**INSTRUCŢIUNI PENTRU PURTĂTORUL DE PROTEZĂ**

**În perioada iniţială de adaptare:**

* Este nevoie de timp pentru a vă obișnui cu n oua proteză dentară, deoarece corpul dumneavoastră o consideră ca pe un obiect străin. ***Fiecare persoană are nevoie de o periodă de acomodare diferită.*** Pe măsură ce trece timpul vă veți obișnui cu proteza.
* senzaţia de ,,gură plină” şi creşterea salivaţiei vor trece cu timpul;
* senzaţia de vomă poate dispărea dacă sugeţi o bomboană (gen drops);
* ***dacă*** în timpul acestei perioade apar puncte dureroase în gură, ***prezentați-vă la medic***;
* dacă aveţi senzaţia că mâncarea nu are gust consumaţi mâncăruri sau băuturi calde, cu aromă şi miros mai uşor sesizabile (mai condimentate).
* La început protezele dentare pot părea mari, buzele pot părea împinse mai in față, iar limba prea mare, presată în spatiul devenit brusc prea mic.
* Este posibil să vă muscați obrajii sau limba. ***Nu*** vă îngrijorați, acest lucru se întâmplă pentru că noua proteză dentară își face loc în gură si are o formă cu care nu sunteți obișnuit.

**Vorbirea cu noile proteze:**

* durează să vă obișnuiți - citiți cu voce tare pentru a scurta această perioadă
* repetați cuvintele pe care le pronunțați cu dificultate.
* *închideți și înghițiți înainte să începeți să vorbiți pentru a fi siguri că proteza este la locul ei, în poziția corectă.*

**Cum trebuie să mâncați cu proteza:**

* tăiaţi mâncarea în bucăţi mici, cu ajutorul cuţitului;
* încercați să mestecați ***încet, în ambele părți în același timp***, astfel încât presiunea să fie distribuită uniform, acest lucru vă va ajuta să vă obisnuiți cu modul în care funcționează proteza și *cu cât veți mesteca mai lent cu atât vă veți acomoda mai repede*;
* dacă mușcați cu dinții din față, protezele se vor mișca și vor fi afectate și gingiile;
* evitați mâncărurile lipicioase, cu sâmburi și semințe;
* durează un timp să învățați să mâncați cu protezele. **Niciodată nu o să fie la fel de bine ca atunci când aveați dinți naturali ! *Aveți multă răbdare***;
* **mușchii** trebuie reeducați, astfel că în final **vor ,,ține”** și ei proteza;
* *limba își va găsi până la urmă locul ei.*

**Curăţirea gurii şi a protezelor:**

* curățați și masați zilnic gingiile;
* frecați protezele cu o perie moale și cu detergent lichid de vase;
* **NU** folosiți niciodată pastă de dinți pentru a curăța proteza, ***deoarece este prea abrazivă***;
* este bine ca în timpul igienizarii proteza să fie ținută deasupra unui recipient cu apă. Dacă proteza alunecă, apa va amortiza căderea;
* puteți să lăsați protezele peste noapte în una din următoarele soluții:
  + soluție de curățat protezele din comerț;
  + o linguriță de oțet la un pahar de apă o dată pe săptămână.

**Ce puteţi face şi ce nu puteţi face:**

* folosiți substanțe adezive (Corega, Fixodent) numai la sfatul medicului stomatolog;
* când tușiți, strănutați, căscați sau râdeți protezele se pot desprinde, situatie ce poate fi evitată prin acoperirea gurii cu o batistă sau cu mâna.
* nu încercați niciodată să adaptați sau să reparați singuri protezele;
* prezentați-vă regulat la medic pentru un control de rutină (CEL PUȚIN DE DOUĂ ORI PE AN).

**Protezele nu sunt eterne. La nivelul oaselor şi gingiilor continuă să se producă modificări. Dacă aveţi una din următoarele probleme:**

* mestecare dificilă a mâncării;
* mușcare repetată a obrazului;
* dificultăți în vorbire;
* gingii roșii și inflamate;
* disconfort produs de purtarea protezelor;
* fisuri la colțul buzelor.

**🡺 🡺 ADRESAŢI-VĂ MEDICULUI STOMATOLOG !!!**

**Folosirea adezivului:**

* Chiar dacă protezele dentare sunt perfect ajustate, se pot deplasa pe gingii când mâncați sau vobiți. Acest lucru este perfect normal.
* Adezivii pentru proteze dentare acționează prin crearea unui strat adeziv între proteză și gingii care este mai puternic decât saliva. Acest strat intensifică gradul de prindere și previne miscările și alunecarea protezei. Creează efect de perniță pentru gingii atunci când se presează peste proteză. De asemenea oferă etanșeitatea marginilor protezei dentare.

A diagram of teeth and gums

Description automatically generated

* Prin înbunătățirea menținerii și reducerea mișcărilor adezivul vă poate ajuta să desfășurați mult mai ușor activitățile zilnice precum *mâncatul* sau *vorbitul*.
* ***ADEZIVUL***:
* vă ajută să vă acomodați cu noile proteze
* vă proteșează împotriva punctelor dureroase sau a celor de presiune apărute la nivelul gingiilor atunci când proteza este în faza de adaptare.
* vă ajută să mâncați mai ușor.
* previne sub proteză a resturilor alimentare
* previne frecarea gingiilor care poate duce la apariția iritațiilor
* de asemenea îmbunătățește confortul gingiilor acționând ca o ***pernită*** atunci când se aplică presiuni pe proteză, de exemplu: în timpul mestecatului.