

BioGaia®

Fogszabályozó kisokos



Még több információ és jótanács:
www.biogaia.hu

Mi történik most?

Fogszabályozás - odafigyelést érdemel

A fogszabályozás - életkortól függetlenül - kihívást jelent. Új szokásokat és szájápolási rutint kell kialakítanunk. Jó tudni:

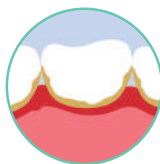


Minél gyorsabban és rugalmasabban alkalmazkodunk a megváltozott körülményekhez, a fogszabályozás várható eredménye annál biztosabb.

A legnagyobb kihívás: a szájhigiéné. Evés, ivás után az étel- és italmaradékok megtapadnak a fogakon, a nyelven és az ínyen, sőt rögzített fogszabályozó esetében a készü-léken is. Nagyon fontos, hogy körültekintően távolítsuk el, mert az - ételmaradékokból, folyadékból és nyálból képződő - **lepedék, a szájlóra egyensúlyának felborításával, számos problémát okozhat, például:**



demineralizáció -
a lepedékben elszaporod-
nak a savképző baktériu-
mok, a zománcszerkezet
fellazulhat, és fehér foltok
jelenhetnek meg a fogakon



fogkő -
a fogak felszínén megta-
padó és el nem távolított
lepedék idővel kemény
fogkővé alakul, ez pedig
ínygyulladást okozhat



ínygyulladás -
vérbősséggel, duzzanattal,
érzékenységgel jár, kezelés
nélkül a mélyebb szövetek
felé haladhat



rossz lehelet -
a szájlőregben megbúvó
ételmaradékokban
elszaporodó baktériumok
okozzák

**Fogszabályozás előtt
és alatt is különösen
fontos a megfelelő
szájhigiéné és a
szájlőra egyensúlyának
megtartása.**



Mi az a szájlőra?

Egészséges emberi szervezetben akár 100 000 milliárdnyi baktérium, vírus és gomba él, velünk tökéletes szimbiózisban. Ez az ún. **mikrobiom**, mely létfontosságú az egészségünk szempontjából. Egyik jelentős része a szájlőregben található, és **szájlőrának** nevezzük. Ha a szájlőrárt alkotó mikroorganizmusok egyensúlya felborul, az számos szájlőregi betegséghez vezethet.

Mindennapi szájhygiéné

A szájflóra egyensúlyáért és a szép fogakért fogszabályozó mellett

Az étel- és italmaradékok körültekintő eltávolítása a fogszabályozás alatt az alapvető szájhygiénia része - nem csak reggel és este, de akár napközben is. Fogmosáskor a fogakra és a készülékekre is kiemelt gondot kell fordítani.

Javaslatok kivehető készülékhez

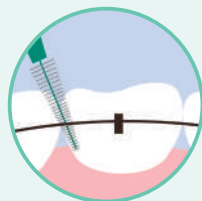
A fog- és szájápolás ebben az esetben megegyezik a fogszabályozás előtti időszakkal, fontos azonban, hogy mielőtt étkezés után visszahelyezzük a készüléket, a fogainkat és a nyelvünket tisztítsuk meg az ételmaradékoktól.

Gondoskodni kell a fogszabályozó tisztaságáról is, hiszen az órákon át „gyűjti” a szájüregben a baktériumokat, esetenként kórokozókat. Ezek a készülék réseiben, mélyedéseiben elszaporodhatnak, és később gyulladásokat okozhatnak az ínyn. Három tipp a fogszabályozó tisztán tartásához:

- Kivétel után tisztítsuk meg a készüléket: először fogkefével és fogkrémmel mossuk meg alaposan, egyetlen kis rést és mélyedést se hagyjunk ki, majd öblítsük le, és töröljük szárazra.
- Tároljuk a saját dobozában.
- Időközönként áztassuk meg tisztító oldatban (műfogsortisztító tabletta vagy por meleg vízben feloldva) is.

Javaslatok rögzített fogszabályozóhoz

Rögzített fogszabályozó használata esetén különösen fontos nagy hangsúlyt fektetni a szájhygiénára, az ételmaradék, lepedék minél alaposabb eltávolítására! Célszerű speciális fogkefét, fogszabályozós szájápolási termékeket, egycsomós fogkefét, fogköztisztítókat, szájuhanyt használni.



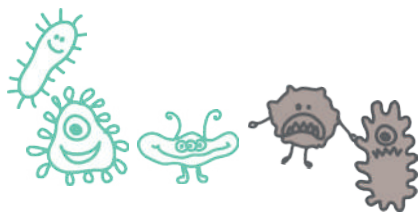
Fogszabályozás gyermekkorban

A kis hősöknek, szülői segítséggel



A gyermekek fejlődési ütemétől függően már az iskoláskort megelőzően elkezdhetünk a fogszabályozó szakorvossal konzultálni, állapotot felmérni, szükség esetén a maradandó fogaknak helyet teremteni – vagy a későbbiekben azokat a helyükre igazítani.

A szülői segítség, támogatás ebben a folyamatban elengedhetetlen és rendkívül fontos.



1

Segítsük a kicsiket a fogszabályozó megszokásában, a kellemetlenségek legyűrésében, az új szájápolási rutin kialakításában. Vegyük át újra a szájhigiéné alapjait velük, és gondoskodjunk arról, hogy **a készülék behelyezése előtt a fogak lepedékmentesek, a készülék pedig tiszta.**

2

Mivel számos készülék törékeny, javasolt ezek tisztítását is inkább a szülőre bízni, de legalábbis **szülői felügyelettel végezni az első időszakban.**

3

Rögzített fogszabályozó esetén **a táplálkozási szokásokon is érdemes változtatni.** A készülék átmeneti feszülést, érzékenységet okozhat a fogakon és az ínyen, kerüljük a nehezen rágható és a ragacsos ételeket, és készítsünk inkább puha, könnyen rágható fogásokat.

Felkészülés és ápolás

javaslatok szakemberektől

Fogszabályozás előtt: felkészülés

A fogszabályozás hatékonyságát fokozhatja, ha **a szájüreget, a száj mikrobiális flóráját felkészítjük az előtte álló kihívásokra**. Különösen kiskamaszkorban és a felnőttkor egyes fázisaiban, amikor a bekövetkező hormonális változások a szájnyálkahártyára és a szájüreg természetes bakteriális flórájára is hatást gyakorolnak. Érdemes megfontolni olyan patikai készítmények alkalmazását, amelyek a szájflóra támogatásával segítik a gyulladásmentes íny megtartását vagy helyreállítását.

Fogszabályozás alatt: megőrzés

A fogszabályozás átmeneti, de hosszú folyamat. Hogy megőrizzük a fogak, az íny és a szájflóra egészségét, ügyeljünk a legfontosabb teendőkre:



1

Minimum naponta 2x - de inkább minden étkezés után - tisztítsuk a fogakat fluoridos fogkrémmel és fogköztisztító kefével vagy fogselyemmel.

2

Évente 1-2 alkalommal keressük fel a fogorvost vagy egy szájhygiénés szakembert konzultáció és az esetleges fogkö eltávolítása céljából.

3

Ha a szakorvos javasolja, használjunk fogínyápolókat és a szájüreget építő, annak egyensúlyát támogató készítményeket.

Egyéb szakorvosi, dentálhygiéniai javaslatok:

.....

.....

.....

.....



Jó egészséget kívánunk!

Jogszábeli figyelmeztetés: A prospektusban foglalt megállapítások a humán flóra és azon belül a szájflóra működését érintő általános információk, nem a L. reuterivel kapcsolatos egészségügyi állítások. A BioGaia készítményekben található baktérium-törzsek egyedi tulajdonságairól csak egészségügyi szakember (orvos, gyógyszerész, védőnő) nyújthat tájékoztatást.

BioGaia® Prodentis® szopogatótabletták

A szájflórád a mikrobiomod, így az életed szerves része



mentolízzel
12 éves kortól



almaízzel
3 éves kortól

Orálbiotikumok a fogak és a szájüreg élőflórájával, klinikailag bevizsgált *L. reuteri* baktériumkombinációval. Javasolt: naponta 1-2 tablettát, félórával fogmosás után, gyermekeknek, felnőtteknek, időseknek és várandósoknak is!

BioGaia®



BG-2036