

Részletes tájékoztató a fogsabályzó használatához és tisztításához

Kedves Pácienseink! Ebben a tájékoztatóban összegyűjtöttünk minden fontos információt, amire szüksége lehet a fogsabályzó viselése és karbantartása során. Célunk, hogy segítsük Önöket a fogsabályzóval kapcsolatos napi rutinok megfelelő kialakításában.

A fogsabályzó napi tisztítása

1. Alapvető tisztítási szabályok:

- Minden étkezés után tisztítsa meg a fogsabályzót és a fogakat, hogy elkerülje az ételmaradékok felhalmozódását.
- Naponta kétszer, reggel és lefekvés előtt végezzen extra alapos tisztítást.

2. A tisztítás eszközei és technikái:

- Használjon puha sörtéjű, manuális vagy elektromos fogkefét. Az elektromos fogkefe nagyobb feje esetenként nehezebbé teheti az apró részletek elérését. A fogmosás hatékonysága nem a fogkefe típusán múlik
- A fogköztisztító kefék különböző méretei közül válassza ki a legnagyobbat, amely még kényelmesen használható és befér a bracketek közé vagy a fogak közötti résekbe
- A fogsabályzó és a fogak közötti területeket körkörös mozdulatokkal, nem oda-vissza sikálással tisztítsa.

3. Speciális tisztítási segédeszközök:

- Alkoholmentes szájbölgető használata kisebb szájszék (afták) esetén ajánlott, de ez nem helyettesíti a fogmosást.
- Plakk-festő tableta: fogmosás előtt vagy után rágja el, hogy láthatóvá tegye a lepedéket és segítse a fogmosási technika fejlesztését.

További segítség: <https://www.youtube.com/watch?v=8tEPHrCizjM>

Étel- és italfogyasztási útmutató fogsabályzóval

1. Kerülendő élelmiszerek:

- Ragadós, karamellás édességek, rágógumik, valamint kemény ételek, mint pl. nyers zöldségek vagy kemény csokoládé.
- Minden kemény ételt apróra vágva fogyasszon, hogy elkerülje a fogsabályzó sérülését.

2. Ajánlott fogyasztási szokások:

- Kerülje a nem élelmiszer tárgyak (pl. ceruzák, vonalzó) rágását, mert ezek sérthetik a fogsabályzót.

A fogsabályzóval kapcsolatos egyéb tanácsok

- **Védőviasz használata:** Amennyiben a fogsabályzó egyes részei irritálják a szájnyálkahártyát, fedje le őket védőviasszal.
- **Ragasztás utáni teendők:** A fogsabályzó ragasztása után két óráig kerülje az étkezést, hogy a ragasztó anyag megszilárdulhasson.
- **Komfort és fájdalom:** Az első napokban érezheti a fogsabályzó nyomását, feszítését, ami normális. Szükség esetén fájdalomcsillapító szedése megengedett.

A fogsabályozás egy hosszútávú elköteleződést igényel mind a páciens, mind a kezelőorvos részéről. Reméljük, hogy ez a tájékoztató segít Önnek abban, hogy a lehető legjobban gondozza fogsabályozóját.

Sürgősségi Eljárások Fogsabályozás Esetén

Ebben az útmutatóban részletesen tárgyaljuk azokat a helyzeteket, amelyek sürgősségi beavatkozást igényelhetnek, ha Ön fogsabályzót visel. Célunk, hogy világosan elmagyarázzuk, milyen lépéseket tehet otthon, és mikor szükséges szakember segítségét kérni.

Mit tehet otthon a páciens?

1. Ételmaradék eltávolítása:

Ha ételmaradék ragadt a fogsabályzóba, használjon fogselymet, fogköztisztító kefét vagy fogpiszkálót. Egy kis csomó kötése a fogselyem közepére segíthet hatékonyabban eltávolítani a makacs ételmaradékokat.

2. Gumiligatúra vagy drótlánc leesése:

Ha egy gumiligatúra leesik, próbálja meg csipesszel óvatosan visszahelyezni. Amennyiben teljesen leesik, nincs teendő. Drótligatúra esetén, ha az kilóg és irritálja az ajkát, használjon fültisztító pálcát vagy szemöldök csipeszt a végének behajlítására. Próbálja az ív/ bracket alá hajlítani.

3. Diszkomfort érzés:

A fogsabályzó beállítása után érezhet kisebb fájdalmat vagy kellemetlenséget. Lágymű ételek fogyasztása és meleg vízzel öblögetés javasolt enyhítésre.

4. Szájnyálkahártya irritációja:

Ha a fogsabályzó irritálja a száját, helyezzen egy kis viaszt az érintett területre. Ez csökkentheti a súrlódást és megvédheti a száj belső felületeit. Amennyiben a fogsabályzó nagyobb sebeket okozott használhat alkoholmentes szájvizet, Gengigélt, Anaftint stb.

5. Kilógó drót:

Ha egy drót kilóg és irritálja, próbálja meg szemöldök csipesz segítségével a fogfelszínhez nyomni. Ha nem tudja biztonságos helyzetbe állítani, fedje le viasszal.

Amennyiben a kezelés elején az ív kiugrik a leghátsó fogon lévő tubusból, próbálja meg a tubusba visszahelyezni. Az ív rugalmasan hajlítható.

Mikor szükséges orvosi segítséget kérni?

1. Meglazuló bracketek, drótok vagy fogsabályzó elemek:

Leesett bracket, tubus nem minősül sürgősségi állapotnak csak, ha a nyálkahártyát szúrja vagy vágja. Ilyen esetben a mozgó alkatrészt eltávolítjuk, ragasztása a következő előre megbeszélt időpontban történik.

Azonnali ellátást igényel a beragasztott tágitó eszközök leesése (hyrax készülékek). Amennyiben ezek az eszközök meglazulnak azonnali ellátás – visszaragasztás szükséges!

2. Lenyelt vagy belélegzett alkatrész:

Leesett bracket / tubus lenyelése előfordulhat, nem okoznak a tápcsatornában problémát. Nagyobb

alkatrészek (pl. gyűrű, száypadív) lenyelése esetén a kezelőorvost értesíteni kell. Ha a páciens fulladozik vagy erősen köhög, az alkatrész belélegzett lehet. Ilyen esetben azonnal hívja orvosát.

3. Folyamatos vagy erősödő fájdalom:

Ha a diszkomfort érzés nem csillapodik, vagy erősödik, forduljon fogorvosához. Nyálkahártyába nyomódó alkatrészek is sürgősségi ellátást igényelnek.