

SENSE

dental care



SENSE

OUR SENSE IS YOUR HEALTH

Юлия Черепинская
Алина Рапота



ЦЕЛЬ СОЗДАНИЯ этой брошюры – объяснить пациентам, что профилактика – это лучшее лекарство, которое предотвращает целый ряд стоматологических заболеваний. Мы хотим помочь вам выбрать и приобрести качественные и действительно эффективные средства индивидуальной гигиены полости рта. В шумных рекламных кампаниях конкурирующие производители обычно не приводят научных доказательств эффективности тех или иных средств гигиены, навязываемых потребителям. Обычной зубной щётки для полноценной чистки зубов недостаточно, необходимо применять дополнительные средства. Брошюра издана **не в коммерческих целях**: мы очень надеемся, что наши рекомендации станут **необходимым подспорьем для правильного ухода за полостью рта**.

ДОКТОРА стоматологического центра SENSE относятся к вашим зубам с любовью и заботой, мы стремимся сберечь каждый зуб пациента. И мы уделяем очень много внимания качественной гигиене полости рта, как профессиональной, так и индивидуальной: это залог успешного лечения, доверительного сотрудничества и действенной профилактики большинства стоматологических заболеваний. Мы рекомендуем выбирать средства гигиены вместе с вашим гигиенистом и по возможности полностью отказаться от непроверенной специалистами продукции масс-маркета. **Подбор эффективных средств гигиены и правильная методика их применения – залог здоровой и сверкающей улыбки!**

Мы проделали огромную работу, и в основу наших рекомендаций по подбору средств ухода за полостью рта положены:

- научные исследования и советы международных экспертов;
- анализ полученных положительных результатов при лечении пациентов с заболеваниями пародонта;
- многолетний опыт гигиенистов и врачей-пародонтологов нашей клиники.

Мы благодарны за то, что вы доверяете нам ваше стоматологическое здоровье, и относимся к этому с большой ответственностью.



ПОЛОСТЬ РТА — это открытая экосистема, и в ней всегда присутствуют бактерии, которые стараются заселить все доступные зоны. На сегодняшний день в полости рта обнаружено сотни видов бактерий; по большей части они находятся в состоянии «экологического баланса» и не приводят к заболеваниям. Если колонии бактерий находят место для скопления, то формируется микробный зубной налёт, в современной трактовке — **биоплёнка**, которая и является причиной большинства стоматологических заболеваний.

БИОПЛЁНКА активно формируется на закрытых поверхностях зубов, там, где они плохо самоочищаются. Она устойчива к антибиотикам и антисептикам. Шероховатые и трудноочищаемые участки создают условия для скопления зубного налёта. Зрелая биоплёнка в пришеечной части зуба разрыхляет десну, после чего бактерии проникают под неё. Развивается гингивит, формируется десневой, а впоследствии и пародонтальный карман, в котором образуется тёмный, жёсткий зубной камень, который трудно удалить. Для обнаружения биоплёнки применяют красители в виде таблеток, ополаскивателей, спреев. Интенсивность окрашивания биоплёнки зависит от того, как долго она формировалась. Самый правильный путь борьбы с ростом и развитием над- и поддесневой биоплёнки — её механическое разрушение при помощи правильных движений зубной щётки. Правильная чистка зубов — это и эффективное лечение, и профилактика заболеваний пародонта. «Свежий» зубной налёт можно удалить в домашних условиях. «Зрелый» зубной налёт может удалить только гигиенист в профессиональных условиях. **Основной способ борьбы с биоплёнкой — качественная гигиена полости рта в домашних условиях.**

ИНДИКАТОР НАЛЁТА – это средство контроля качества индивидуальной гигиены, которое рекомендуется периодически использовать как взрослым, так и детям во время вечерней чистки зубов.

Способ применения: почистить зубы средствами, подобранными врачом, после чего воспользоваться индикатором, который окрасит участки, где осталась биоплёнка. Далее ваша задача – доработать окрашенные участки, ещё раз почистив зубы.

Это средство помогает сформировать привычку идеальной гигиены полости рта, предотвратить заболевания дёсен и зубов, наглядно обучить качественной чистке как детей, так и взрослых. **Рекомендуем контролировать гигиену полости рта при помощи красителей 1–2 раза в месяц в вечернее время.**

ОБРАЗОВАНИЕ ЗУБНОГО КАМНЯ происходит в несколько этапов. Сначала это просто мягкий налёт (биоплёнка), который остаётся на зубах из-за некачественной чистки. Но что же дальше? Слюна непрерывно выделяет минеральные компоненты, которые предназначены для насыщения эмали зубов; но если на зубах есть мягкий налёт, то происходит его минерализация. Таким образом, если не счистить мягкий налёт, уже через несколько недель формируется слабоминерализованный зубной камень, удалить который самостоятельно невозможно.

На образование камня влияют и такие факторы, как состав и вязкость слюны, характер питания, качество установленных пломб, коронок и мостовидных протезов. **Важно также, насколько регулярно вы посещаете врача-стоматолога и гигиениста:** они помогут обратить внимание на те участки, где необходим более тщательный уход.





SENSE
sense.dental

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА – это основной метод профилактики кариеса и заболеваний тканей вокруг зубов. Мы всегда напоминаем, что чистые зубы не болеют кариесом, а полное излечение при гингивите и пародонтите – в ваших руках! Успех напрямую зависит от качества индивидуальной гигиены полости рта. Средства гигиены назначаются индивидуально, поэтому она и называется «индивидуальной гигиеной». Эффективнее всего обучать пациента чистке зубов, демонстрируя принципы на модели челюстей с зубными рядами, а потом в полости рта. Задача врача – сделать так, чтобы ежедневная чистка зубов приносила удовольствие, была максимально простой и результативной.





УРОК ГИГИЕНЫ – это неотъемлемая часть успешного лечения, качественной профилактики и здоровой улыбки. Мы уделяем особое внимание обучению индивидуальной гигиене, подробно разбирая методы и средства ухода за полостью рта. Как ни удивительно, печатных инструкций недостаточно, чтобы улучшить навыки индивидуальной гигиены. А ещё пациенты при выборе гигиенического средства зачастую обращают внимание только на внешний вид, пренебрегая нюансами и показаниями. Такой подход может свести на нет эффективность даже самых передовых средств гигиены. **Урок гигиены помогает приобрести навыки идеального ухода за полостью рта, предотвратить заболевания дёсен и зубов.** Это неотъемлемая часть нашего пути к единой цели – сохранению зубов.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ГИГИЕНА ЗУБОВ – это процедура, в ходе которой врач или гигиенист полирует зубы и реставрации, устраниет незначительные зубные отложения и пигментированный налёт. Данная процедура проводится 1–2 раза в год пациентам со здоровым пародонтом и тем, кто эффективно соблюдают рекомендации по уходу за полостью рта. Если же пациенты находятся в процессе поддерживающей терапии пародонта или ортодонтического лечения, профилактическую гигиену нужно делать 3–4 раза в год.

В процедуру профилактической гигиены входит:

- окрашивание зубного налёта;
- удаление пигментированного налёта и полировка поверхности зуба с помощью хендибластера и порошка с минимальной абразивностью;
- полировка эмали и реставраций с помощью паст и других полировочных инструментов;
- обработка межзубных промежутков флоссом и при необходимости штрипсой.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА – это комплекс мероприятий, направленных на борьбу с зубными отложениями, а также на профилактику и раннее выявление различных стоматологических заболеваний. Она показана взрослым, подросткам и детям. Врач или гигиенист одновременно работает и со всей полостью рта, и с каждым зубом в отдельности. Благодаря этому он может выявить проблему на ранних стадиях. Профессиональная гигиена включает удаление над- и поддесневых зубных отложений на глубине до 4 мм, устранение нависающих краёв реставраций и случайно выявленных излишков фиксирующего цемента, а также ряд диагностических манипуляций. Профессиональную гигиену необходимо проводить 1–2 раза в год пациентам со здоровым пародонтом и 3–4 раза в год с заболеваниями пародонта, при наличии дентальных имплантов и брекет-системы. **Помните: смысл профессиональной гигиены в том, чтобы убрать минерализованные зубные отложения и пигментированный налёт, а смысл домашней гигиены – борьба с биоплёнкой и мягким налётом.**

В процедуру профессиональной гигиены входит:

- окрашивание зубного налёта;
- удаление минерализованных зубных отложений (зубных камней) при помощи ультразвукового и звукового оборудования с различными насадками;
- над- и поддесневой скейлинг с применением ручных инструментов – скейлеров;
- удаление пигментированного налёта и полировка поверхности зуба с помощью хендибластера и порошка с минимальной абразивностью;
- полировка эмали и реставраций с помощью паст и других полировочных инструментов;
- обработка межзубных промежутков флоссом и при необходимости штрапсой.





ВЫБОР ОБЫЧНОЙ ЗУБНОЙ ЩЁТКИ сводится к очень простым правилам:

- щетина должна быть равномерной;
- жёсткость должна быть небольшой; в сочетании с количеством щетинок и правильной методикой чистки это позволит максимально эффективно очищать поверхность зубов от биоплёнки;
- обращайте внимание на плотность расположения щетинок (например, в щётке CURAPROX super soft содержится 3940 щетинок, в CURAPROX ultra soft – 5460);
- некоторым пациентам мы советуем пользоваться щёткой фирмы MIRADENT, так как у неё более длинная и конусно заострённая щетина, предназначенная для более тщательной очистки труднодоступных мест (например, при скученности зубов);
- выбирать подходящую именно вам зубную щётку лучше индивидуально вместе с гигиенистом или врачом на уроке гигиены, а также основываясь на ваших личных наблюдениях и ощущениях.

Европейская федерация пародонтологов рекомендует щётки с небольшими головками и закруглёнными щетинками средней жёсткости (например, CURAPROX). Американская ассоциация пародонтологов рекомендует щётки с заострёнными и мягкими щетинками (например, MIRADENT). При этом все согласны, что **качество синтетики щетины должно быть высоким и что только комбинация механической щётки, флосса и ерша обеспечивает максимально эффективную чистку.**

МОНОПУЧКОВАЯ ЗУБНАЯ ЩЁТКА разработана для дополнительного ухода и показана:

- при скученности зубов;
- в области зубов мудрости;
- в труднодоступных участках;
- при наличии брекет-системы и других ортодонтических конструкций, мостовидных протезов, имплантатов;
- для ухода за зубным рядом, в котором есть широкие межзубные промежутки (диастемы, трёмы);
- при повышенном рвотном рефлексе.



ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПРИ ЧИСТКЕ зубов обычной (мануальной) щёткой:

- щётку держим как шариковую ручку;
- чистим каждую челюсть по очереди, по возможности уделяя внимание всем пяти поверхностям каждого зуба;
- щетины направлены к десне под углом 45°;
- движения массажные, круговые, с упором на границу между зубами и дёснами;
- время чистки индивидуально, но не меньше 2 минут;
- труднодоступные участки тщательно очищаем отдельно 2–3 раза в неделю;
- меняем щётку по мере деформации щетины, совсем не обязательно делать это каждые 3 месяца.

Помните: чистка зубов перед сном значительно важнее, так как ночью естественный механизм самоочищения полости рта полностью выключается. Неправильный подбор щётки и агрессивная методика чистки могут привести к необратимым повреждениям зубов и дёсен.





ЗВУКОВАЯ ЗУБНАЯ ЩЁТКА эффективнее справляется с чисткой зубов, чем обычные щётки, особенно в труднодоступных участках. Преимущества обеспечивают амплитудные колебательные движения щетины и гидродинамический эффект. Звуковые колебания с частотой 20–40 тысяч герц бережно воздействуют на ткани зуба и разрушают биоплёнку. Доказано на практике, что звуковые щётки более эффективны, чем мануальные, для удаления налёта и контроля гингивита. Сейчас они уже стали «золотым стандартом» современного ухода за зубами.

Преимущества звуковых щёток:

- максимально качественная очистка поверхности зубов;
- профилактика заболеваний десны и кариеса;
- улучшение микроциркуляции крови в дёснах;
- щадящее воздействие на эмаль, реставрации, ортопедические конструкции, брекет-системы;
- удобны в эксплуатации для всех членов семьи, в путешествиях;
- имеют различные по интенсивности режимы;
- снабжены сменными насадками;
- в комплектацию входит дополнительная уникальная монопучковая насадка для очистки труднодоступных мест (используется в области скученности зубов, при наличии брекет-системы, для чистки зубов мудрости, имплантов и т. д.);
- нет необходимости в привычных движениях во время чистки зубов;
- щетину щётки нужно переставлять с оптимальными временными интервалами от одного зуба к другому;
- дают возможность чистить зубы комфортно и качественно даже без зубной пасты.

Противопоказаний для использования звуковых щёток нет. В нашей практике мы всегда рекомендуем звуковую щётку, кроме случаев, когда пациент категорически не хочет ею пользоваться.

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ ЗУБНЫЕ ЩЁТКИ активно продвигаются на мировом рынке компаниями-лидерами (Philips и Oral B) и хорошо известны потребителю. Эти компании также соревнуются между собой по количеству публикаций, доказывающих преимущества различных ноу-хау. Есть разные виды электрических щёток: по ротационно-осциллирующему принципу движения головки, по расположению щетинок, по различным режимам работы. Применение таких щёток существенно экономит время: около 3–4 секунд на одну из поверхностей каждого зуба. Но, к сожалению, труднодоступные и узкие места (зубодесневое и межзубное пространства) остаются неохваченными, и поэтому электрические щётки уступают звуковым. Хотя нет данных об отрицательном влиянии электрических зубных щёток на мягкие или твёрдые ткани, продолжается работа по оптимизации встроенных датчиков, контролирующих давление руки. С другой стороны, отрицательное влияние может оказывать и сам пациент, если будет создавать чрезмерное давление, даже используя самую обычную мануальную щётку с жёсткой щетиной. Разработчики утверждают, что за один и тот же временной интервал невозможно вычистить зубы мануальной щёткой так же хорошо, как электрической или звуковой. Врачи стоматологии SENSE считают, что преимущества звуковой щётки перед электрической неоспоримы.





МЕЖЗУБНЫЕ КОНТАКТНЫЕ ПОВЕРХНОСТИ занимают 40% от всей поверхности зуба. Риск развития кариеса и заболеваний десны особенно велик в зоне между зубами.

Для очищения межзубных контактных поверхностей используют зубной флосс и интердентальный ёрш 1–2 раза в день. Для передних зубов рекомендуется применять флосс, для боковых – флосс и ёрш. К передним зубам относятся 6 зубов вверху и 6 внизу, им соответствуют 5 межзубных промежутков; от центральной линии до клыка.

Лучше всего с очищением межзубных промежутков справляется разволокняющийся, или Super floss, так как именно эти виды флоссов предназначены для удаления мягкого налёта с межзубной поверхности зубов. Напоминаем, что флоссинг в боковых участках может предотвратить кариес и гингивит, но не эффективен при пародонтите.

Интердентальный ёрш подбирается индивидуально вместе с гигиенистом или врачом в зависимости от формы и размера межзубного промежутка. Основной принцип при подборе: ёрш должен заходить с небольшим усилием, но не травмировать межзубной сосочек. На первых порах это нужно делать перед зеркалом. Следите, чтобы щетинки ёрша полностью заполняли межзубной промежуток. Пока нет научных данных о том, как форма ёршей, характеристики щетины и качество стержня влияют на эффективность. Отдавайте предпочтение долговечности и удобству в применении. Врачи стоматологии SENSE советуют использовать ёрши INTERPROX в сочетании с разволокняющимися флоссами VITIS и TEBOBOND, суперфлоссами Oral-B, CURAPROX. Это даст лучшее соотношение цены и качества.

ЗУБНАЯ ПАСТА – это вспомогательное средство гигиены. Она улучшает очистку зубов от налёта за счёт абразивных веществ, дезодорирует полость рта и может оказывать целый ряд лечебно-профилактических эффектов. Мало кто знает, что зубная паста не должна содержать пенообразующие компоненты (лаурилсульфаты) и парабены (химические консерванты). Лаурилсульфаты способны вызывать раздражение, сухость полости рта и аллергические реакции, а консерванты токсичны. Пасты с антисептическими компонентами, такими как хлоргексидин, гексидин, триклозан, можно использовать только по назначению врача. Если пациента беспокоит повышенная чувствительность зубов, мы рекомендуем пасты, в состав которых входят фторид олова, аргинин, кальция натрия фосфосиликат и стронций.

Необходимый компонент зубных паст – частички абразива. Степень механического воздействия пасты на зубы выражена индексом абразивности, который указывают на упаковках сокращением RDA и цифрами. Для чувствительных зубов RDA должна быть в пределах 0–25, при наличии композитных реставраций – 25–50, для детей и взрослых при регулярной чистке – 50–80, для эффекта отбеливания – до 80–100 на период не более 2 недель. Пасты с индексом RDA более 100 применяются только в профессиональных условиях гигиенистом или врачом-стоматологом. Врачи-стоматологии SENSE не рекомендуют использовать зубные пасты с RDA более 50, потому что пасты с высоким индексом RDA могут повреждать поверхность эмали и композитных реставраций. После них остаётся микрощероховатость, быстро приводящая к скапливанию пигментов и пищевых красителей. Независимо от выбора щётки, не используйте абразивные зубные пасты! **Вредное влияние высокой абразивности зубных паст на мягкие ткани не доказано, но в сочетании с жёсткой щетиной и агрессивной техникой чистки они могут вызвать пришеечные дефекты твердых тканей зуба и рецессию десны (оголение корня зуба).**





ДЕТЬЯМ чистку зубов необходимо начинать с появления первого молочного зуба (6–8 месяцев). Вырабатывать привычку очищения межзубных промежутков следует с 4–5-летнего возраста. **Родители отвечают за чистку зубов у детей до тех пор, пока ребёнок не научится каллиграфически писать или быстро завязывать шнурки (приблизительно до 8–10 лет).** Электрические и звуковые зубные щётки можно начинать использовать с 4 лет. Помните: дети имитируют поведение взрослых, повторяют действия своих родителей. Поэтому необходимо показать, что гигиена ротовой полости важна для вас, легка и интересна.

В детских пастах важным компонентом является фтор, так как этот элемент – один из основных, участвующих в минерализации эмали зуба. При выборе паст обращайте внимание на аббревиатуру ppm, которая обозначает концентрацию ионов фтора. Для детей до 6 лет рекомендуемое число единиц – 1000 ppm, для детей 6 лет и старше – 1400 ppm. Пасты для детей от 0 до 2 лет и от 2 до 6 лет разрабатываются с учётом того, что дети наверняка будут их глотать; поэтому, как правило, все эти пасты максимально безопасны. Если ваши дети проходят ортодонтическое лечение с целью исправления прикуса при помощи съёмных пластиночных аппаратов, обязательно помнить, что аппарат тоже нуждается в очистке. Для этого были специально разработаны очищающие таблетки (читайте далее).



ОПОЛАСКИВАТЕЛИ предназначены для заключительного этапа гигиены полости рта. Их применяют в первую очередь с лечебной целью и лишь затем ради ощущения свежести. Важно знать, что полость рта – начальный отдел пищеварительной трубы, где происходит активный процесс расщепления и всасывания химических элементов напрямую в кровяное русло. Именно поэтому призываем вас обращать внимание на состав выбранного ополаскивателя. Категорически противопоказано использовать ополаскиватель, в составе которого содержится спирт, так как это нарушает физиологические процессы в полости рта. Одним из самых распространённых соединений, входящих в состав лечебно-профилактических ополаскивателей для тканей пародонта, является хлоргексидин (CHX). CHX 0,12% или 0,2% может применяться строго индивидуально, только по назначению врача, после хирургического вмешательства и/или на этапах пародонтологического лечения сроком до двух недель. CHX 0,005% можно применять на постоянной основе при проблемах с пародонтом. Уникальная особенность CHX – формирование депо его молекул в полости рта. Отрицательное влияние CHX заключается в окрашивании зубов и языка, цитотоксическом воздействии, аллергических реакциях. На сегодняшний день существуют формы ополаскивателей на основе CHX, которые не окрашивают зубы, но при этом и не оказывают нужного эффекта.

Действие ополаскивателей, препятствующих образованию налёта, основано на четырёх механизмах:

- противодействие адгезии бактерий на поверхности зуба и формирование плёнки, защищающей от бактерий;
- бактерицидный и/или бактериостатический эффект – противодействие пролиферации и коагрегации бактерий на поверхности зуба;
- разрушение биоплёнки, сформированной на поверхности, то есть разрушение химических связей внутри биоплёнки, а также между поверхностью зуба и самой биоплёнкой;
- изменение патогенности биоплёнки и улучшение работы иммунной системы.

ЭССЕНЦИАЛЬНЫЕ ОПОЛАСКИВАТЕЛИ, ГЕЛИ, СПРЕИ в состав которых входят натуральные компоненты (например, TEBOODONT с природным антисептиком – экстрактом чайного дерева), можно применять как на регулярной основе, так и при острых или хронических воспалительных процессах в полости рта (афтах, травмах слизистой, гингивите, пародонтите).

Роль врача при подборе ополаскивателя заключается в том, чтобы оценить состояние тканей ротовой полости. На основании такой оценки врач решает, что важнее: помешать микробному налёту скапливаться на поверхности зубов или «напитать» эмаль микроэлементами. Искусственно придавать свежесть дыханию не имеет смысла, пусть лучше врач поможет вам устраниТЬ причину неприятного запаха изо рта, то есть галитоз.

Техника применения, как правило, одинакова: после чистки зубов 1–2 раза в день набрать в рот примерно глоток неразведённого средства и полоскать в течение одной минуты. Глотать ополаскиватель нельзя!

СКРЕБОК ДЛЯ ЧИСТКИ ЯЗЫКА помогает справиться с бактериальным налётом, токсинами, остатками пищи и различными скоплениями на поверхности языка. Кроме того, эпителий языка имеет свойство слущиваться, а отмершие клетки накапливаются в естественных трещинках и бороздках, создавая благо-приятную среду для размножения бактерий. В дальнейшем это может стать одной из причин неприятного запаха изо рта. Скребки для языка были разработаны специально для очищения от разных видов налёта. Язык отвечает за вкусовое восприятие, поэтому его чистка – важное утреннее гигиеническое мероприятие. Освободив вкусовые рецепторы от налёта, вы получите более яркие вкусовые ощущения. Как ни удивительно, благодаря этому люди начинают меньше есть. Когда восприятие вкуса притупляется, это приводит к перееданию и избыточному весу.

Помните: зубные щётки непригодны для очистки языка, поскольку они предназначены для зубов!





ИРРИГАТОР – это дополнительное средство гигиены, которое обладает следующими преимуществами:

- уменьшает риск развития заболеваний тканей пародонта более чем на 20%;
- улучшает гигиену в трудноочищаемых местах на 50%;
- уменьшает риск развития бактериального налёта более чем на 20%.

Ирригатор помогает вымыть остатки пищи из-под ортопедических конструкций, но не может заменить основные средства гигиены (мануальную или звуковую щётка, флосс, ёрш) и не обеспечивает качественную очистку полости рта. Если нет прямых показаний к применению ирригатора, мы считаем правильным освобождать наших пациентов от дополнительных и сложных в использовании средств гигиены.



ОЧИЩАЮЩИЕ ТАБЛЕТКИ помогают химическим способом избавиться от остатков скопившегося налёта в углублениях съёмных пластиновых аппаратов и ортопедических съёмных протезов. Их применяют, когда невозможно качественно очистить аппарат механическим способом. Мы рекомендуем использовать специальные очистительные таблетки в дополнение к ежедневной очистке пластин и протезов щёткой и пастой. Таблетка легко растворяется в ёмкости с водой, куда помещается ортодонтический аппарат или ортопедическая конструкция. Время экспозиции составляет 15–30 минут, после чего очищенное изделие нужно промыть под проточной водой.

ДОМАШНЯЯ ГИГИЕНА ЗУБОВ НА ИМПЛАНТАХ должна проводиться тщательней и аккуратней, чем в области естественных зубов, чтобы не допустить ни механической травмы, ни воспаления тканей вокруг импланта. Ведь защитно-приспособительные силы тканей вокруг имплантов существенно ниже, чем у тканей вокруг естественных зубов. Есть данные, что применение зубной нити для чистки вокруг импланта может привести к застреванию обрывков флосса в области фиксации импланта и искусственной коронки зуба. Следствием этого может быть формирование хронического воспаления и даже абсцесса.

Мы предлагаем опираться на данные научной литературы: максимально эффективен ёрш, а ирригатор не даёт существенных преимуществ. Большинство учёных утверждают, что корректное применение суперфлосса и межзубных ёршей в области имплантов – обязательная процедура; все открытые межзубные промежутки следует очищать ёршами ежедневно. **Важное условие – избегать травмирования десны при использовании ёршей и учитывать плотность прилегания мягких тканей к зубам на имплантатах.** В остальном индивидуальная гигиена у пациентов с имплантами проводится стандартно.



SEASIDE



МЕСТО ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ И ЗАМЕТОК:



НАШИ КОНТАКТЫ:

+380 (97) 197 62 23

+380 (98) 489 08 64

Харьков, ул. Конторская 5-Б

e-mail: sense.dental.center@gmail.com

www.sense.dental

[youtube: sense dental](#)

[insta&fb: sense.dental](#)





