

Аксессуары и предметы по уходу за полостью рта

Каждый наш день начинается с ритуала, ставшего привычным еще с детства — мы чистим зубы. В настоящее время есть широкая альтернатива при выборе предметов по уходу за зубами и ротовой полостью. Какие нужно иметь дома?

- Зубная паста. Большинству из нас подходят профилактические зубные пасты, которые содержат фтор, препятствующий образованию кариеса. Детям рекомендованы специальные детские пасты. Лечебные пасты назначает врач-стоматолог после постановки диагноза.

- Зубная щетка. Самая распространенная и доступная модель электрических зубных щеток - механическая. Не всегда рекомендуется использовать их пациентам с истонченной эмалью, недостатком кальция и фтора в тканях. Электрической щеткой проще чистить зубы за счет движения щетинок, что уменьшает износ зубных тканей и раздражение десны.

- Скребок. Проводить процедуру следует после чистки зубов: от корня языка к кончику легкими подметающими движениями, налет нужно убрать, и язык снова станет нежно-розового цвета.

- Ополаскиватель. Две основные группы: лечебные (против возникновения кариеса, зубного камня, для профилактики гингивита и др. — используются при наличии стоматологических заболеваний) и гигиенические. Они имеют косметический эффект и предназначены для устранения неприятного запаха.

- Флосс (зубная нить). Всю полость рта только щеткой и пастой не очистить. Частицы пищи иногда крепко застревают между зубами. Средства для полоскания тоже не всегда способны помочь, для этих случаев понадобится флосс.

**Имеются противопоказания! Необходимо проконсультироваться со специалистом.*