

DİŞ İPİ

Diş ipi, dişler arasındaki plakları ve gıda artıklarını temizleyerek diş çürüklerini önler. Bu amaçla üretilen super floss diş ipleri en derin alanlara ulaşabildiği ve sıkı kontaklara girebildiği için kullanılması önerilir.

Önce dişler fırçalanır.Yaklaşık 20 santimetre uzunluğunda bir diş ipi tel ve diş arasındaki boşluğa yerleştirilir.

Diş teli etrafında diş ipi kullanımını kolaylaştırmak için diş ipi geçirici kullanılabilir.

GARGARA

Plak tutulumunu azaltmak ve diş eti iltihabını önlemek amacıyla florurlu gargaralar tercih edilmelidir.

Öğünlerden en az yarım saat sonra, diş fırçalamanın ardından gargara yapılmalıdır.

Gargara maksimum 30 saniye ağızda çalkalanmalıdır.

AĞIZ DUŞU

Su ve hava basıncı kullanılarak fırçanın erişemeyeceği bölgelerdeki plak uzaklaştırılır. Ağız duşunun haznesi ılık su veya gargara ile doldurulur.

Braketlere uygun uç seçilir.

Tüm dişlere, diş-diş eti birleşimi boyunca çok bastırmadan masaj yaparak uygulanır.

Diğer yöntemlere ek olarak kullanılması uygundur.



"Aklınızda Sağlık"

İLETİŞİM BİLGİLERİ



0 (274) 230 00 56

dishekfak@ksbu.edu.tr

İnköy Mahallesi Eskişehir Karayolu
Bulvarı No:65 Kütahya



Ortodontik Tedavi Sürecinde Ağız
Bakımı Nasıl Olmalı



GÜLSÜM
GÜRAL DİŞ
HEKİMLİĞİ
FAKÜLTESİ VE
HASTANESİ

ORTODONTİ KLİNİĞİ



ORTODONTİK TEDAVİ GÖREN HASTALARDA ORAL HİJYEN

- ✓ Sağlıklı bir ortodontik tedavide ağız ve diş sağlığı oldukça önem taşır. Diş teli kullanan hastalar her gün düzenli olarak diş bakımını yapmalıdır. İyi temizlenmeyen diş yüzeylerinde zaman içinde birçok problemle karşılaşılır.
- ✓ Dişlerde renklenmeler, diş çürükleri, diş eti kanaması ve daha birçok başka sorun ortaya çıkabilir. Bu yüzden ortodontik tedavi gören hastalar ağız hijyeni konusunda daha da dikkatli olmalıdır.
- ✓ Ortodontik tedavi gören kişilerde etkili bir ağız hijyeni çeşitli ekipmanlarla yapılabilir.

DİŞ FIRÇALARI



- ✓ Diş fırçalama günde en az iki kere mümkünse tüm öğünlerden sonra dikkatlice yapılmalıdır.
- ✓ Fırçanın boyutu ağız yapısına uygun olmalıdır.
- ✓ Fırça kılları yumuşak ve esnek olmalıdır.
- ✓ Fırçanın sert kısımları braketlere değmemelidir.

Çeşitli fırça türlerinden kişiye en uygun olanı seçilmelidir:

ELEKTRİKLİ DİŞ FIRÇASI

Braketlere ve diş yapısına zarar vermeyecek şekilde düşük hızda kullanılır.

MANUEL DİŞ FIRÇALARI

ORTODONTİK DİŞ FIRÇALARI

Tasarım olarak geleneksel diş fırçalarından daha farklıdır. Braketin yapısına uygun olacak şekilde dizayn edilmiştir

FIRÇALAMA TEKNİĞİ

Öncelikle braketlerin ön yüzeyleri dairesel hareketlerle her dişe en az 10 kez değecek şekilde fırçalanır.

Ardından braketlerin üst bölgeleri fırça 45 derecelik açıyla tutularak ileri geri hareketlerle diş eti ve braketler arası bölge temizlenir. Aynı işlem braketin alt yüzeyine de uygulanır. Fırçayı, hafif baskıyla, kıllar braketler arasında konumlandırılarak süpürme hareketiyle gıda artıkları uzaklaştırılır. Çiğneyici ve kesici yüzeyler fırçalanır. Son olarak dişlerin iç kısımları da diş etinden diş doğru süpürme hareketiyle fırçalanır.

ARAYÜZ FIRÇALARI

- ✓ Diş ipinin yetersiz kaldığı ya da ulaşamadığı bölgeler için farklı boyutlarda ve çaplarda, özel olarak arayüz genişliğine göre dizayn edilmiş arayüz fırçaları kullanılır



- ✓ Arayüz fırçası, arayüz alanından geniş olmalıdır. Böylece temizleme fonksiyonu daha etkili olur. Dişler arasına yerleştirilip ileri geri hareket ettirilir.
- ✓ Dişlerin fırçalanmasının ardından ağız çalkalanıp temizlenir, sonrasında arayüz fırçasına geçilir. Bütün braket bölgeleri ve dişlerin kontakt alanları temizlendikten sonra ağız su ile çalkalanarak temizlenir.

