



## کلینیک دندانپزشکی دکتر اعتمادی فر

چنانچه مراقبتها را انجام دادید مشکلی برای دندان شما پیش آمد و قصور از جانب کلینیک باشد، تشریف بیارید و رایگان تصحیح بشود. ما همیشه هستیم و هر ناراحتی درد و مشکلی با درمانتان داشتید یک هفته یکماه یا سالها بعد، لطفاً مراجعه کنید

اگر مشکلی دارید برای ما پیام بگذارید.

### مراقبتهای پس از ارتودنسی:

ارتودنسی به زبان ساده علم جابجا کردن دندانها می باشد. کسانی که دچار مشکلات فکی، انحنا و کجی دندانها، فواصل بین دندانها، تنگی کام ..

اگر بیمار دارای این مشکلات باشد درمان پیشنهادی ما ارتودنسی هست. در ارتودنسی به این گونه عمل می شود که روی دندانها براکت چسبانده می شود و سپس تحت نیروهای خاصی دندانها جابجا می شوند. در ارتودنسی فرم فک و چینش دندانها تصحیح می شود. کشیدن دندان در ارتودنسی امری علمی و رایج است.

### مراقبتهای قبل و بعد از ارتودنسی:

رعایت نظم در مراجعات به متخصص ارتودنسی بسیار مهم است. قبل از درمان حتماً چکاپ کامل انجام شود. یکی از نکات مهم در هنگام درمان ارتودنسی این است که فرد به شکل کاملاً منظم به متخصص ارتودنسی مراجعه کند. این مراجعات صرفاً جهت کنترل دستگاهها نیست بلکه در هر جلسه بنا به ضرورت، دستگاهها تنظیم و فعال می شوند تا درمان ارتودنسی به بهترین شکل انجام شود. هرگونه وقفه از جانب بیمار مسیولیت برعهده بیمار است و چنانچه بیش از 4 ماه از درمان گذشته باشد و بیمار مراجعه نکند درمان مجدد و با هزینه روز محاسبه می شود.

### رعایت بهداشت دهان و دندان

دستگاههای ارتودنسی ثابت از لحاظ تجمع مواد غذایی و میکروبی و ایجاد پوسیدگی بسیار مستعد می باشند و همچنین تمیز کردن آنها کمی سخت می باشد. متخصص ارتودنسی کاملاً در مورد چگونگی تمیز کردن دستگاههای ثابت ارتودنسی برای شما توضیح خواهد داد ولی اینجا به نکاتی اشاره می نمایم.

ارتودنسی سبب پوسیدگی دندان نمی شود عدم رعایت بهداشت شما سبب تجمع مواد غذایی و

پوسیدگی می شود

همیشه هنگام تمیز کردن دندانها از یک سمت آغاز کنید و تک تک دندانها را باید پاک نمایید تا به سمت دیگر ختم شود. اگر این نظم رعایت شود پاک کردن تمامی دندانها انجام می‌شود. همواره به یاد داشته باشید که تمیز کردن دندانهای عقبی نیز به خوبی دندان های جلویی به درستی صورت گیرد. پس از تمیز کردن و یا در حین آن دندانهای خود را در آینه مشاهده نمایید که آیا تمامی قسمتها تمیز شده اند و آیا مواد غذایی در بین دستگاهها باقی مانده اند یا خیر. دقت کنید که حد فاصل براکت و لثه را کامل از مواد غذایی پاک کنید .

تمیز کردن دندانهای دارای دستگاه ارتودنسی ثابت مشکل تر از تمیز کردن دندانهای بدون دستگاه می‌باشد. ولی با رعایت بهداشت مناسب می‌توان از ایجاد مشکلات دندانی مانند پوسیدگی و مشکلات لثه جلوگیری نمود. با توجه به وجود دستگاههای ارتودنسی در دهان، استفاده از نخ دندان مشکلتر می‌باشد. ارتودنسیست به شما آموزش می‌دهد که چگونه با نخ دندان مخصوص بین دندانها را تمیز کنید. نخ دندان مخصوص، عبور دادن نخ از زیر سیم های ارتودنسی را تسهیل می‌نماید.

استفاده از دهان شویه ها به همراه مسواک و نخ دندان، باعث تقویت اثر مسواک و نخ دندان و کاهش میکروب ها در محیط دهان می‌گردد. مطالعات نشان داده است که دهان شویه قادر است تعداد میکروبوها در اطراف دستگاههای ارتودنسی را کاهش دهد و سبب کاهش پوسیدگی و بیماری لثه در بیماران ارتودنسی شود.

### **چگونگی مراقبت از دستگاه ارتودنسی**

با انجام درمان ارتودنسی، وضعیت زندگی شما تغییر چندانی نخواهد کرد ولی باید مسایلی را رعایت کرد تا در نهایت دندانهای ردیف و سالم داشته باشید.

غذاهای سخت مانند آجیل، بلال، ذرت بو داده، ته دیگ خوراکی های چسبناک مانند آدامس، گز و تافی می‌توانند موجب آسیب به دستگاههای ارتودنسی شوند لذا باید از مصرف این مواد در طی درمان ارتودنسی خودداری کنید. برای خوردن بعضی از غذاهای سفت مانند سیب یا هویج می‌توان آنها را به قطعات کوچکتر تقسیم کرد . وجود مواد غذایی شیرین در مجاورت براکتها و سیمها و تمیز نکردن آنها می‌تواند شانس ایجاد پوسیدگی دندانها را افزایش دهد. در هنگام ورزشهایی که احتمال ضربه به ناحیه صورت و دندان ها وجود دارد باید از محافظ های مخصوص دندان استفاده شود.

اگر دستگاه متحرک ارتودنسی دارید در ساعاتی که از آن استفاده نمی‌کنید حتماً آنرا در جعبه مخصوص خود قرار دهید. هیچ گاه دستگاه متحرک خود را داخل دستمال کاغذی قرار ندهید چون ممکن است آسیب ببیند.

اگر دستگاه ارتودنسی شکست و یا از جای خود خارج شد سریعاً به ارتودنسیست خود اطلاع دهید. اگر قطعه ای از سیم دستگاه، از جای خود خارج شد و لب و دهان شما را آزار داد قطعه ای موم نرم بر روی این قسمت تیز قرار دهید که تا زمان مراجعه، لب و دهان شما آسیب نبیند.

### **سوالات رایج در مورد ارتودنسی:**

ایا ارتودنسی باعث پوسیدگی دندانها می شود؟ خیر اما در ارتودنسی مراقبت بهداشت بسیار اهمیت دارد  
ایا امکان بازگشت ارتودنسی وجود دارد؟ بله ولی سیم فیکس بسته می شود تا از بازگشت آن جلوگیری شود  
ایا کشیدن دندان در ارتودنسی صحیح است؟بله و جای نگرانی ندارد