



Higiena protezy zębowej

Postępowanie z protezami zębowymi w trakcie ich użytkowania.

Zęby sztuczne w protezach - wymagają tak samo dokładnej pielęgnacji jak zęby naturalne. Proteza zębowa zastępuje jedynie w małym procencie funkcję zębów naturalnych. Nadmierne jej obciążenie spowoduje złamanie lub pęknięci płyty protezy.

Pacjent musi wykazać codzienną szczególną dbałość o protezę zębową.

Nieoczyszczone protezy stanowią siedlisko drobnoustrojów i grzybów drożdżopodobnych. Mogą stanowić przyczynę stanów zapalnych i infekcji, nie tylko błony śluzowej jamy ustnej, ale także gardła i dolnych odcinków przewodu pokarmowego. Znajomość zasad higieny i ich przestrzeganie zapewni komfort przy użytkowaniu protez oraz przyczyni się do utrzymania dobrego stanu tkanek jamy ustnej i całego organizmu pacjenta.

- Protez nie należy użytkować całą dobę. Powinno się zrobić 6-8 godzinną przerwę. Najlepiej, jeśli jest to przerwa nocna, jednakże możliwa jest też przerwa w ciągu dnia np. podzielona na dwie lub trzy krótsze części.

W wyjątkowych sytuacjach lekarz może zalecić całodobowe użytkowanie protez. Zazwyczaj dotyczy to okresu leczenia infekcji grzybiczych oraz pierwszej fazy leczenia implantologicznego lub za pomocą protez natychmiastowych.

- Protezy po wyjęciu z ust na okres 6-8 godzinnej przerwy powinny być przechowywane po ich uprzednim umyciu w specjalnym pojemniku do tego przeznaczonym.
- Protezy powinno czyścić się po każdym posiłku przez 2-5 minut.
- Do czyszczenia protez najodpowiedniejsze są specjalne szczotki o dwustronnej powierzchni czyszczącej o miękkim włosiu. Można też używać szczotki do mycia rąk. Aby prawidłowo oczyścić protezę trzeba starannie szorować wszystkie powierzchnie protezy, a szczególnie te, które stykają się z błoną śluzową.
- Podczas czyszczenia protezy należy trzymać ją nad naczyniem napełnionym wodą - miską lub umywalką aby, podczas przypadkowego upuszczenia protezy zabezpieczyć ją przed pęknięciem.

Do czyszczenia protez należy używać past i proszków specjalnie do tego przeznaczonych. Mają one właściwości przeciwbakteryjne, polerujące i odwadniające. **Można też używać zwykłego nieperfumowanego mydła do rąk.**

Jamę ustną należy przepłukiwać stosując płukanki ziołowe lub antyseptyczne z bakteriobójczymi środkami. W przypadku nieświeżego oddechu, przykrego zapachu z ust, a także stanów zapalnych

błony śluzowej jamy ustnej, dziąseł lub języka pacjenci powinni stosować płukanki antyseptyczne. Specjalnie opracowane bakteriobójcze płyny do dezynfekcji ust są bardzo pomocne w utrzymaniu dobrego stanu higienicznego środowiska jamy ustnej. Błonę śluzową należy masować specjalnymi szczoteczkami przeznaczonymi do tego celu.

- Protezy powinny być odkażane co pewien czas (raz na dwa tygodnie) w roztworach o działaniu bakteriobójczym i antyseptycznym przeznaczonych do tego celu np. płyn eludril. Zabiegi takie należy koniecznie wykonać po przebytej infekcji w obrębie jamy ustnej. Każdorazowo po przebyciu chorób takich jak; opryszczka, aft, zapalenie dziąseł, angina, zapalenie zatok lub gardła należy wymieniać szczotki do protez na nowe dla uniknięcia powtórnie infekcji drobnoustrojami ze szczotek. Raz na tydzień do szklanki wypełnionej wodą (2/3) dodajemy łyżkę stołową wody utlenionej i zanurzamy protezę w kąpieli na 15 minut.

Z powodu zmian zachodzących w jamie ustnej po kilku latach [jest to cecha zmienna i u każdego pacjenta może wystąpić w różnym odstępie czasu] stabilizacja i retencja protez mogą ulec pogorszeniu. Złe przyleganie protezy i zła higiena jamy ustnej powodują urazy błony śluzowej, stany zapalne oraz dolegliwości bólowe.

- **Każdy pacjent powinien pamiętać o wizytach kontrolnych raz na 6 miesięcy.** Pozwoli to na wczesne wychwycenie nieprawidłowości, jakie mogą powstać podczas użytkowania protez.

W przypadku, jeśli wystąpi pieczenie jamy ustnej, a pod protezą pojawi się zaczerwienienie, obrzęk lub przerost błony śluzowej należy się niezwłocznie skontaktować z lekarzem. Mogą to być objawy infekcji, która powinna zostać wyleczona.

Dla prawidłowej higieny jamy ustnej i długiego bezproblemowego użytkowania protez należy przestrzegać kilku podstawowych zasad:

- 6 - 8 godzinna przerwa w noszeniu protez
- przechowywanie protez w odpowiednich pojemnikach
- dokładne mycie po każdym posiłku
- używanie odpowiednich szczotek i środków czyszczących
- dezynfekcja protez raz na dwa tygodnie
- płukanie jamy ustnej preparatami odkażającymi
- do mycia protez nie używaj agresywnych środków czyszczących
- protezy nylonowe, acetalowe i hybrydowe **nie można czyścić** za pomocą coregatabs
- nie zostawiaj protezy na słońcu i w pobliżu źródeł ciepła
- protezy nie są odporne na działanie alkoholi o stężeniu powyżej 40%
- kontakt protezy z niewłaściwymi środkami chemicznymi może spowodować zmianę jej koloru i utratę właściwości fizycznych
- po upływie 4/5 lat należy protezę wymienić na nową

Nieprawidłowa pielęgnacja, brak wizyt kontrolnych mogą doprowadzić do zniszczenia protezy zębowej oraz utratę gwarancji.