

## ZALECENIA PRZY UŻYTKOWANIU PROTEZ ZĘBOWYCH

1. Proteza zębowa jest ciałem obcym, z tego powodu w początkowym okresie używania **może wywoływać objawy nietolerancji** polegające m.in. na zwiększonym wydzielaniu śliny, upośledzeniu smaku, powstawaniu odruchów wymiotnych, zaburzenia w odbiorze bodźców temperatury pokarmu /gorąca, zimna/, odczuciu braku miejsca na język itp. **Dolegliwości te stopniowo ustępują** w procesie przystosowania tj. tak zwanej adaptacji do protez. Adaptacja może być szczególnie trudna u osób, którzy przyzwyczaili się do braku własnych zębów i po raz pierwszy używają protez.
2. Protezę należy **nauczyć się** posługiwać. Trudności w żuciu i odgryzaniu pokarmów należy pokonywać ograniczając się początkowo do kęsów małych oraz miękkich pokarmów. W celu zapobiegania wyważania protez, **żucie powinno być obustronne**. „ Trening mówienia „, należy rozpocząć od głośnego wolnego i wyraźnego wysławiania się, a także głośnego czytania tekstu.
3. Protezy wykonuje się z materiału sztywnego dlatego też nie jest możliwe wyeliminowanie wszystkich ujemnych skutków ich oddziaływania na tkanki podłoża. W związku z tym w początkowym okresie mogą pojawić się dolegliwości bólowe, które wymagają przeprowadzenia przez lekarza odpowiednich korekt. Jeżeli ze względu na silny ból proteza nie mogła być użytkowana przez cały ten okres, należy ją **koniecznie założyć na kilka godzin przed wizytą**, aby lekarz mógł zlokalizować przyczynę dolegliwości.
4. Proces adaptacji do nowej protezy trwa od kilku dni do kilku miesięcy. Bardzo wiele zależy od samego pacjenta, jego nastawienia, woli przezwycięzania trudności, cierpliwości i przestrzegania wskazówek lekarza. W celu skrócenia okresu adaptacji należy w pierwszym okresie użytkowania protezy bez przerwy nocnej /maksymalnie do tygodnia/, obustronnie żuć pokarmy, ssać cukierki /typu landrynki/, głośno czytać itp. Adaptacja zależy od wielkości uzupełnienia protetycznego – czym więcej pozostaje własnych zębów tym przystosowanie do protezy jest prostsze. Szczególne trudności mogą wystąpić podczas adaptacji do protezy dolnej przy bezzębiu. Ze względów anatomicznych proteza dolna nigdy nie ma takiego utrzymania jak proteza górna. Podczas okresu adaptacji można używać specjalne kleje do protez. /do nabycia w aptekach/. Po adaptacji proteza dolna będzie utrzymywana przez mięśnie policzków i języka. Po okresie adaptacji należy protezy użytkować z przerwą nocną.
5. **BARDZO WAŻNA JEST HIGIENA JAMY USTNEJ I PIELEGNACJA PROTEZ.** Protezy ruchome stwarzają dogodne warunki do gromadzenia się resztek pokarmowych ulegających procesowi fermentacji i gnicia, co m.in. powoduje rozwój drobnoustrojów chorobotwórczych. Na protezie jak i sztucznych zębach tak jak w uzębieniu naturalnym powstaje nalot – płytka. W związku z tym protezy należy czyścić po każdym posiłku strumieniem ciepłej wody (nie więcej niż 70°C) z użyciem łagodnych detergentów i miękkiej szczotki typu do rąk. Można też **używać** specjalnej szczotki i specjalnych past, proszków (**nie można stosować do mycia protez past, które służą do mycia własnych zębów**). Nie należy stosować dużego ucisku, gdyż proteza wykonana ze sztucznego tworzywa może ulec uszkodzeniu. W przypadku protez częściowych wskazana jest szczególna higiena pozostałych własnych zębów. Jeżeli lekarz nie zaleci inaczej, **protezę należy wyjmować na okres spoczynku nocnego z ust** i po jej umyciu przechowywać na **sucho**, szczelnym pojemniku.
- Jako środki higieny protez można używać specjalny preparatów np. tabletki Corega Tabs lub Protefix Higiena – proszek do czyszczenia protez lub tabletki do czyszczenia protez Protefix Active, lub pasta Protefix Higiena, lub Dentol –proszek do czyszczenia protez. W celu polepszenia utrzymania protez – szczególnie dotyczy to protezy dolnej całkowitej można stosować specjalne kleje np.: Blend-a-dent Duo Power, Corega Ultra Mocny Krem mocujący do protez zębowych, Protefix Extra mocny krem mocujący do protez.
6. W przypadku uszkodzenia protezy ( złamanie, wypadnięcie zęba ) nie należy jej użytkować lub podejmować próby naprawy we własnym zakresie, lecz osobiście zgłosić się do lekarza w celu ustalenia przyczyny i naprawy.
7. **Protezy nie używane przez dłuższy czas nie nadają się do użytkowania.**
8. Należy pamiętać, że protezy zębowe nigdy w pełni nie zastąpią własnego uzębienia i nawet przy pełnej adaptacji będzie to 40% - 50% wydolności żucia własnymi zębami.
9. Ze względu na fizjologiczne zaniki wyrostków zębodołowych będących podłożem protetycznym zaleca się wymianę protez co 5 lat.