

دندانسازی مینا

۰۶۶ ۲۲۷۱۰۶۶
۰۹۳۹۱۴۵۵۱۳

Minadentist.com
Minadentist.ir

مراقبت از دندان مصنوعی: نحوه صحیح مسواک زدن و غذا خوردن

پروتزهای جزئی یا کامل دندان (دندانهای متحرک) می توانند جایگزین دندانهای از دست رفته شوند و ظاهر لبخند شما را بهبود بخشند. این دندانهای مصنوعی به گونه‌ای طبیعی طراحی و از مواد مختلفی مانند آکرلیک و فلز ساخته می‌شوند. اگر دندان‌هایتان مصنوعی است، تمیز کردن آن‌ها به طور مرتب همچنان مهم است. تمیز کردن دندان مصنوعی بیشتر از مسواک زدن دندانهای طبیعی کار می‌برد. برای دانستن اینکه چگونه دندان‌های مصنوعی خود را به بهترین وجه تمیز و حفظ کنید، به مطالعه مطالب زیر ادامه دهید.

بهترین روش برای تمیز کردن دندان‌های مصنوعی چیست؟

اگر دندان مصنوعی خود را تمیز نکنید، ممکن است جرم و پلاک بر روی آن جمع شود و شما را در معرض خطر بیماری لثه و بوی بد دهان قرار دهد. کندن منظم دندان‌ها برای سلامت دهان و دندان شما ضروری است. برای تمیز نگه داشتن پروتزهای دندان مصنوعی، به موارد زیر نیاز دارید: * یک مسواک با برس نرم * آب * محلول تمیزکننده‌ی دندان مصنوعی یا یک صابون ملایم * یک حوله نرم

دستورالعمل تمیز کردن دندان مصنوعی

* مرحله ۱. قبل از خارج کردن دندان مصنوعی از دهان، یک حوله نرم را تا کرده و روی پیشخوان دستشویی یا هر جای مناسب قرار دهید؛ تا اگر به طور اتفاقی دندان‌های

مصنوعی تان از دستتان بیفتد، نرمی این حوله از آن در برابر آسیب محافظت کند.

* مرحله ۲. دندان‌های مصنوعی را از دهان خود خارج کرده و با آب گرم بشویید.

* مرحله ۳. با استفاده از یک مسواک دارای برس نرم، به آرامی دندان‌های مصنوعی خود را مسواک بزنید تا باکتری‌ها، ذرات غذا و جرم و پلاک‌ها شل شوند و از روی دندان‌ها پاک شوند. تمام قسمت‌های سطح دندان مصنوعی را تمیز کنید. برای این کار می‌توانید از شوینده‌ی مخصوص دندان مصنوعی یا یک صابون ملایم و آب گرم استفاده کنید. مسواک زدن ممکن است باعث شل شدن و از بین بردن هر نوع چسب دندان مصنوعی نیز شود. پس از مسواک زدن، دندان مصنوعی را با آب گرم بشویید.

* مرحله ۴. شب‌ها قبل از خوابیدن، دندان‌های مصنوعی خود را در آب ولرم یا محلول مخصوص نگهداری دندان مصنوعی قرار دهید. اجازه ندهید دندان مصنوعی شما خشک شود؛ زیرا خشکی آن باعث می‌شود تا شکل خود را از دست بدهد و شکننده شود. صبح‌ها دندان‌های مصنوعی خود را قبل از قرار دادن در دهان بشویید. هشدار. دندان مصنوعی خود را در آب گرم قرار ندهید. گرما می‌تواند شکل مواد آن را تغییر دهد. هر چند وقت یکبار باید دندان مصنوعی خود را تمیز کنید؟

دندان‌پزشکان توصیه می‌کنند که حداقل روزانه یک بار دندان مصنوعی خود را تمیز کنید. حتی بهتر است دو بار در روز دندان‌های مصنوعی را مسواک بزنید. * بهتر است هنگام صبح که از خواب بیدار می‌شوید و قبل از خواب در شب، آن را مسواک بزنید. همچنین باید آن‌ها را هر شب در محلولی از صابون ملایم یا محلولی از تمیزکننده‌ی مخصوص دندان مصنوعی قرار دهید. * اگر چه هنگام مسواک زدن دندان مصنوعی نباید از خمیر دندان استفاده کنید، اما باید دو بار در روز برای تمیز کردن لثه و زبان خود استفاده کنید. این کار لثه‌ها را سالم نگه می‌دارد و به جلوگیری از بوی بد دهان کمک می‌کند. * اگر دندان مصنوعی تکه‌ای دارید، فراموش نکنید که روزانه دندان‌های باقی مانده خود را مسواک بزنید و نخ دندان بکشید. * شستشوی دهان با دهان‌شویه نیز به سلامت دهان و دندان کمک می‌کند. شما می‌توانید قبل از استفاده از دهان‌شویه دندان‌های مصنوعی تان را بردارید، یا از دهان‌شویه‌هایی مخصوص برای افراد دارای دندان مصنوعی استفاده کنید. مراقبت صحیح از دندان مصنوعی می‌تواند طول عمر آن را به طور متوسط ۷ تا ۱۰ سال تضمین کند.

چرا باید دندان‌های مصنوعی را در آب نگهداری کنیم؟

هر زمان که از دندان‌های مصنوعی تکه‌ای یا کامل خود استفاده نمی‌کنید، حتماً باید آن‌ها را در آب یا محلول مخصوص نگهداری دندان مصنوعی نگهدارید. در غیر این صورت، مواد آکرلیکی آن می‌تواند به مرور خشک شده و شکل خود را از دست بدهد و این باعث می‌شود دندان مصنوعی شکننده شده و دیگر به خوبی در جای خود در دهان قرار نگیرد.

دندان مصنوعی پر از سوراخ‌های میکروسکوپی است و مرطوب نگه داشتن آن‌ها برای اطمینان از طول عمر دندان مصنوعی شما بسیار مهم است.

در صورت خشک شدن دندان‌های مصنوعی، چه اتفاقی می‌افتد؟

با خشک شدن دندان مصنوعی، مسائل و مشکلات متعددی رخ می‌دهد، از جمله: * منجر به بروز درد می‌شوند. مرطوب نگه داشتن دندان مصنوعی، آن‌ها را انعطاف‌پذیر نگه می‌دارد و این امکان را می‌دهد که راحت در دهانتان بمانند. * دندان‌های مصنوعی شکننده می‌شوند. اگر دندان مصنوعی خشک شود، شکننده می‌شود، به این معنی که اگر به طور اتفاقی مثلاً آن‌ها را در سینک ظرفشویی بیندازید، احتمال خرد شدن آن‌ها بیشتر خواهد بود. اگر دندان‌های مصنوعی تان خراب شود، باید تمام مراحل تهیه دندان‌های جدید را دوباره از سر بگیرید. * احتمال آلودگی آن‌ها بیشتر می‌شود. خیس ماندن دندان مصنوعی در محلول تمیزکننده در شب می‌تواند به شما در تمیز نگه داشتن و از بین بردن تمام باکتری‌های مضر کمک کند. با دندان‌پزشک خود در مورد روش صحیح نگهداری دندان‌های مصنوعی خود در شب صحبت کنید و دستورالعمل‌های سازنده‌ی پروتز در مورد تمیز کردن آن را رعایت کنید.

دستورالعمل‌های مراقبت از دندان مصنوعی کامل

* دندان‌های مصنوعی خود را با احتیاط بردارید. هنگام تمیز کردن دندان‌های مصنوعی مراقب باشید که بندها یا پلاستیک آن را خم نکنید یا به آن‌ها آسیب نزنید. * دندان‌های مصنوعی را بعد از غذا خوردن برداشته و بشویید. بعد از هر وعده غذایی، دندان مصنوعی خود را با آب بشویید تا ذرات باقی مانده‌ی غذا از روی آن پاک شود. می‌توانید حوله‌ای را تا کرده و روی پیشخوان یا داخل سینک ظرفشویی قرار دهید تا در صورت افتادن دندان‌های مصنوعی از دستتان، از شکستگی در امان بمانند. * آن‌ها را قبل از خواب بردارید و تا صبح در محلول مناسب قرار دهید. بهتر است که در طول روز هر چند وقت یکبار به دهان و دندان‌های مصنوعی خود استراحت دهید. بیرون آوردن آن‌ها قبل از خواب، یا برداشتن آن‌ها برای حداقل شش ساعت در روز، عادت خوبی برای این منظور است. این کار همچنین باعث بهبودی بافت‌های دهان می‌شود و وقتی که بیرون از دهان هستند، در صورت داشتن پست‌های فلزی، آن‌ها را در آب گرم قرار دهید و سپس آن‌ها را در یک تمیزکننده مخصوص دندان مصنوعی غوطه‌ور کنید تا از باکتری دور بمانند.

* قبل از قرار دادن دندان‌های مصنوعی در دهان، آن‌ها را بشویید. بعد از استفاده از محلول مخصوص نگهداری دندان مصنوعی، حتماً آن‌ها را به خوبی بشویید، زیرا این ماده ممکن است حاوی مواد شیمیایی مضر باشد که در صورت بلعیدن می‌تواند باعث درد، استفراغ و سوزش شود.

* روزانه دندان‌های مصنوعی خود را مسواک بزنید. دقیقاً مانند کاری که با دندان طبیعی خود می‌کنید، هر روز دندان‌های مصنوعی خود را کاملاً تمیز کنید. باید مسواک زدن روزانه و تمیز کردن دندان‌های مصنوعی را با یک مسواک با برس نرم انجام دهید. در کنار تمیزکننده‌ی مخصوص دندان مصنوعی مورد تأیید، بهتر است از برس نرم مخصوص دندان مصنوعی نیز استفاده کنید. با کمی آب گرم، آن‌ها را به آرامی با حرکات دورانی مسواک بزنید و روی هر منطقه برای چند لحظه تمرکز کنید. توصیه می‌شود که این کار را روی یک پیشخوان یا میز با حوله‌ای در زیر دستتان انجام دهید تا در صورت لغزش و افتادن، از دندان‌ها محافظت شود.

* از سلامت کلی دهان خود مراقبت کنید. خوب و سالم نگه داشتن لثه برای سلامت کلی دهانتان و اطمینان از قرار گرفتن دندان مصنوعی در جای خود بسیار مهم است. حتی اگر در امتداد خط لثه تان هیچ دندان‌دانی وجود نداشته باشد، شما هنوز هم باید مسواک زدن آرام لثه‌ها، زبان و سقف دهان خود را برای از بین بردن پلاک‌ها و باکتری‌ها ادامه دهید. اگر دندان طبیعی باقی مانده دارید، حتماً آن را مسواک بزنید و در صورت امکان از نخ دندان استفاده کنید.

برای کسب اطلاعات علمی بیشتر به سایت‌های دندانسازی مینا به ادرس زیر مراجعه نمایید

www.minadentist.com
www.minadentist.ir

۰۳۴۴۲۲۷۱۰۶۶

خیابان امام خمینی (جنوبی) کوچه جنب بانک ملت بازار