

## Zalecenia dla pacjenta ortodontycznego, noszącego stały aparat

Należy pamiętać, że sukces leczenia ortodontycznego zależy w znacznym stopniu od pacjenta, który musi ściśle współpracować z lekarzem prowadzącym leczenie i bezwzględnie wypełniać zalecenia. Ortodonta odpowiedzialny za Państwa leczenie nie może odpowiadać za Państwa zaniechania.

**1. Higiena jamy ustnej.** Naklejone elementy aparatu ortodontycznego są miejscem zwiększonej retencji płytki nazębnej i resztek pokarmowych. Z tego względu podczas leczenia ortodontycznego należy dokładnie myć zęby pastą po każdym posiłku i używać płynu do płukania jamy ustnej. Należy stosować środki dostępne na rynku, zawierające fluor (*chyba, że lekarz zaleci inaczej*). W przypadku niestosowania się do powyższego zalecenia, dla zachowania zdrowych zębów, lekarz może zdecydować o konieczności zdjęcia aparatu.

**2. Przestrzeganie harmonogramu wizyt.** Wizyty ortodontyczne odbywają się w zależności od rodzaju aparatu co 4-8 tygodni. Nie zgłaszanie się na wizyty powoduje przedłużenie leczenia i zwiększa ryzyko wystąpienia powikłań. W przypadku uszkodzenia aparatu konieczne są dodatkowe wizyty w celu usunięcia usterki i zabezpieczenia prawidłowego działania aparatu.

**3. Czynne uczestniczenie w procesie leczenia.** Niektóre procedury leczenia aparatem stałym wymagają aktywnego uczestnictwa pacjenta w procesie leczenia. Dotyczy to konieczności codziennego noszenia wyciągów międzyszczękowych, wyciągów zewnątrzustnych i aparatów retencyjnych itd.. Brak zaangażowania i systematyczności ze strony pacjenta spowoduje zahamowanie postępów leczenia. Konieczne jest też zgłaszanie na bieżąco swoich spostrzeżeń, dyskomfortu i niepokoju dotyczącego leczenia. Dobra komunikacja pacjent-lekarz zwiększa twoje bezpieczeństwo.

**4. Wzmoczona ostrożność.** Aparat jest z założenia tymczasowo naklejony na zęby pacjenta, gdyż istnieje konieczność jego bezpiecznego zdjęcia po zakończeniu aktywnego leczenia. Z tego powodu jest on narażony na uszkodzenia w przypadku braku ostrożności ze strony pacjenta. Najważniejsze jest uważne spożywanie twardych pokarmów. Nóż i widelec jest najlepszym przyjacielem pacjenta w trakcie leczenia. Twarde pokarmy należy kroić na małe kawałki tak aby nie odgryzać ich przednimi zębami. Nie należy też manipulować przy aparacie np.: długopisem, ołówkiem lub palcem.

Stan po leczeniu jest wypadkową zbiorowego wysiłku ortodonta, personelu gabinetu, ale również pacjentów i ich rodziców. Twój piękny uśmiech i zdrowie zębów zależy również od ciebie.