



#TheSmileYouDeserve

## דף הוראות לאחר הדבקה סמכים/קוביות

מזל טוב! היום קיבלת את הגשר האישי והמגניב שלך!!

הנה כמה דברים חשובים שכדאי לדעת:

1. בימים הראשונים לאחר ההדבקה תתכן תחושת לחץ ו/או כאב בשיניים. אם יש כאבים, הם יכולים להתגבר עד כ-48 שעות ממועד ההדבקה ולאחר מכן ירדו בהדרגה. בכל מקרה בתוך שבועיים לא אמורים להיות כאבים משמעותיים. במידה ולאחר שבועיים עדיין יש כאבים גדולים, אנא מכם הגיעו למרפאה ואבדוק במה מדובר.
2. במידה וקיימים כאבים משמעותיים, ניתן ליטול משככי כאבים אשר יקלו את הכאב והלחץ. אקמול הוא האופציה המועדפת, אך כל משכך כאבים שאתם רגילים ליטול יעשה את העבודה. אם אינכם בטוחים, אנא היוועצו בי. (כמובן שאין ליטול משככי כאבים מעבר למינון המומלץ וגם לא כאלה שאתם רגילים להם).
3. במידה והגשר שורט/פוצע את הפה, יש להשתמש בשעווה שסיפקתי לך ביום ההדבקה ולהניחה על החלק בגשר שפוצע. אם השעווה לא נמצאת איתך, מסטיק גם כן יעשה את העבודה.... אם בלעת בטעות את השעווה - לא לדאוג, היא לא רעילה. בתוך מספר ימי שימוש הרקמה בפה "תתרגל" למכשיר והצורך בשימוש בשעווה ירד בהדרגה.
4. כפי שאמרתי לך ביום ההדבקה, החלק הכי חשוב בטיפול שגם יביא לתוצאות טובות הוא הצחצוח של השיניים והחניכיים. יש לצחצח שיניים שלוש פעמים ביום (ולפחות פעמיים), והכי הכי חשוב לצחצח במיוחד לפני השינה, 2-3 דקות בכל צחצוח. יש להשתמש במברשת שיניים מיוחדת לצחצוח השיניים (זו שהמלצתי עליה בפגישה), החניכיים ו"הגשר". חשוב לדעת שחוסר שמירה על הגיינה אוראלית נאותה עלול לגרום לכתמים או אפילו חורים בשיניים ולדלקות חניכיים. במקרים חמורים אף אאלץ להפסיק את הטיפול.
5. להשלמת ההגיינה האוראלית, אני ממליץ לשטוף את הפה בשטיפת פה עם פלואוריד, וכזכור, אין לשטוף את הפה במים לאחר מכן.
6. ישנם עזרים נוספים המתזיזים סילון מים בלחץ. הם יכולים להיות יעילים לניקוי שאריות מזון גדולות מהגשר אבל בשום מקרה אינם מהווים תחליף לצחצוח שיניים באמצעות מברשת ומשחה.

7. מאכלים שיש להימנע מהם בזמן הטיפול:

א. מאכלים דביקים - עלולים להידבק לשיניים ולגשר (כגון: גומי לעיסה, סוכריות טופי).

ב. מאכלים קשים - עלולים לנתק את הקוביות מהשיניים ו/או לעוות/לשבור את החוט המחבר בין הקוביות (כגון: גזרים, תפוחים, גרעינים, באגטים או כל לחם קשה). מאכלים אלה ניתן לאכול ע"י חיתוך שלכם לפרוסות דקות לפני אכילתם.

8. במקרה שבו התנתקה קובייה או נשבר החוט או אם משהו דוקר לכם ופוצע, יש ליצור קשר עם המרפאה ולתאם תור לעזרה ראשונה.

9. במהלך הטיפול יש להקפיד לבקר אצל רופא השיניים שלכם והשיננית כל 6 חודשים (או בתדירות גבוהה יותר אם צינתי זאת).

