



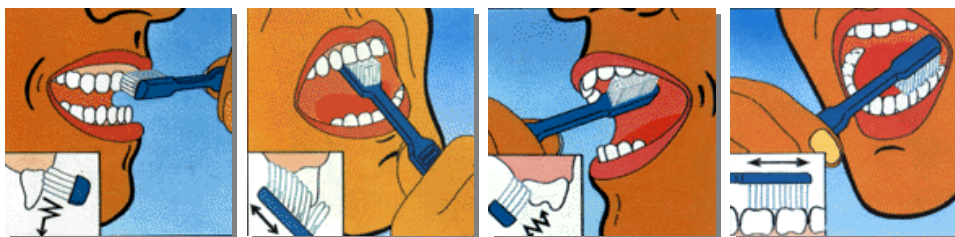
MegaDent

Zawsze zdrowy uśmiech!

Szczotkowanie zębów

Jak szczotkować?

1. Szczoteczkę ustawiamy pod kątem 45° do powierzchni zębów i wykonujemy niewielkie okrężne ruchy. Dzięki temu zewnętrzne rzędy włókien usuwają płytkę bakteryjną z przestrzeni międzyzębowych i dziąseł.
2. Szczotkujemy powierzchnie żującą każdego zęba.
3. Oczyszczamy wewnętrzną powierzchnię każdego zęba bocznymi ruchami wymiatającymi.
4. Używając zakończenia szczoteczki, szczotkujemy tylną powierzchnię zębów górnych i dolnych.



Szczotkować należy również język. Ostatnio uważa się także, że grzbiet języka jest jednym z głównych siedlisk drobnoustrojów w jamie ustnej i źródłem ich rozsiewania, szczególnie gdy pokryty jest nalotem.

Jaka szczotka?

Z małą główką co daje lepszy dostęp do tylnych zębów. Włókna powinny być miękkie, zaokrąglone i w kępkach. Nacisk szczotki 50g, lub z siłą trzech palców. Szczoteczkę wymieniamy po trzech miesiącach, czas szczotkowania 3-4 minuty

Czyszczenie przestrzeni międzyzębowych!

Znacząco częściej mamy ubytki próchnicowe między zębami, niż na środku powierzchni zęba. Dzieje się tak dlatego, że szczotką oczyszczamy płytkę nazębną głównie z powierzchni gładkich zęba. W wąskich przestrzeniach międzyzębowych mimo szczotkowania może zalegać płytkę bakteryjną.

Najskuteczniejszym środkiem do czyszczenia wąskich przestrzeni jest nić dentystyczna. Sposób posługiwania się nią przedstawiają rysunki. Nitkę długości ok. 15 cm należy przesunąć od brzegu dziąsła ku brzegowi zęba.

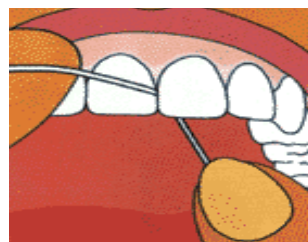


MegaDent
Gabinet Stomatologiczny

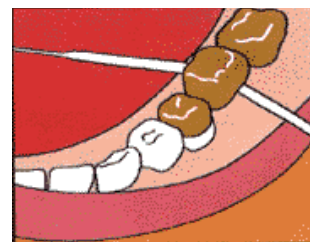
os. 2 Pułku Lotniczego 11A/1
31-869 Kraków
tel. (12) 346 17 25
e-mail: biuro@megadent.pl
www.megadent.pl



Rys.1



Rys.2



Rys.3

Na rysunku 3 pokazano nić do czyszczenia przestrzeni pod mostami protetycznymi. Szywną końcówkę wprowadź pod przęsło mostu. Do czyszczenia używamy części puszystej poruszając w tył i do przodu.