



PRZYGOTUJ SIĘ NA NOWY PIĘKNY UŚMIECH!

Broszura informacyjna dotycząca zdrowia i pielęgnacji
jamy ustnej, przeznaczona dla pacjentów ortodontycznych



TERAZ MOŻESZ ZABŁYSNAĆ

Jesteś na dobrej drodze...

Zdecydowałeś/-aś się na założenie aparatu ortodontycznego, ponieważ doskonale wiesz, jak ważny jest piękny, zdrowy i promienny uśmiech. Jednak bez odpowiedniej higieny i pielęgnacji jamy ustnej może dojść do gromadzenia się płytki nazębnej, pojawienia się problemów z dziąsłami, a także powstawania ubytków lub innych zmian chorobowych, które mogą wydłużyć czas leczenia. Twój ortodonta ufa produktom Oral-B®, ponieważ mogą one pomóc Ci utrzymać czystość i zdrowie jamy ustnej w trakcie noszenia aparatu ortodontycznego.

Oral-B oferuje:

- Przydatne informacje o produktach Oral-B oraz ich zaletach, aby wspierać prawidłowe szczotkowanie zębów, czyszczenie przestrzeni międzyzębowych i płukanie jamy ustnej
- Metody kontrolowania stopnia czystości zębów i śledzenia postępów
- Porady dotyczące przygotowania się do kolejnej wizyty kontrolnej u dentysty
- Wskazówki dotyczące innych sposobów na utrzymanie zdrowego, pięknego uśmiechu

Aparat ortodontyczny odgrywa istotną rolę w kształtowaniu pięknego wyglądu Twojego uśmiechu. Natomiast marka Oral-B pomoże Ci odpowiednio zadbać o Twój nowy uśmiech i chronić go przez wiele lat.



Typowe problemy związane ze zdrowiem zębów i jamy ustnej, o których należy pamiętać

Ubytki

Ubytki mogą pojawiać się na powierzchni zębów, a następnie rozprzestrzeniać się w głąb tkanek. Możesz uniknąć pojawiania się ubytków, ograniczając spożywanie słodczy i słodzonych napojów oraz sięgając po produkty, które nie zawierają cukru. Pamiętaj również o odpowiedniej higienie jamy ustnej oraz o codziennym szczotkowaniu zębów pastą z fluorem.

Demineralizacja

To poważnie brzmiące słowo oznacza obniżenie zawartości substancji mineralnych w szkliwie, co spowodowane jest działaniem kwasów. W początkowym stadium demineralizacja objawia się kredowo-białymi przebarwieniami na powierzchni zębów, ale może też prowadzić do powstawania ubytków, dlatego nie można jej lekceważyć. Ograniczenie spożywania słodczy oraz słodzonych napojów z pewnością pomoże zapobiec demineralizacji szkliwa.

Problemy z dziąsłami

Charakteryzują się zaczerwienieniem i opuchlizną tkanek miękkich otaczających zęby. Jeśli zauważysz u siebie powyższe objawy, nie ignoruj ich, ponieważ mogą się nasilić i przerodzić w stany chorobowe.

Zadbaj o prawidłową higienę jamy ustnej i pamiętaj o codziennym czyszczeniu przestrzeni międzyzębowych.

TWOJA DROGA DO ZDROWEGO I PIĘKNEGO UŚMIECHU

Nadwrażliwość zębów

Jeśli odczuwasz krótkotrwały, ostry i bardzo nieprzyjemny ból podczas spożywania zimnych, gorących lub słodkich potraw czy napojów, koniecznie powiedz o tym swojemu ortodoncie.

Płytką nazębna

To praktycznie niewidoczna, lepka, bezbarwna warstwa bakterii, która nieustannie tworzy się na powierzchni zębów. Płytką nazębną musi być codziennie usuwana – zarówno poniżej, jak i powyżej linii dziąseł. Kluczem do skutecznego usuwania płytki nazębną jest regularne, dokładne szczotkowanie zębów oraz czyszczenie przestrzeni międzyzębowych.

Kamień nazębny

Jeżeli płytką nazębną nie zostanie usunięta z powierzchni zębów, może stwardnieć i przekształcić się w kamień nazębny, który może usunąć jedynie dentysta lub higienistka.

Przebarwienia

Istnieje wiele rodzajów przebarwień pojawiających się na zębach. Niektóre z nich znajdują się na powierzchni, inne zaś w głębszych warstwach zębów.

Nieświeży oddech

Zazwyczaj spowodowany jest przez bakterie znajdujące się na języku lub w przestrzeniach międzyzębowych. Pamiętaj więc, aby regularnie i dokładnie czyścić przestrzenie międzyzębowe i nigdy nie zapominaj o dokładnym wyczyszczeniu języka po wyszczotkowaniu zębów.

TWOJA DROGA DO ZDROWEGO I PIĘKNEGO UŚMIECHU

Prawidłowa pielęgnacja jamy ustnej zaczyna się w domu

Nie musisz czekać do następnej wizyty kontrolnej u swojego dentysty, aby zacząć lepiej dbać o zdrowie swojej jamy ustnej. Oto kilka wskazówek, z których możesz skorzystać od razu.

Upewnij się, że:

- Szczotkujesz zęby po każdym posiłku lub co najmniej dwa razy dziennie – każdorazowo przez co najmniej 2 minuty
- Dokładnie czyścisz przestrzenie międzyczębowe przynajmniej raz dziennie
- Używasz pasty do zębów, która zawiera fluor i zapobiega powstawaniu przebarwień
- Używasz płynu do płukania jamy ustnej zgodnie z instrukcją umieszczoną na opakowaniu
- Poddajesz się zabiegom higienizacyjnym w gabinecie stomatologicznym tak często, jak jest to zalecane

Technologie zastosowane w produktach Oral-B mogą pomóc w dokładnym szczotkowaniu zębów dla doskonałych efektów czyszczenia* i poprawy stanu zdrowia dziąseł.



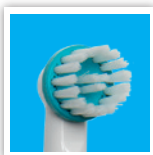
* w porównaniu ze zwykłą szczoteczką manualną i pastą do zębów

HIGIENA I PIELĘGNACJA JAMY USTNEJ Z ORAL-B



SZCZOTKOWANIE

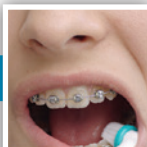
Dla doskonałych efektów czyszczenia i poprawy stanu zdrowia dziąseł, używaj szczoteczki elektrycznej Oral-B® oraz profesjonalnej pasty do zębów Oral-B®. Sięgnij też po wygodne końcówki wymienne Oral-B® Ortho i Interspace, aby zadbać o dokładne i skuteczne czyszczenie obszarów wokół aparatu ortodontycznego.



KOŃCÓWKA ORTHO

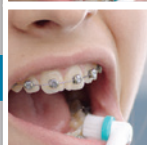
Zapewnia doskonałe efekty czyszczenia w porównaniu ze zwykłą szczoteczką manualną.

1



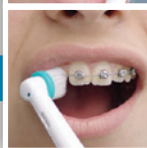
Wyczyść wszystkie powierzchnie zębów, na których znajduje się aparat. Przyłóż główkę szczoteczki do powierzchni zęba, przytrzymaj przez kilka sekund, a następnie przesuwaj na kolejny ząb. Użyj aplikacji Oral-B®, która zapewni Ci dokładne wskazówki.

2

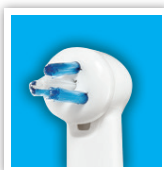


Czyszcząc powierzchnie wokół zamków aparatu ortodontycznego, ustawiaj główkę szczoteczki pod odpowiednim kątem.

3



Dokładnie wyczyść linię dziąseł, miejsca powyżej zamków oraz powierzchnie pod drucikami.



KOŃCÓWKA INTERSPACE

Dociera do trudno dostępnych miejsc oraz wszystkich powierzchni wokół aparatu ortodontycznego i sprawia, że zęby i dziąsła są dokładnie wyczyszczone

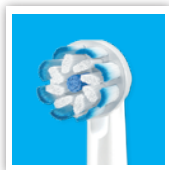


HIGIENA I PIELĘGNACJA JAMY USTNEJ Z ORAL-B

Używaj standardowej główki szczoteczki elektrycznej Oral-B do czyszczenia wewnętrznych powierzchni zębów oraz miejsc, na których nie znajduje się aparat ortodontyczny.

Powoli prowadź główkę szczoteczki od zęba do zęba, przytrzymując ją przez kilka sekund przy powierzchni każdego z nich, zanim przejdziesz do następnego.

Podążaj za indywidualnym kształtem każdego zęba i dokładnie czyść linię dziąseł.



KOŃCÓWKĄ SENSI ULTRATHIN

Włókna UltraThin o grubości 0,01 mm są niezwykle miękkie i delikatne dla zębów oraz dziąseł, dzięki czemu zapewniają bezpieczne czyszczenie. Ta końcówka jest doskonałym rozwiązaniem dla osób borykających się z problemami dziąseł lub nadwrażliwością zębów.

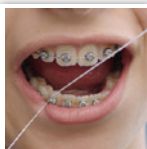
Pamiętaj, by wymieniać końcówkę szczoteczki elektrycznej Oral-B® co 3 miesiące, a nawet częściej, jeśli włókna końcówki wyglądają na zużyte.



CODZIENNE CZYSZCZENIE PRZESTRZENI MIĘDZYZĘBOWYCH

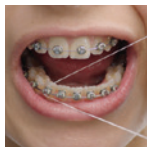
Codziennie czyszczenie przestrzeni międzyzębowych jest bardzo istotnym elementem w dokładnym usuwaniu płytki nazębnej. Nić dentystyczna Oral-B Super Floss umożliwia skuteczne usuwanie resztek jedzenia i osadu, które gromadzą się wokół aparatu ortodontycznego oraz pod nim.

1



Umieść nić dentystyczną pomiędzy dwoma zębami poniżej drucików aparatu ortodontycznego. Delikatnie przeciągnij ją do połowy.

2



Po dotarciu do linii dziąseł pociągnij nić, nadając jej kształt litery „C”.

3



Pamiętaj, aby dokładnie wyczyścić przestrzeń poniżej linii dziąseł delikatnymi ruchami po zębie w górę i w dół.



HIGIENA I PIELĘGNACJA JAMY USTNEJ Z ORAL-B



DOKŁADNE CZYSZCZENIE LINII DZIAŚEŁ

Irygatory Oral-B mieszają powietrze z wodą, tworząc mikropęcherzyki, które atakują bakterie odpowiedzialne za powstawanie płytki nazębnej. Używane w połączeniu ze specjalistyczną pastą do zębów, znacznie redukują problemy z dziąsłami. Specjalny przełącznik dyszy pozwala jednym dotknięciem zmienić strumień z rotacyjnego na punktowy i odwrotnie.



Strumień rotacyjny:

zaprojektowany z myślą o dokładnym czyszczeniu przestrzeni poniżej linii dziąseł.



Strumień punktowy:

zaprojektowany z myślą o skutecznym usuwaniu resztek jedzenia oraz dokładnym czyszczeniu przestrzeni międzyzębowych.



Twój ortodonta lub higienistka może doradzić Ci, aby przed szczotkowaniem użyć nici dentystycznej lub irygatora. Porozmawiaj z nimi, aby dowiedzieć się więcej.

Aby upewnić się, że te produkty są dla Ciebie odpowiednie, przeczytaj ulotkę oraz informacje umieszczone na opakowaniu. Powinieneś/-naś również postępować zgodnie z zaleceniami swojego dentysty lub higienistki stomatologicznej

TWOJA DROGA DO ZDROWEGO I PIĘKNEGO UŚMIECHU

Unikaj spożywania produktów, które mogą uszkodzić Twój aparat ortodontyczny

Twarde lub ciągnące się produkty spożywcze mogą uszkodzić druciki i wydłużyć cały proces leczenia.

- **Unikaj:** popcornu, orzechów, kostek lodu, twardych cukierków lub chipsów, kolb kukurydzy, gum do żucia, krówek oraz innych ciągnących się słodyczy
- **Uważaj:** produkty takie jak surowe marchewki, jabłka lub chrupkie pieczywo warto podzielić na mniejsze kawałki i zachować dodatkową ostrożność podczas jedzenia
- **Porzuć złe nawyki:** staraj się nie przygryzać warg ani nie naciskać językiem na aparat ortodontyczny. Nie gryź ołówków ani długopisów i powstrzymaj się od obgryzania paznokci

Co zrobić, jeśli...

- Poluzuje się drucik w aparacie? Jeśli drucik Ci przeszkadza i odczuwasz dyskomfort, sięgnij po wosk ortodontyczny lub owiń drucik zwilżonym bawełnianym gazikiem i niezwłocznie skontaktuj się ze swoim ortodontą lub higienistką stomatologiczną
- Wypadną jakiegokolwiek elementy aparatu? Schowaj je i zabierz ze sobą do ortodonta
- Odczuwasz dyskomfort? Przepłucz usta ciepłą wodą. Jeśli to nie pomoże, umów się na wizytę do swojego ortodonta



RUTYNOWA KONTROLA CZYSTOŚCI

Oceń swój uśmiech

Skorzystaj z poniższych wskazówek, aby określić poziom higieny jamy ustnej. Poproś swojego ortodontę lub higienistkę stomatologiczną, aby polecił Ci produkty, które pomogą Ci lepiej zadbać o higienę jamy ustnej – ułatwią prawidłowe szczotkowanie i zapewnią dokładne czyszczenie przestrzeni międzyzębowych dla zdrowych zębów i dziąseł.



DOSKONAŁE

Twoje zęby są czyste, a dziąsła wyglądają zdrowo. Prawidłowo dbasz o higienę jamy ustnej. Gratulacje! Byle tak dalej!



DOBRCZE

W niektórych miejscach na linii dziąseł występuje delikatny obrzęk i lekkie zaczerwienienie. Dobrze dbasz o higienę jamy ustnej, ale postaraj się popracować nad udoskonaleniem techniki szczotkowania i czyszczenia zębów.



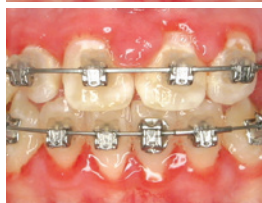
ŚREDNIO

Dziąsła są zaczerwienione i opuchnięte. Przykładaj większą wagę do techniki szczotkowania, czyszczenia przestrzeni międzyzębowych i nie zapominaj o stosowaniu płynu do płukania jamy ustnej.



NIEZBYT DOBRZE

Widoczna jest płytka nazębna i lekkie kredowo-białe przebarwienia na powierzchni zębów. Dziąsła są lekko opuchnięte i zaczerwienione. Twoje leczenie ortodontyczne może się wydłużyć. Staraj się przykładac większą wagę do pielęgnacji jamy ustnej. Pamiętaj – szczotkuj zęby dwa razy dziennie, przynajmniej raz dziennie używaj nitki oraz używaj płynu do płukania jamy ustnej.



ŹŁE

Nagromadzona płytka nazębna, wyraźne kredowo-białe przebarwienia na powierzchni zębów, opuchnięte i zaczerwienione dziąsła. Musisz poprawić swoją technikę szczotkowania zębów, czyszczenia przestrzeni międzyzębowych i pielęgnacji dziąseł. Pamiętaj – szczotkuj zęby dwa razy dziennie, przynajmniej raz dziennie używaj nitki oraz używaj płynu do płukania jamy ustnej.

HIGIENA I PIELĘGNACJA JAMY USTNEJ Z ORAL-B

Rekomendowane produkty Oral-B



Oral-B GENIUS X

- Dokładne czyszczenie w technologii oscylacyjno-rotacyjno-pulsacyjnej (ORP) – 10 500 ruchów oscylacyjno-rotacyjnych i 48 000 ruchów pulsacyjnych na minutę
- 2-minutowy PRO timer, czujnik siły nacisku, smart ring, akumulator litowo-jonowy, sztuczna inteligencja, Bluetooth, aplikacja Oral-B
- 6 trybów pracy: tryb czyszczenia codziennego, intensywne czyszczenie, delikatne czyszczenie, wybielanie, pielęgnacja dziąseł, czyszczenie języka
- Etui podróżne



Oral-B TEEN

Teen

- Elektryczna szczoteczka do zębów Oral-B zaprojektowana w celu poprawy nawyków nastolatków w zakresie szczotkowania i czyszczenia zębów
- Dokładne czyszczenie w technologii oscylacyjno-rotacyjno-pulsacyjnej (ORP) – 8 800 ruchów oscylacyjno-rotacyjnych i 40 000 ruchów pulsacyjnych na minutę.
- 2-minutowy PRO timer, wizualny czujnik siły nacisku, akumulator litowo-jonowy, Bluetooth, aplikacja Oral-B
- 3 tryby pracy: tryb czyszczenia codziennego, delikatne czyszczenie, wybielanie
- Idealna dla osób noszących aparaty ortodontyczne – 2 końcówki wymienne: Sensi UltraThin i Ortho



Oral-B PRO2

- Dokładne czyszczenie w technologii oscylacyjno-rotacyjno-pulsacyjnej (ORP) – 8 800 ruchów oscylacyjno-rotacyjnych i 40 000 ruchów pulsacyjnych na minutę.
- 2-minutowy PRO timer, wizualny czujnik siły nacisku, akumulator litowo-jonowy
- 2 tryby pracy: codzienne czyszczenie, delikatne czyszczenie

Irygatory Oral-B:

- Wykorzystują technologie Oxyjet – sprężone powietrze w połączeniu z wodą tworzy mikro-pęcherzyki, które zwalczają bakterie odpowiedzialne za powstawanie płytki nazębnej.
- Delikatnie usuwają resztki jedzenia z trudno dostępnych miejsc
- Pomagają poprawić stan zdrowia dziąseł



Oral-B Aquacare 6 Pro Expert **NOWOŚĆ**

- Irygator przenośny
- 3 poziomy intensywności strumienia
- 2 tryby uwalniania strumienia: ciągły i „na żądanie”
- 2 rodzaje strumienia: punktowy i rotacyjny
- 2 dysze Oxyjet



Oral-B Professional Care Oxyjet

- Irygator stacjonarny
- 5 poziomów intensywności strumienia
- 2 rodzaje strumienia: punktowy i rotacyjny
- 4 dysze Oxyjet

HIGIENA I PIELĘGNACJA JAMY USTNEJ Z ORAL-B

Poniższe produkty Oral-B® uzupełnią Twoją codzienną pielęgnację, zapewniając Ci czystsze zęby i zdrowsze dziąsła

Nić dentystyczna Oral-B Super Floss

- Nić 3 w 1 – doskonale nadaje się do czyszczenia aparatów ortodontycznych, mostów i większych przestrzeni międzyzębowych
- Usztywniony koniec ułatwia wprowadzanie nici pod przęśło mostu lub łuk aparatu ortodontycznego
- Puszysta część służy do oczyszczania miejsc wokół mostów i aparatów oraz większych przestrzeni międzyzębowych
- W opakowaniu znajduje się 50 odmierzonych kawałków nici dla łatwiejszego dozowania



Płyn do płukania jamy ustnej Oral-B Pro-Expert Strong Teeth 500 ml

- Pełna 24-godzinna ochrona przed osadzaniem się płytki nazębnej – przy stosowaniu płynu dwa razy dziennie
- Delikatny, nie zawiera alkoholu
- Zawiera fluor (98 ppm F)
- Zawiera chlorek cetylopirydyniowy
- Ma przyjemny miętowy smak

Zalecane końcówki wymienne Oral-B

Oral-B Ortho Care Essentials

- Czyszczą i delikatnie usuwają płytkę bakteryjną z zębów i aparatów ortodontycznych
- Zapewniają skuteczne i wygodne czyszczenie
- Idealne do specjalistycznego czyszczenia zębów i aparatów ortodontycznych



Oral-B Sensi UltraThin

- Delikatnie czyści wszystkie powierzchnie zębów. Posiada dwa rodzaje włókien: standardowe, które doskonale oczyszczają powierzchnie zębów, oraz miękkie i wyjątkowo cienkie, które delikatnie czyszczą i masują linię dziąseł
- Pomaga zapobiegać chorobom dziąseł



Pasty do zębów Oral-B zalecane dla osób noszących aparaty ortodontyczne



Oral-B PROFESSIONAL GUM&ENAMEL PRO-REPAIR EXTRA FRESH 75 ml:

- Pomaga zapobiegać przyszłym problemom związanym ze zdrowiem zębów i dziąseł
- Pomaga odbudować szkliwo
- Technologia potwierdzona badaniami klinicznymi



Oral-B GUMLINE PRO-PURIFY DEEP CLEAN 75 ml

- Oczyszcza linię dziąseł, redukując płytkę nazębną
- Delikatnie łagodzi i chłodzi
- Technologia aktywnej piany