



# الإعتناء بأسنانك الإصطناعية الجديدة

لقد جمّعنا بعض النصائح التي سوف تساعدك في الحصول على أفضل ما يمكن من أسنانك الإصطناعية الجديدة. تذكّر أنك قد تحتاج الى وقت لكي تتعود عليها، لذا عليك بالصبر.

إذا كان التقرح شديدا فقد يساعد ان تقوم برفع الأسنان الإصطناعية من الفم لفترة من اليوم. لكن، يرجى وضع الأسنان الإصطناعية ليضعة ساعات قبل موعدك معنا لكي نستطيع ان نحدد المكان الي يتطلب الضبط.

لا تقم بضبط الأسنان الإصطناعية ولا تحول تصليحها.

## الإعتناء بأسنانك الإصطناعية خلال الليل

عليك نزع أسنانك الإصطناعية قبل الذهاب للفرش كل ليلة. يوفر هذا لفمك فرصة للراحة وسوف يمنع صرير اسنانك خلال نومك.

نظف اسنانك الإصطناعية بفرشاة اسنان ناعمة كل ليلة واتركها لكي يجفها الهواء. يساعد هذا في وقف انتشار البكتيريا.

## النظافة الصحية والتنظيف

للحفاظ على صحة الأسنان لطبيعية عليك ان تنظف فمك بعد كل وجبة طعام. سوف يعرض لك طبيب الأسنان او اخصائي الاطراف الإصطناعية كيفية استخدام فرشاة الأسنان و خيط تنظيف الاسنان بشكل صحيح.

كما سوف تحتاج لتنظيف أسنانك الإصطناعية بعد كل وجبة لمنع زيادة تشكّل الطعام واللويحات.

أمسك باسنانك الإصطناعية ونظف سطحها الداخلي والخارجي بواسطة فرشاة اسنان ناعمة وصابون.

لا تستخدم

مبيضات الملابس

الكحول المثلي

المعقمات

(ما لم يطلب ذلك)

الماء الحار

منظفات المطبخ

الكاشطات

## إدخال وإخراج اسنانك الإصطناعية

يعرض أمامك طبيب أسنانك أو اخصائي الأطراف الصناعية كيفية وضع أسنانك الإصطناعية. لا تتخرج من طرح الأسئلة عليهما. إحرص على أنك تضع وتخرج الأسنان براحتك قبل مغادرة العيادة.

تذكّر، لا تستخدم القوة ابدأ في وضع او اخراج اسنانك الإصطناعية.

## وظيفة اسنانك الإصطناعية الجديدة

تبعث أسنانك الإصطناعية الجديدة شعورا غريبا، حتى لو كنت قد استخدمت أسنانا اصطناعية في السابق. هذا طبيعي ويحدث لان فمك يحتاج وقتا لكي يتكيف.

حين تأكل لأول مرة باستخدام أسنانك الإصطناعية الجديدة، ابدأ بالأطعمة اللينة (مثل الخضروات المطبوخة بشكل خفيف).

تناول لقمات صغيرة وامضغ ببطء. اذا كانت لديك أسنان طبيعية، حاول العضّ عليها لا على الأسنان الإصطناعية.

لو كان ممكنا إمضغ على الجانبين في ذات الوقت.

## المحافظة على اسنانك الإصطناعية

اذا اصاب أسنانك الإصطناعية كسر او تلف توقف فوراً عن استخدامها. لا تحاول ان تصلحها او تقوم بثنيها او ان تحدث فيها تغييرا. اتصل بعيادة الأسنان لكي ترتب موعدا لإصلاحها.

اذا وجدت على اسنانك اصطناعية زوائد (رواسب او تكلس)، إنقعها في الخلّ الابيض (جزء واحد) و الماء (4 أجزاء). فإن لم تتمكن مع ذلك من ازالة الزوائد، اتصل بعيادة الاسنان لكي ترتب موعدا لإعادة صقل أسنانك الإصطناعية.

## تقرحات الفم بسبب استخدام الأسنان الإصطناعية

يحتمل ان يصبح فمك متقرحا قليلا تحت أسنانك الإصطناعية الجديدة. فإذا حصل ذلك، اتصل بالعيادة لأجل ضبط أسنانك الإصطناعية.

إتصل على 9341 1000 (03)

لمزيد من المعلومات أو

أدخل على [www.dhsv.org.au](http://www.dhsv.org.au)

للبحث عن عيادة المجتمع المحلي القريبة منك



dental health

services victoria

oral health for better health