходу за полостью рта после установки художественных реставраций.**

1. Необходимо воздержаться от приема пищи в течение 2 часов после установки реставрации.
2. Первые 2 дня после установки нельзя употреблять красящие продукты: 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.

3. От употребления твердой пищи и семечек необходимо отказаться на все время использования художественных реставраций. Это же правило распространяется на вредные привычки (тобакокурение).

#### **Средства ухода**

- Чистить зубы необходимо в течение 2-3 минут 2 раза в день: утром после завтрака и вечером перед сном. Количество пасты равняется объёму одной горошины. После каждого приёма пищи нужно прополоскать рот тёплой водой или специальным ополаскивателем и воспользоваться зубной нитью.
- При выборе зубной пасты обращайте внимание на её состав. Если вы проживаете в районе с повышенным содержанием фтора в питьевой воде, вам противопоказаны пасты с фтором. Лучше обратите внимание на пасты с кальцием, он тоже прекрасно укрепляет наши зубы. При воспалении десны нужно выбирать пасты, содержащие травы и антисептики. Но! Пастами с антисептиками (часто это хлоргексидин) можно пользоваться не дольше недели, во избежание развития дисбактериоза. Чередуйте пасты (в том числе и разных производителей) для предупреждения развития привыкания.
- Выбирайте зубную щётку средней степени жёсткости, она отлично справляется с удалением налёта и при этом не травмирует десну и реставрации. Меняйте зубную щётку каждые 3 месяца или раньше, если её щетинки потеряли свою форму, и каждый раз после перенесённой инфекции полости рта и дыхательных путей.
- Ирригатор прекрасно подходит для ухода за художественными реставрациями после установки. Поток воды с легкостью очищает сложно доступные зубные промежутки, а также ирригатор способствует микромассажу десен, что благотворно влияет на здоровье полости рта.
- Использовать зубную нить следует осторожно, нужно аккуратно прочищать межзубные промежутки, при этом не слишком надавливая, чтобы избежать возникновения трещин.
- Ополаскиватель прекрасно подойдет для комплексной защиты как реставраций, так и полости рта в целом. Существует целый ряд различных ополаскивателей для уменьшения чувствительности зубов, снятия воспаления, укрепления эмали и т.д. Не обязательно использование всех средств гигиены полости рта за качественным уходом за реставрациями, однако их сочетание позволит сохранить качество, здоровье и блеск на долгое время.
- Каждые 6 месяцев показана профессиональная чистка зубов, для поддержания гигиены.
- При малейшем дискомфорте обязательно записаться на коррекцию!

Необходимо тщательно следить за состоянием художественной реставрации, качеством их фиксации на зубах, обращать внимание на микротрещины, зазоры и шероховатости, которые приведут к разрушению тканей живого зуба.

*Правильный уход поможет продлить срок службы этих замечательных реставраций, а значит - надолго сохранить красоту Вашей улыбки.*