

**МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР  
ТОВ «МЕРЕЖА ЕСТЕТИЧНИХ КЛІНІК  
«АКУЛА»»**

Медична карта №

## **РЕКОМЕНДАЦІЇ ПАЦІЄНТУ після професійної гігієни порожнини рота**

Шановний пацієнт!

У даній рекомендації ми спробуємо відповісти на деякі Ваші запитання і дати поради, яких Вам слід дотримуватися після проведення професійної гігієни порожнини рота.

### **Протягом 2-х годин після процедури пацієнтам не рекомендується:**

1. Палити.
2. Вживати продукти, які містять барвники: напої (каву, чорний або зелений чай, червоне вино); овочі (буряк столовий, моркву); приправи (соєвий соус, суміш каррі, куркуму); фрукти (смородину, чорниця, черешні, шовковицю).
3. Вживати продукти, які сприяють підвищенню чутливості зубів: напої (соки, газовані напої); фрукти (лимон, яблука).

Після проведеної професійної гігієни порожнини рота можливою реакцією організму є виникнення підвищеної чутливості зубів та незначної кровоточивості ясен.

### **При необхідності можна використовувати наступні засоби:**

1. Гель Метрогіл дента – видавити на зубну щітку і нанести на ясна і міжзубні проміжки з усіх сторін. Після нанесення 30 хв. не можна полоскати рот і приймати їжу. Наносити на ясна 2 рази на день протягом 10 днів.
2. Апіімплікатор – зубні гігієнічні пластини, що призначені для захисту та підтримання тканин пародонта. Перед застосуванням почистити зуби. Пластини накласти на ясенний край, частково перекриваючи 1/3 зубів, і зафіксувати пальцевим натисканням до тканин із зовнішнього боку. Тривалість застосування пластин 6-10 годин (можна залишати на ніч). Пластини протягом перших 5-20 хвилин застосування можуть викликати відчуття печіння, що є їх обумовленою дією та не є протипоказанням до застосування. Використані пластини видалити і полоскати порожнину рота. Застосовувати щодня протягом 5-15 днів, потім перерва 1-2 місяці. Курс лікування повторити 2-3 рази.
3. Себідин – бактерицидний протизапальний препарат, що ефективно виводить зубні відкладення. Вживати по 1 таблетці 4-5 разів на день. Таблетку слід повільно розсмоктувати, не ковтати. Не застосовувати препарат більше 14 днів. У середньому курс лікування – 7 днів.
4. Імудон – протизапальний препарат. Приймати по 8 таблеток на добу. Таблетки розсмоктувати (не розжовуючи) у порожнині рота з інтервалом 1-2 години. Не слід приймати їжу та воду, а також полоскати ротову порожнину протягом години після застосування препарату, щоб не знижувати терапевтичну ефективність препарату. Середня тривалість курсу лікування – 10 днів.
5. Ополіскувачі Гівалекс – 2 рази на день 6-7 днів.
6. Хлоргексидин 0,2% – 2 рази на день 7 днів.

### **Особливості догляду за порожниною рота**

1. Чистку зубів проводити спочатку 3 рази на день (після прийому їжі) щітками типу «Sensitive» «від червоного до білого» (тобто від ясен до лінії змикання зубів) з переходом на м'які щітки типу «Soft» після 1-3 днів. Через 2-3 міс. - чистка щітками середньої жорсткості. Для підтримки гігієни акуратно полощіть рот теплою водою після кожного прийому їжі. Міняйте щітку не рідше ніж кожні три місяці.
2. Використовуйте ополіскувач вранці і ввечері після кожної чистки зубів. В окремих випадках не слід застосовувати спиртовмісні ополіскувачі для порожнини рота.
3. Рекомендується щоденне використання зубної нитки (флосу) для очищення міжзубних проміжків. Не використовуйте для цих цілей зубочистку.

4. Якщо ви користуєтесь іригатором для порожнини рота (Waterpik, Oral-B-центр тощо), його слід застосовувати починаючи з мінімальної потужності.