



# مراقبت از دندان مصنوعی جدید

نکات چندی را گرد آوری کرده ایم که به شما کمک می کند تا به بهترین وجه از دندان مصنوعی خود مراقبت کنید. بخاطر داشته باشید که مدت زیادی طول می کشد تا به دندان مصنوعی عادت کنید، بنابراین صبور باشید.

## گذشتن و برداشتن دندان مصنوعی

دندانپزشک یا متخصص پروتز به شما شیوه گذاشتن و برداشتن دندان مصنوعی را آموزش می دهد. هر سوالی دارید بر راحتی از وی بپرسید. قبل از ترک مطب یقین حاصل نمایید که مشکلی در گذاشتن و برداشتن دندان ندارید.

در صورتی که جراحی شدید باشد، حداقل طی بخشی از روز دندان مصنوعی را بردارید. با این وجود، قبل از مراجعه به کلینیک چند ساعتی دندان مصنوعی را بگذارید تا بدانیم کدام قسمت دندان نیاز به تنظیم دارد. خودتان دندان مصنوعی را تنظیم نکنید یا سعی ننمایید آن را ترمیم کنید.

## مراقبت از دندان مصنوعی در طی شب

هر شب قبل از رفتن به رختخواب دندان مصنوعی خود را بردارید. این کار به دهان شما فرصت استراحت می دهد و کمک می کند که در طی خواب دندان های خود را نسایید.

بخاطر داشته باشید که هرگز نباید دندان مصنوعی را به زور در دهان گذاشته یا بردارید.

## عملکرد دندان مصنوعی جدید

با گذاشتن دندان مصنوعی جدید احساس می کنید که یک جسم خارجی در دهان شماست، حتی اگر قبلاً دندان مصنوعی داشته باشید. این امری کاملاً طبیعی است چون مدتی زمان لازم است تا به آن عادت کنید.

هر شب با یک مسواک نرم دندان مصنوعی خود را تمیز کنید و آن ها را در معرض هوای خشک قرار دهید. این کار از تکثیر باکتریها جلوگیری می کند.

هنگامی که می خواهید برای اولین بار با دندان مصنوعی جدید غذا بخورید با غذاهای نرم شروع کنید (برای مثال سبزیجاتی که اندکی پخته شده باشند).

## بهداشت و تمیز کردن دندان مصنوعی

برای رعایت بهداشت دندان های طبیعی باید پس از صرف غذا دهان خود را تمیز کنید. دندانپزشک و متخصص پروتز روش صحیح مسواک زدن و استفاده از نخ دندان را به شما آموزش می دهد.

تکه های کوچکی از غذا را گاز بزنید و به آهستگی بجوید. در صورتی که قسمتی از دندان های شما مصنوعی نیست بجای دندانهای مصنوعی، غذا را با آنها گاز بزنید.

پس از صرف غذا برای جلوگیری از باقی ماندن غذا و تشکیل پلاک باید دندان های مصنوعی را نیز تمیز نمایید.

در صورت امکان بطور همزمان با دندانهای هر دو طرف دهان غذا را بجوید.

دندان مصنوعی را برداشته و با یک مسواک نرم و صابون سطوح داخلی و خارجی آن را تمیز نمایید.

## نگهداری و مراقبت از دندان های مصنوعی

در صورتی که دندان مصنوعی شما بشکند یا آسیب ببیند، بلافاصله آن را در بیاورید. سعی نکنید آن را تعمیر کنید، خم کرده یا تغییر دهید. برای تعمیر آن به کلینیک دندانپزشکی تلفن کرده و وقت بگیرید.

از مواد زیر برای تمیز کردن دندان مصنوعی استفاده نکنید

آب داغ	مواد شوینده آشپزخانه
مواد ساینده	مواد سفید کننده رختشویی
الکل متیلی	مواد ضد عفونی کننده (مگر با دستور دندانپزشک)

اگر دندان شما برآمدگی دارد (باره دندان یا مواد رسوبی) آن را در آب سرکه به نسبت 1 قسمت سرکه و 4 قسمت آب قرار دهید. در صورتی که برآمدگی از بین نرفت به کلینیک دندانپزشکی زنگ بزنید و برای پولیش مجدد دندان وقت بگیرید.

## زخم دهان ناشی از دندان مصنوعی

قسمت زیر محل قرار گرفتن دندان مصنوعی ممکن است کمی جراحی پیدا کند. در این صورت با کلینیک تماس بگیرید تا وقتی به شما بدهند تا طرز قرار گرفتن دندان مصنوعی را تنظیم کنند.

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره

03 9341 1000 تماس بگیرید یا



برای دستیابی به نزدیکترین کلینیک محلی

به سایت [www.dhsv.org.au](http://www.dhsv.org.au) مراجعه کنید



dental health

services victoria

oral health for better health