



# POUČENIE PO NASADENÍ FIXNÉHO ORTODONTICKÉHO APARÁTU

Dnes Vám bol nasadený fixný ortodontický aparát. Úspech celej liečby závisí nielen od správneho postupu zo strany lekára, ale aj od Vašej každodennej starostlivosti a spolupráce. Počas liečby sa často používajú aj pomocné prvky – napríklad **medzičelustné elastické ťahy** („gumičky“), ktoré si budete nasadzovať sami.

**Pri nedostatočnej spolupráci sa liečba predlžuje a vzniká riziko nedosiahnutia optimálneho výsledku.**



## POČIATOČNÉ NEPRÍJEMNÉ POCITY

Niekoľko hodín po nasadení aparátu môžete pociťovať zvýšenú citlivosť až miernu bolesť zubov. Ide o prirodzenú reakciu na aktivitu aparátu potrebnú pre pohyb zubov. Tento diskomfort trvá obvykle **niekoľko dní** (zvyčajne najviac týždeň). Môže sa opakovať po každej kontrole aparátu, vždy ale v menšej miere. Môžete použiť bežné analgetiká (napr. Paralen), ale vo väčšine prípadov je lepšie zuby normálne zaťažovať a **citlivosť sama ustúpi**. Na začiatku liečby môže pomôcť zmrzlina alebo **studený** nápoj v kontakte s aparátom (najviac pár sekúnd).

Hlavne na začiatku liečby môžete pociťovať nepohodlie na slizniciach líc, pier a jazyka v mieste kontaktu s kovovými časťami aparátu. Postupne si na ich prítomnosť ústa zvyknú. Niekedy môže dochádzať k tvorbe miernych otlakov. Týmto možno predchádzať alebo ich zmierniť **použitím ochranného vosku**. Problematické miesto osušíme (napr. vreckovkou), z tyčinky ochranného vosku kúsok odtrhneme, v prstoch zahrejeme a vytvoríme malú guľičku. Túto nalepíme na problematické miesto (záмок, kanyla, háčik, drôt...).

Pri vzniku bolestivých prejavov na sliznici možno aplikovať **anestetický gél**.



## STRAVOVANIE

Po nasadení aparátu je nevyhnutné upraviť stravovacie návyky. Je vhodné vyhýbať sa veľmi tvrdým jedlám ako sú suché pečivo, oriešky, surová mrkva/kaleráb... (resp. je vhodné ich pokrájať na menšie kúsky). Lepivé potraviny ako žuvačky, karamelové alebo iné lepivé cukríky je lepšie z jedálneho lístka úplne vyradiť (aparát sa po nich obzvlášť ťažko čistí). Je potrebné pri jedle dávať pozor, hlavne pri odhrýzavaní prednými zubami. Po každom jedle si vypláchnite ústa vodou alebo si zuby umyte.



## ÚSTNA HYGIENA

Fixný aparát vytvára mnoho miest, kde sa ľahko zachytáva potrava a vytvára zubný plak. **Nedostatočná hygiena môže viesť k dekalifikáciám, zápalu ďasien a zubnému kazu.**

Odporúčané pomôcky: ortodontická kefka, jednozväzková kefka, medzizubná kefka, ortodontická niť, ústna voda bez alkoholu.

Odporúčaná frekvencia čistenia: ideálne po každom jedle, ale obzvlášť dôkladne aspoň dvakrát denne (vyčistiť všetky plošky zubov, medzizubné priestory a zároveň všetky súčasti fixného aparátu).

Profesionálna dentálna hygiena: každých 3–6 mesiacov.

Zubnú kefku a medzizubné kefky noste stále so sebou.

**Nedostatočná starostlivosť o aparát napriek upozorneniam lekára môže byť dôvodom k ukončeniu liečby, aby sa predišlo závažnému poškodeniu chrupu.**



## PORUCHY APARÁTU – ČO ROBIŤ

**Neváhajte nás kontaktovať** v prípade uvoľnenia zámku alebo kanyly. Pri uvoľnení jedného nákusku nie je nutná okamžitá oprava. Pri uvoľnení oboch nás prosím kontaktujte. V prípade pichajúceho konca oblúka alebo drôtku použite vosk, ak sa stav nezlepší, kontaktujte nás.



## KONTROLY A TRVANIE LIEČBY

Kontroly sú plánované **každých 4–8 týždňov**. Nezmeškajte termíny, predídete tým predĺženiu liečby. V prípade potreby sa objednajte na náhradný termín čo najskôr.

Liečba trvá 1,5–3 roky v závislosti od rozsahu a spolupráce pacienta. **Po liečbe nasleduje retenčná fáza – stabilizácia výsledku.**



## ZÁVER

Vaša zodpovednosť, dôkladná hygiena a dodržiavanie pokynov sú kľúčové pre úspech ortodontickej liečby.

**Ďakujeme za Vašu spoluprácu. V prípade potreby sme tu pre Vás.**