



Памятка пациентам



Рекомендации после профгигиены полости рта

После того как Вам провели комплекс профессиональной гигиены полости рта необходимо внимательно прочитать данную инструкцию. Следование ей позволит уменьшить дискомфорт, а также снизит вероятность развития осложнений.

- Не рекомендуется употребление пищи **в течение 2 часов**, а пищи, содержащей красящие компоненты, (кофе, чай; ягодные, фруктовые соки; свекла, морковь, красное вино, свежая зелень — в течение 12 часов).
- Избегайте курения в течение **2-4 (лучше 12) часов**. Не забывайте, что курение вредит Вашему здоровью!
- **В течение 2 часов** не используйте полоскания, пить рекомендуется минеральную воду.
- Появление или незначительное увеличение кровоточивости после чистки может иметь место, но это не должно вызывать беспокойства. Главное — тщательный уход за полостью рта.
- Ухаживайте за зубами, дёснами и языком так, как Вас учит Ваш стоматолог. Регулярно, **как минимум 2 раза в день**, чистите зубы зубной щёткой и зубной нитью. Обязательно замените зубную щетку!
- Чувствительность зубов — явление, не редко возникающее после профессиональной гигиены полости рта. Оно связано с удалением биоплёнки, состоящей из налёта и патогенной микрофлоры. Для снижения чувствительности Вы можете использовать зубные пасты с пометкой «сенситив», избегать приема горячей и холодной пищи **в течение суток**. При длительном сохранении чувствительности зубов, обратитесь к стоматологу.

Пожалуйста, соблюдайте рекомендации Вашего врача!



Адрес:

г. Челябинск
ул. Косарева 63



График:

Пн-Пт: 9-20
Сб-вс: 9-18, Вс: 9-15



Телефоны:

740-50-30
8 (908)-586-90-90