

Аксессуары для гигиены полости рта

Индивидуальные гигиенические процедуры в полости рта меняются в зависимости от возраста и конкретной клинической ситуации. Уход за полостью рта осуществляется с момента рождения ребенка и продолжается всю жизнь.

Основные средства индивидуальной гигиены полости рта:

Зубные щетки



Зубные пасты



Зубные щетки являются основным инструментом для удаления отложений с поверхности зубов и десен. По степени жесткости существуют мягкие, средние и жесткие. Жесткие в основном применяются для чистки и обработки зубных протезов. Мягкие рекомендуются детям, людям с повышенной чувствительностью эмали. Щетки средней жесткости универсальны и подходят большинству людей. Рекомендуется менять щетку раз в 2-3 месяца.

Зубная паста - это сложная многокомпонентная система, предназначенная для очищения, дезодорирования и оказания благоприятного профилактического и терапевтического воздействия на ткани зуба.

В зависимости от состава и свойств современные зубные пасты подразделяются на две основные группы: гигиенические и лечебно-профилактические.

К группе гигиенических относят те пасты, в состав которых входят только основные ингредиенты. Они обладают лишь очищающими свойствами. Лечебно-профилактические пасты содержат также те или иные активные добавки, обеспечивающие лечебный эффект.

Чистить зубы необходимо не меньше 2 раз в день, можно чаще, и обязательно после еды.

Дополнительные средства гигиены полости рта:

1. Зубные нити (флоссы) 2. Ирригаторы для полости рта. 3. Средства для чистки языка: скребки, щетки-скребки. 4. Ополаскиватели для полости рта. 5. Пенки для гигиены полости рта.

Зубные нити применяются для очищения труднодоступных поверхностей зубов. Нити накручивают на средние пальцы рук и натягивают большим пальцем правой и указательным пальцем левой руки, после чего вводят в межзубной промежуток, прижимают к поверхности зуба и производят несколько движений в разных направлениях, продвигая нить без усилий, чтобы не повредить десну. Обычно такая чистка производится один раз в сутки перед сном.



Выделяют следующие виды зубных нитей:

Вощеные - легче проникает в труднодоступные места, благодаря восковому покрытию. Данный тип рекомендован лицам с большим количеством запломбированных зубов.

Невошечные - лучше очищает зубную эмаль от мельчайших пищевых волокон, благодаря расслоению и покрытию большей части зуба. Новичкам рекомендуется начинать гигиенические процедуры с невошечных изделий.

Круглые или ленточные - подходит тем, у кого между зубами достаточно большие расстояния.

Плоские - подойдут обладателям коротких межзубных промежутков.

Объемные - при воздействии влаги увеличивается в размерах. Что позволяет проводить очистку любых расстояний.

Ирригатор - это аппарат, смывающий струей воды или лекарственного препарата все бактерии даже из труднодоступных зон полости рта. Таким образом, ирригатор позволяет ухаживать за наиболее проблемными участками полости рта (межзубные промежутки, зубодесневые бороздки - область между зубом и десной, внутренние стороны зубов, дальние зубы. Использование ирригатора позволяет: массировать десну, улучшать кровообращение, очищать межзубные пространства и зубодесневые карманы от налета и остатков пищи.



В качестве промывающей жидкости используется очищенная вода либо растворы, обладающие лечебным и/или профилактическим действием. Как правило, использования обычной воды в ирригаторе недостаточно, поскольку она не может уничтожить патогенную микрофлору. Именно болезнетворные микроорганизмы и являются источниками заболеваний пародонта, кариеса зубов, неприятного запаха изо рта. Ирригатор прост в использовании.

Применять ирригатор достаточно всего 2-3 раза в неделю, что значительно улучшит состояние полости рта.

Для уменьшения образования налета и повышения кариесоустойчивости эмали необходимо применять **ополаскиватель**, который содержит фторид натрия, антисептики и экстракты трав. Полоскать рот следует после приема пищи и чистки зубов пастой со щеткой в течение 15-30 секунд.



Чистка языка - важная составляющая гигиены полости рта, и очищать его необходимо с такой же частотой, как и зубы. Для этого существуют специальные скребки для языка, также можно чистить язык при помощи силиконового покрытия на тыльной стороне головок некоторых щёток.

Если у вас нет под рукой зубной щетки, чтобы удалить остатки пищи после еды, то с этой задачей прекрасно справится пенка. Пенная консистенция способствует эффективному удалению с поверхности зубов мягкого налета и остатков пищи даже в труднодоступных для зубной щетки местах, а также уничтожает кариесогенные бактерии и помогает сохранять зубы здоровыми. Пенка предназначена для людей любого возраста, подходит для людей с зубными протезами и ортодонтическими аппаратами.



Самостоятельно ухаживать за зубами и соблюдать гигиену полости рта и гигиену зубов нужно с самого юного возраста. Такая полезная привычка будет залогом здоровья вашей полости рта. Помните, что правильный уход за полостью рта и регулярные визиты к стоматологу сохраняют ваши зубы и десны здоровыми, а улыбку красивой!