

مراقبت های پس از پروتز های دندانی کامل و متحرک: ۱. اطلاعاتی در مورد دست دندان (دنچر) شما:

- عادت به دنچر جدید نیاز به صرف زمان و تمرین دارد. در ابتدا صحبت کردن و جویدن برای شما سخت اما با تمرین، توانایی و اعتماد به نفس شما با دنچر جدید بالا می رود.
- ممکن است برای چند هفته شما پس از گذاشتن دنچر در نقاط خاصی احساس سوزش داشته باشید. لطفاً با کلینیک جهت تعیین وقت برای اصلاحات مورد نیاز دنچر تماس بگیرید.
- هر شب با دقت دنچر خود را از دهان خارج کرده و با استفاده از (denture cleaner) و یا مسواک و خمیردندان دنچر خود را تمیز کنید. سپس دهان خود را با آب شستشو دهید. لازم به ذکر است دنچر خود را بر روی حوله و یا سینک پر شده از آب تمیز کنید تا اگر بصورت تصادفی از دستان شما رها شد آسیب نبیند.
- دنچر خود را در زمان هایی که داخل دهان شما نیست در آب و یا محلول های مخصوص دنچر قرار دهید.
- بسیار مهم است شب هنگام خواب دنچر را از دهان خارج کرده تا به لثه اجازه دهید ریلکس شود.
- تمرین کنید زمانی که غذا می خورید بر روی هر دو سمت غذا را نگه دارید تا بالانس دنچر حفظ شود. همچنین از گاز گرفتن غذاهای سفت جهت جلوگیری از جابجا شدن دنچر خودداری کنید.
- یکبار در سال شما نیاز است به کلینیک مراجعه کنید تا دندانپزشک وضعیت دنچر، بافت لثه و معاینه غربالگری سرطان های داخل دهانی را بررسی کند.
- هر ۲ الی ۳ سال یکبار شما نیاز دارید تا سطح داخلی دنچر خود را جهت نشستن خوب دنچر در داخل دهان اصلاح نمایید (به آن denture reline می گویند)، همچنین denture reline در زمانی که دنچر در داخل دهان شما حرکت می کند و یا لق می خورد نیاز است. تکان خوردن دنچر در داخل دهان باعث می شود که استخوانی که دنچر بر روی آن نشسته است تحلیل رفته و موجب شود که استفاده از دنچر به مرور غیر ممکن شود.

اطلاعاتی در زمینه immediate denture:

تعریف: هر دنچر دندانی متحرکی که بلافاصله جهت جایگزین شدن دندان و یا دندان های کشیده شده ساخته می شود را immediate denture می گویند.



۱. فشار جویدن بر روی دنچر امکان لخته شدن خون و کاهش خونریزی را می دهد. خونریزی کمی ممکن است به مدت ۲ الی ۳ روز ادامه پیدا کند.
۲. در ۲۴ ساعت اول پس از کشیدن دندان کیسه یخ را بر روی صورت مجاور ناحیه ای که دندان کشیده شده است به طور متناوب ۲۰ فرار داده و ۲۰ دقیقه بر دارید.
۳. در هفته اول از غذاهای نرم و مایعات فراوان استفاده شود.
۴. امروز دنچر را از دهان خود خارج ننمایید، اما پس از صرف غذا و یا هنگام خوابیدن ابتدا دهان خود را با آب نمک رقیق ولرم شستشو دهید. (نصف قاشق چای خوری نمک در یک لیوان آب حل کنید)
۵. از فردا با دقت ۲ بار در روز دنچر خود را از دهان خارج کرده و با مسواک و خمیر دندان ویا (denture cleanser) شستشو داده و سپس دهان خود را با آب نمک رقیق شستشو دهید.
۶. به مدت یک هفته هنگام خواب نیز دنچر را از دهان خود خارج ننمایید. پس از یک هفته شب هنگام خواب دنچر را از دهان خارج کرده تا به لثه اجازه دهید ریلکس شود.
۷. ممکن است نقاط خاصی در هنگام ترمیم و تحلیل بافت لثه احساس سوزش داشته باشد. لطفا با کلینیک جهت تعیین وقت برای اصلاحات مورد نیاز دنچر تماس بگیرید.
۸. به علت تحلیل لثه ایی که در ۶ ماه اول اتفاق می افتد، ممکن است احساس کنید که دنچر لق شده است. در این زمان لاینیگ موقت مورد نیاز بر سطح دنچر زده می شود. همچنین از چسب های مخصوص چسباندن دنچر در این زمان نیز می توان استفاده کرد.
۹. پس از تحلیل کامل لثه (حدودا ۶ ماه) لاینیگ دائمی بر روی دنچر شما قرار خواهد گرفت.

رژیم غذایی و دندان مصنوعی:

- علاوه بر ملاحظات کلی در مورد کنترل غذایی، با توجه به اینکه دست دندان کامل، بر روی لثه و فک پایداری کافی را ندارد و به مرور در اثر فشار وارد بر آن لق شده باعث بروز مشکلاتی نظیر تحلیل لثه و استخوان می شود، باید تا حد امکان از رژیم غذایی سفت اجتناب کنید. در صورت لزوم بایستی آنها را به قطعات کوچک تقسیم نموده سپس میل نمود. این نکته در ارتباط با بریج های دندانی نیز باید مورد توجه قرار داد.



- یادگیری جویدن غذاها با دندان مصنوعی نیاز به تحمل و تمرین دارد.

دست دندان مصنوعی و بهداشت:

برای رعایت بهداشت دهان و دندان خود همواره به دستورات دندانپزشک خود توجه کافی داشته باشید. چنانچه شما از دست دندان استفاده می کنید برای رعایت بهداشت دست دندان خود از دستورالعمل های زیر استفاده کنید:

- از مواد شوینده شیمیایی یا خمیر دندان و مسواک با الیاف سفت، برای شستن دست دندان استفاده نکنید زیرا منجر به آسیب دیدن آن می گردد.

- دست دندان را به آرامی استفاده کنید تا اثرات جانبی آن کاهش یابد.

- دست دندان را داخل یک ظرف پر از آب خنک یا ولرم بشوئید. آب گرم ممکن است قالب دست دندان را بهم بریزد.

- برای کاهش احتمال افتادن و آسیب دیدن دست دندان سعی کنید آنرا بروی یک تکه پارچه نرم قرار دهید.

- هر شب قبل خواب، دست دندان را خارج کرده، در داخل محلولی که دندانپزشک شما توصیه می کند قرار دهید. به یاد داشته باشید قبل از استفاده مجدد، حتما آن را با آب بشوئید.

- توجه داشته باشید مسواک مورد استفاده برای دندان های طبیعی را برای تمیز کردن دست دندان استفاده نکنید و به جای آن از یک مسواک نرم دیگر استفاده کنید. با وجود مراقبت های فوق، لازم است در جلسات معاینات دوره ای، از دندانپزشک خود برای تمیز کردن آن با دستگاه های استریلیزاسیون کمک بخواهید.

بهداشت پروتز ثابت:

- در صورتی که از پروتزهای ثابت استفاده می کنید، تلاش کنید با رعایت دستورات دندانپزشک خود، همواره بهداشت دهان خوبی را داشته باشید. برای جلوگیری از پوسیدگی دندان، تنفس بد و بیماریهای لثه، پروتزهای ثابت و سایر دندان های خود را با توجه به آموزش ارائه شده مسواک و نخ بزنید. نکته مهمی که در ارتباط با بریج ثابت وجود دارد، خالی بودن زیر دندان های میانی بریج و افزایش احتمال گیر غذایی می باشد. برای پاک کردن زیر بریج و تماس آن با دو دندان مجاور، از نخ دندان استفاده کنید. در ابتدا باید به کمک یک وسیله حمایتی آن را از زیر بریج بگذرانید و سپس زیر آن را تمیز نمایید.

بهداشت پروتز متحرک:



- چنانچه شما از پروتزهای متحرک استفاده می کنید لازم است مشابه دست دندان مصنوعی آنها را از دهان خود خارج کرده سپس با یک مسواک نرم و آب خنک یا ولرم آنرا تمیز نمایید. سایر دندان های طبیعی خود را نیز با توجه به آموزش ارائه شده در قسمت مسواک زدن و نخ دندان تمیز کنید. دقت نمایید، با توجه به بالا بودن گیر غذایی، ضروری است پس از هر وعده غذایی نسبت به تمیز نمودن بریج های دندانی و سایر دندان ها اقدام کنید.

معاینات دوره ای:

- علاوه بر تمام اقدامات پیشگیری کننده، نقش معاینات دوره ای توسط دندانپزشک، همانند بررسی، ارزیابی میزان کیفیت و نقائص اقدامات پیشگیری کننده است. نیاز به استفاده از مکمل ها و اقدامات حرفه ای توسط دندانپزشک ارزیابی و تجویز می شود. به طور کلی برای پیشگیری و کنترل بیماری در مراحل اولیه باید حداقل دو بار در سال به دندانپزشک خود مراجعه نمایید. در صورت استفاده از دندان مصنوعی معاینات دوره ای توسط دندانپزشک بسیار حائز اهمیت می باشد، زیرا با انجام معاینات دوره ای مطابق با نظر دندانپزشک بسیار حایز اهمیت می باشد، زیرا با انجام معاینات دوره ای مطابق با نظر دندانپزشک خود، پروتزهای داخل دهان کنترل می شود و در صورت لزوم تعمیر یا تعویض می گردد. همکاری بیمار و دقت او در رعایت دستورات بسیار اهمیت دارد.

