



WHITE AURORA
dental clinic



Памятка после проведения профессиональной гигиены полости рта

Сегодня Вам провели комплекс профессиональной гигиены полости рта, после которой Ваша улыбка стала более ослепительная, чистая и сияющая. Что же можно сделать, чтобы это ощущение чистоты сохранилось как можно дольше? Внимательно прочитайте данную инструкцию. Следование ей позволит уменьшить дискомфорт, а также снизит вероятность развития осложнений.

- Не рекомендуется употребление пищи в течение 2 часов, а особенно пищи, содержащей красящие компоненты (кофе, чай, ягоды, фруктовые соки, свеклу, моркови и др.)
- Избегайте курения в течение 2-4 (лучше 12) часов. Не забывайте, что курение вредит Вашему здоровью!
- Не удаляйте плёнку с поверхности зубов, она служит защитой Ваших дёсен после чистки и насыщает эмаль частицами фтора. По истечению нескольких часов произойдёт их полное рассасывание.
- Появление или незначительное увеличение кровоточивости после профессиональной гигиены полости рта может иметь место, но это не должно вызывать беспокойства. Главное - тщательный уход за полостью рта.
- Ухаживайте за зубами, дёснами и языком так, как Вас учит Ваш гигиенист. Регулярно, как минимум 2 раза в день, чистите зубы зубной щёткой с пастой не меньше 2-3 минут с использованием дополнительных средств индивидуальной гигиены (флосс, ирригатор, межзубные ёршики и др.) Обязательно замените зубную щётку! (мягкая, средней жёсткости).
- Рекомендуем проходить контрольный осмотр у врача-гигиениста каждые 6 месяцев или чаще - в зависимости от индивидуальных особенностей.

