

---

## Higiena protez

---

Sztuczne zęby, podobnie jak zęby własne, wymagają odpowiedniej pielęgnacji. Ma to istotne znaczenie dla zachowania zdrowia i wpływa pozytywnie na trwałość protezy. Zalegające na powierzchni protezy resztki jedzenia, sprzyjają namnażaniu się bakterii i grzybów, co może prowadzić do stanów zapalnych błony śluzowej, a także do nieprzyjemnego zapachu z ust.

1. Protezę należy do mycia wyciągnąć z ust, ponieważ staranne szczotkowanie musi odbywać się na wszystkich powierzchniach, a szczególnie tej która dotyka błony śluzowej.
2. Do mycia używamy specjalnych szczoteczek do protez z dwustronną główką lub zwykłych szczoteczek do zębów, jednocześnie dbajmy aby nie była to ta sama szczoteczka co do mycia zębów (aby się nie pomylić warto zakupić szczoteczki w różnych kolorach).
3. Nie stosujemy do mycia protez pasty do zębów! Ma ona środki ściernie, które rysują powierzchnię, przez co staje się ona szorstka i dużo bardziej podatna na odkładanie się osadów i bakterii. Taka powierzchnia staje się nadkażona i nieestetyczna. W tym celu lepiej jest stosować zwykłe mydło bądź specjalne pasty do protez. Te środki nie uszkadzają powierzchni a jednocześnie mają działanie antybakteryjne. Protezę po myciu należy dokładnie opłukać pod wodą.
4. Zalecamy aby protezę wyciągać na noc, ponieważ noszenie jej przez cały czas może powodować stany zapalne błony śluzowej.
5. Bezwzględnie zalecane jest przechowywanie protezy w suchym pojemniku, ponieważ wilgotne środowisko sprzyja rozwojowi zarazków. Przed ponownym jej założeniem wskazane jest zmożenie jej powierzchni.
6. Raz na 2 tygodnie można dodatkowo użyć specjalnych tabletek do dezynfekcji protez. Przy czym należy dokładnie przestrzegać instrukcji producenta, gdyż zbyt długie działanie tych środków może zniszczyć protezę.



- 
7. Dbaj o higienę jamy ustnej nawet przy bezzębni. Używaj płynów do płukania ust w celu usunięcia resztek jedzenia. Nie zapominaj o oczyszczaniu języka, gdyż jest to duże siedlisko dla bakterii.
  8. Nie używaj na co dzień kremów mocujących do protez. Jeśli proteza jest luźna to sygnał, że doszło do zaniku kości i należy wykonać nowe uzupełnienie.
  9. Dbanie o protezę pozwala przedłużyć jej żywotność. Niestety ciężkie warunki w jakich używana jest proteza, oraz zmiany zachodzące w organizmie sprawiają, że taka proteza traci wraz z czasem swoje pierwotne właściwości. Dlatego zalecane jest aby co kilka lat taką protezę wymienić na nową.