



# STOMARUS

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПОСЛЕ УСТАНОВКИ ПЛОМБЫ

### Сразу после лечения:

- Действие анестезии может длиться от 2 до 6 часов. Поэтому чтобы случайно не прикусить щеки, губы и язык, на время, пока действует «заморозка», откажитесь от приема пищи, в том числе и от жевательной резинки;
- У некоторых пациентов появляется незначительная чувствительность на температурные раздражители или при надкусывании на зубы, которые лечили. Обычно эти дискомфортные ощущения проходят от 2 дней до 2 недель;
- Приблизительно на неделю исключите из рациона все красящие продукты и напитки – кофе, чай, какао, ягодные морсы, сладкие цветные газированные напитки, ягоды, гранат, помидоры, соусы – они могут изменить цвет композиционного материала;
- Желательно ограничить курение на неделю после лечения, в том числе систем нагревания табака;
- Если лечение проходило на передних зубах, желательно в течение недели не пользоваться яркой помадой.

### Чтобы сохранить пломбу из композиционного материала на долгий срок:

- Не надкусывайте твердые продукты – сухари, сушки, скорлупу орехов, леденцы и т.п.;
- Не откусывайте большие куски яблок и похожих по твердости продуктов;
- Не перекусывайте зубами нитки, лески и другие предметы;
- Не совмещайте холодное с горячим: значительные и резкие перепады температур изменяют свойства композиционного

материала – из-за этого могут образоваться трещины и сколы.

## Как ухаживать за зубами с пломбами?

- Чистить зубы необходимо, как обычно, не менее 2 раз в день щеткой и подходящей под ваши потребности пастой;
- После еды желательно полоскать рот водой;
- Не используйте зубочистки – они могут повредить пломбу и поцарапать эмаль;
- Используйте зубную нить, чтобы очищать промежутки между зубами, а также ирригатор, который вымывает остатки пищи струей воды;
- Утром и вечером можно использовать противокариесные антисептические ополаскиватели для полости рта, которые не содержат в составе хлоргексидин, спирт или красители;
- Раз в полгода проходите профессиональную гигиену полости рта и полировку пломб – зубной налет при недостаточной гигиене может привести к изменению цвета композиционного материала, появлению пигментации или выпадению пломбы.

г. Минск, ул. Франциска Скорины, 5-444

А1: +375-29-364-09-09 МТС: +375-33-364-09-09

e-mail: [infominsk@stomarus.by](mailto:infominsk@stomarus.by)