

SUNSTAR



# DIARIO ORTODONTICO

Il diario della mia terapia



# PRESENTAZIONE

*Il **Diario ortodontico** che abbiamo realizzato, oltre a contenere pratici suggerimenti legati alla cura dell'igiene orale, costituisce un valido supporto per il paziente, perché riassume nel dettaglio le fasi del trattamento ortodontico eseguito.*

*Una corretta compilazione consentirà un resoconto puntuale dello stato di salute della propria bocca: il paziente potrà rendersi conto della tipologia dei trattamenti in corso o già eseguiti, e consultare in maniera semplice e veloce le indicazioni che sono alla base del mantenimento della salute del cavo orale. È necessario ribadire quanto la ricerca scientifica abbia ampiamente dimostrato, vale a dire che in presenza di trattamento ortodontico la cura dell'igiene orale richiede una maggiore attenzione, al fine di evitare gravi danni a denti e gengive.*

*In tale direzione il **Diario ortodontico** si prefigge di rappresentare un prezioso strumento capace di accompagnare il paziente nelle fasi della cura, spiegandogli, anche grazie a precise illustrazioni, le informazioni da mettere in pratica per salvaguardare la propria salute orale.*

## SUSSIDI CONSIGLIATI PER LA TUA IGIENE ORALE

- 1 Compresse rivelatrici di placca
- 2 Spazzolino ortodontico
- 3 Dentifricio specifico per portatori di apparecchi ortodontici
- 4 Collutorio specifico per portatori di apparecchi ortodontici
- 5 Filo per apparecchi ortodontici
- 6 Scovolino interdentale
- 7 Spazzolino monociuffo
- 8 Cera ortodontica
- 9 Probiotico specifico per la salute orale

## AUTOVALUTAZIONE DELLA PRESENZA DI PLACCA

Prima di iniziare la terapia con l'apparecchio ortodontico è opportuno verificare che la bocca sia sana e, se così non fosse, ripristinarne la salute.

### Utilizza le compresse rivelatrici di placca GUM RED-COTE®

La placca può non essere facilmente individuabile, visto che di solito è praticamente invisibile, ma con le compresse rivelatrici di placca puoi scoprire dove si nasconde! Masticale fino alla loro completa dissoluzione e spalmale con la lingua su tutte le superfici dentali: le parti rosse evidenziano le zone con presenza di placca da rimuovere.

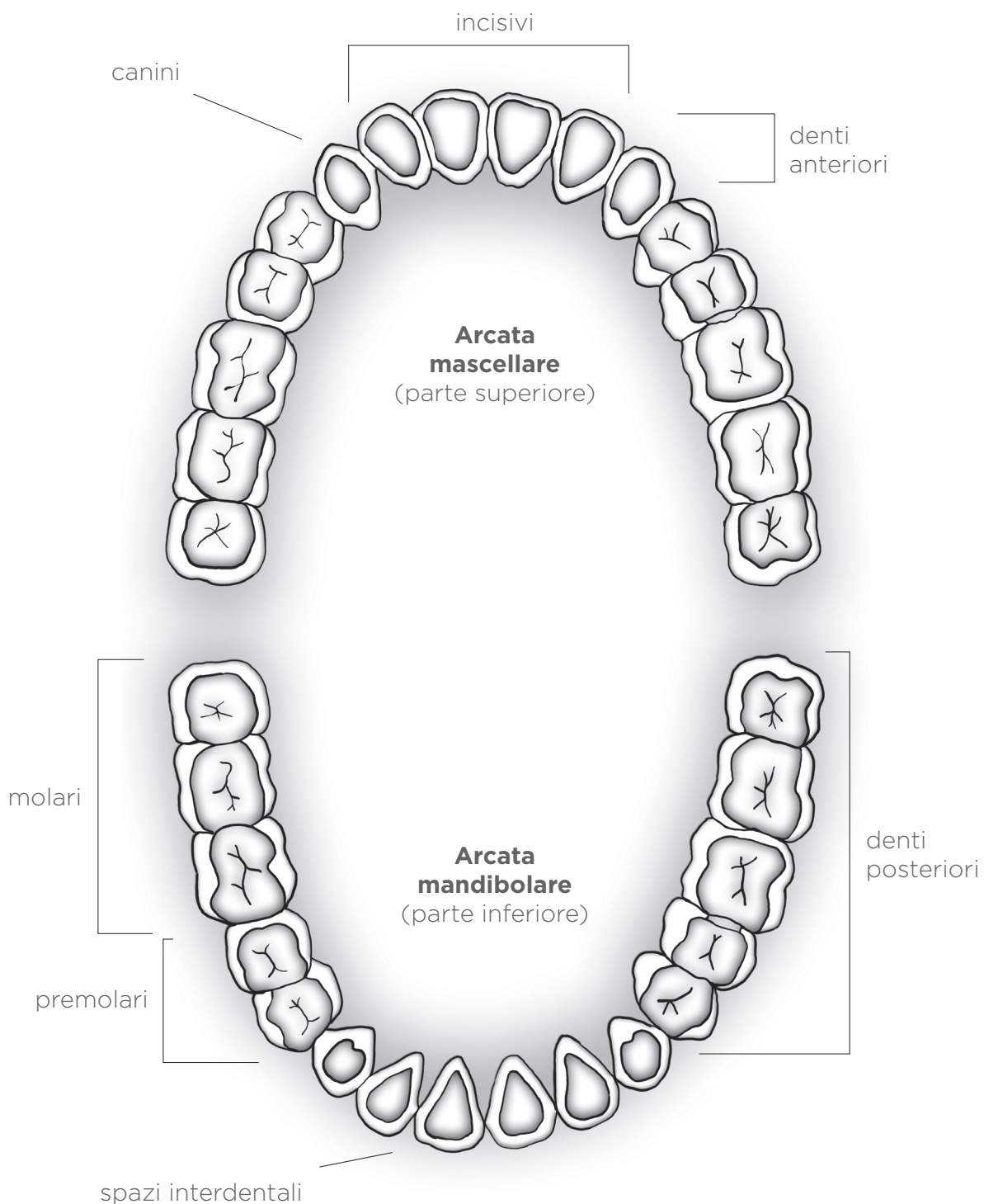
A questo punto non ti resta che utilizzare lo spazzolino da denti e/o gli scovolini interdentali su quelle aree fino a quando i denti non saranno completamente puliti.





# EVIDENZA IN ROSSO LE ZONE IN CUI È PRESENTE LA PLACCA

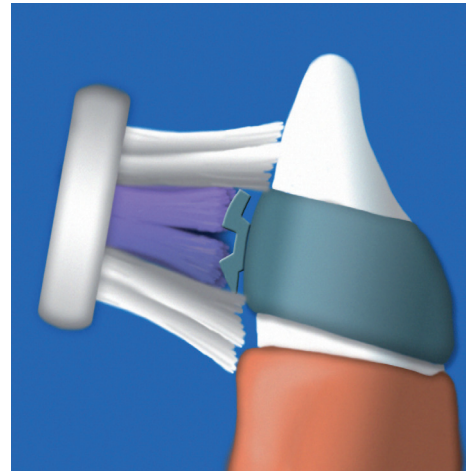
Vedrai dove agire meglio durante la pulizia dei tuoi denti.



## L'IGIENE ORALE IN PRESENZA DI APPARECCHI ORTODONTICI

Di seguito troverai una serie di procedure di igiene orale da eseguire a casa, che contribuiscono a mantenere la tua bocca in salute anche durante la terapia ortodontica, evitando l'insorgenza di infiammazioni gengivali e di carie dentali. Durante i controlli periodici l'odontoiatra o l'igienista dentale valuteranno lo stato di salute della tua bocca, intervenendo tempestivamente qualora le procedure domiciliari non fossero state sufficienti a prevenire l'insorgenza di problemi.

Non dimenticarti di abbinare sedute di igiene professionale alle procedure domiciliari!



## COSA DEVO FARE PER MANTENERE UNA CORRETTA IGIENE ORALE?

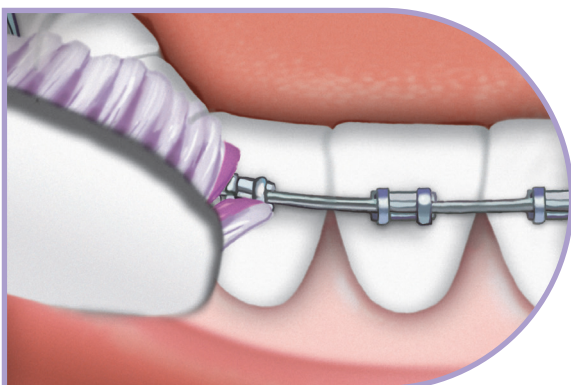


Spazzola delicatamente i denti per almeno 2 minuti 2 volte al giorno con lo **spazzolino GUM ORTHO**. Ricordati di sostituirlo quando le setole perdono la loro forma originaria e sempre dopo aver avuto l'influenza.



Applica una piccola quantità di **dentifricio GUM ORTHO** sullo spazzolino e procedi allo spazzolamento.

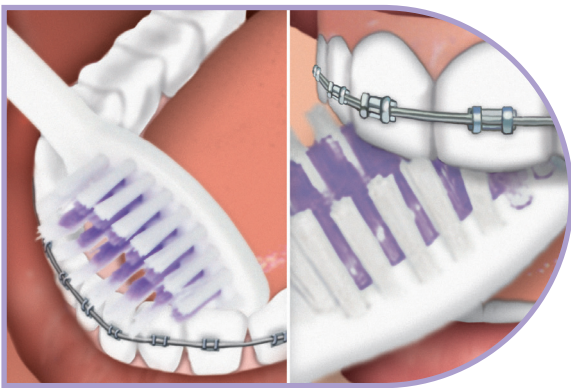
## Spazzolino ortodontico GUM ORTHO



Lo **spazzolino da denti GUM ORTHO** è appositamente progettato per scivolare dolcemente intorno all'apparecchio ortodontico, pulendo anche le aree più difficili da raggiungere. Senza esercitare una pressione eccessiva, posizionalo lo spazzolino sull'apparecchio eseguendo piccoli e delicati movimenti per disgregare la placca.

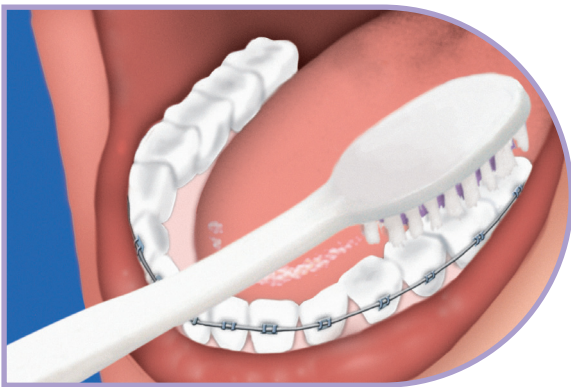


Nella parte interna della bocca posiziona lo spazzolino a livello del margine gengivale con un'inclinazione di circa 45° ed esegui movimenti di disorganizzazione della placca.



Inclina verticalmente lo spazzolino dietro ai denti anteriori.

Passa la metà anteriore dello spazzolino più volte, con movimento ascendente nell'arcata inferiore e discendente nell'arcata superiore.



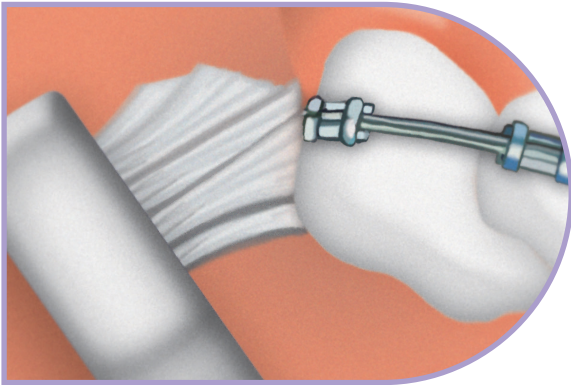
Posiziona lo spazzolino sulle superfici masticanti dei denti e adotta un movimento in avanti e indietro, strofinando con delicatezza.



Spazzola la lingua, procedendo dalla parte posteriore verso quella anteriore, al fine di eliminare i batteri che sono all'origine dell'alito cattivo.

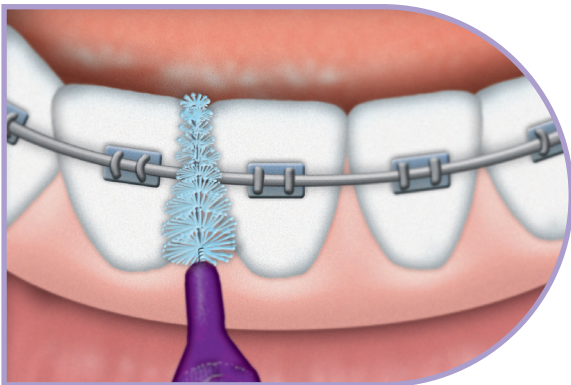


## Spazzolino monociufo GUM End-Tuft



Per pulire anche i punti più nascosti e difficili da raggiungere, come il lato posteriore di un bracket, utilizza uno spazzolino monociufo.

## Scovolino professionale GUM TRAV-LER®



Per pulire tra i denti e sotto al filo, avvaliti di uno scovolino interdentale.

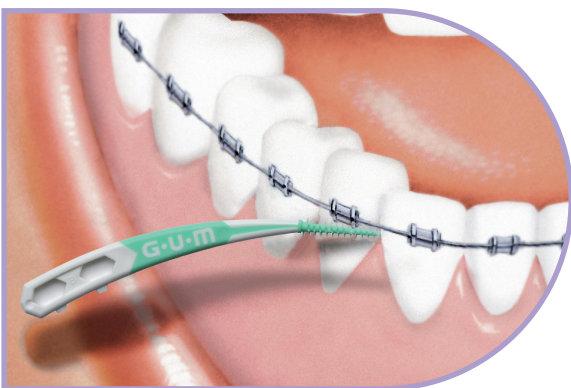
**Lo scovolino professionale GUM TRAV-LER** va usato almeno una volta al giorno, meglio dopo cena.

Basta seguire queste semplici norme:

- inserisci GUM TRAV-LER nello spazio interdentale con una leggera pressione
- tienilo leggermente inclinato dal basso verso l'alto per l'arcata inferiore e dall'alto verso il basso per quella superiore
- effettua poi delicati movimenti orizzontali per alcune volte, evitando di farlo uscire dallo spazio interdentale.



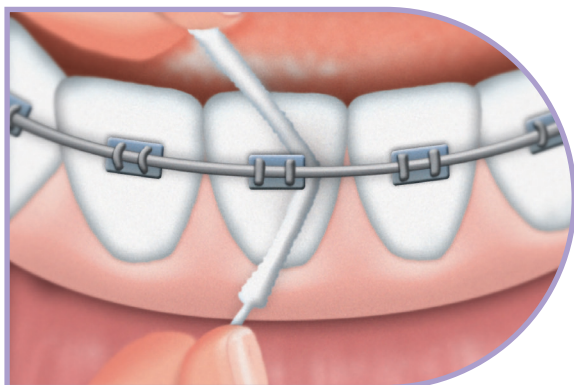
## Scovolini monouso GUM SOFT-PICKS® ADVANCED e COMFORT FLEX



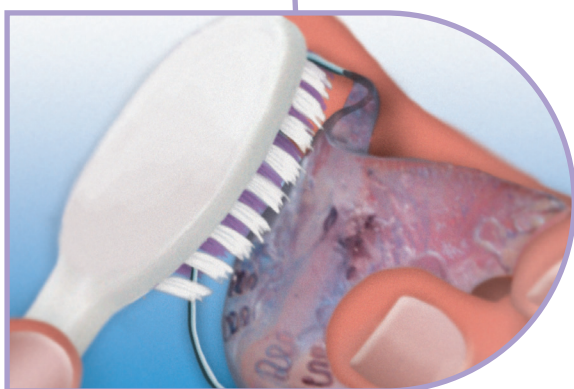
Anche fuori casa, prova questi scovolini interdentali in gomma morbida e flessibile. Consentono di rimuovere delicatamente la placca e i residui di cibo, anche dai denti posteriori e in più stimolano e micro-massaggiano le gengive, aiutando a mantenerle in salute.



## Filo interdentale GUM ORTHO



Inserisci la sezione rigida del filo nella zona interdentale e utilizza la parte spugnosa per rimuovere la placca facendola aderire accuratamente alla superficie da pulire; utilizza il **filo interdentale GUM ORTHO** anche per la pulizia attorno all'apparecchio, facendo passare la parte rigida sotto il filo ortodontico e utilizzando la parte spugnosa per pulire il bracket.



Se hai un apparecchio mobile provvedi a pulirlo dopo i pasti con uno spazzolino e immergilo in una soluzione disinfettante una volta al giorno.



Per prevenire l'insorgenza di lesioni dolorose sulla mucosa a contatto con l'apparecchio, applica una piccola porzione di **cera GUM ORTHO** a ricoprire il bracket.

Ricordati di ultimare sempre la tua routine di igiene orale effettuando uno sciacquo di 30 secondi con il **collutorio GUM ORTHO** per alleviare l'irritazione delle gengive.





# UTILIZZA PROBIOTICI SPECIFICI PER IL CAVO ORALE PER INTEGRARE LA CURA ORTODONTICA

Per rinforzare le difese naturali del nostro organismo e mantenere in equilibrio la flora orale, è necessario integrare la cura ortodontica con l'assunzione di probiotici specifici per la salute della bocca, come **GUM PerioBalance®**. Prendersi cura della propria bocca va oltre infatti la normale igiene orale, soprattutto durante la terapia ortodontica, quando la presenza dell'apparecchio favorisce l'insorgere della placca.

Tra tutte le specie di probiotici, il *Limosilactobacillus reuteri* Prodentis® è quello che ha dimostrato una migliore capacità di contrastare la placca, la gengivite e i batteri cariogeni, mantenendo in equilibrio la flora orale.



## Consigli d'uso

Assumi 1 compressa di GUM PerioBalance al giorno, dopo la normale igiene orale. Lascia sciogliere la compressa lentamente in bocca.

## FASE POST TRATTAMENTO ORTODONTICO

Terminato il trattamento ortodontico, o qualora l'odontoiatra o l'igienista dentale ne rilevassero la necessità anche nel corso del trattamento, è opportuno procedere a remineralizzare i denti con apposite applicazioni concentrate.

I pazienti adulti potranno decidere di scegliere un trattamento sbiancante per migliorare anche il colore della dentatura allineata ottenuta.

A questo punto il tuo sorriso è pronto per essere mantenuto sano e bello nel tempo!





## PRONTO SOCCORSO ORTODONTICO

### Hai perso le legature?

Se la legatura in gomma dovesse staccarsi, puoi cercare di rimetterla a posto con delle pinzette sterili. Se invece si rompe e si stacca un filo metallico di legatura, è sufficiente rimuoverlo sempre con le pinzette sterili. Se l'estremità del filo di legatura si distorce fino a pungere guance o labbro, ma la legatura non è rotta o allentata, la si può piegare verso il basso con un cotton fioc o con una gomma da matita. La mancanza o la rottura delle legature dovrebbe essere portata all'attenzione dell'ortodontista.

### Provi fastidio?

È normale per un paziente avere fastidio per un giorno o due dopo l'attivazione dell'apparecchio fisso o mobile. Talvolta ciò può rendere disagiata anche mangiare (a tal proposito è preferibile ingerire cibi morbidi).

Può essere utile sciacquare la bocca con acqua salata tiepida.

### Presenza di afte nella bocca?

Mentre è sicuro che gli attacchi ortodontici non ne sono la causa, può però accadere che la loro comparsa possa essere esacerbata da una irritazione dovuta ai brackets.

Possono allora apparire una o più zone di ulcerazione delle guance, delle labbra o della lingua. Un rapido sollievo può essere ottenuto applicando una piccola quantità di anestetico locale direttamente sulla superficie ulcerata, utilizzando un tampone di cotone.

### Irritazione delle labbra o delle guance?

A volte il posizionamento di nuovi attacchi può essere irritante per la bocca, specialmente quando mangi. Una piccola quantità di cera ortodontica rappresenta un eccellente tampone tra il metallo e la bocca. Basta prelevarne un piccolo pezzo ed arrotolarlo in forma di una sfera delle dimensioni di un piccolo pisello. Appiattire la pallina e posizionarla a coprire completamente la superficie degli attacchi che provocano l'irritazione. La cera è innocua, quindi non è un problema se viene ingerita accidentalmente.

### Fili ortodontici sporgenti?

Occasionalmente, l'estremità di un filo può spostarsi ed irritare la bocca. Utilizza un cotton fioc o una gomma di matita per spingere il filo in modo che arrivi ad essere piatto contro il dente.

Se il filo non può essere spostato in una posizione comoda, coprilo con cera per apparecchi ortodontici (come nel caso di irritazioni delle labbra o delle guance). Informare comunque l'ortodontista del problema. In una situazione in cui il filo sia

estremamente fastidioso e non riesci a recarti dall'ortodontista rapidamente, puoi, come ultima istanza, tagliare il filo. Avvolgi intorno alla zona un tessuto ripiegato o della garza al fine di evitare la deglutizione accidentale della parte.

### Hai perso attacchi, fili o bande?

Se gli attacchi si sono allentati in qualche modo e se sono stati persi dei brackets, devi avvertire l'ortodontista per stabilire i provvedimenti successivi.

I brackets sono gli attacchi ortodontici incollati direttamente ai denti con uno speciale adesivo. Il bracket può essere ingoiato se il paziente ha mangiato uno di quei cibi duri o croccanti (che i pazienti ortodontici devono evitare di consumare), o se la bocca è stata colpita durante un gioco (tutti i pazienti, specialmente quelli con apparecchio fisso, devono indossare un paradenti di protezione durante la pratica dello sport).

Se l'attacco ortodontico si presenta fuori centro, l'adesivo può avere fallito. Avverti immediatamente l'ortodontista, che deciderà l'azione da compiere.

### Hai ingerito parti dell'apparecchio?

Questo evento è raro, ma quando accade è importante cercare di mantenere la calma. Se il paziente tossisce eccessivamente o ha difficoltà a respirare, il pezzo potrebbe essere stato aspirato e si richiede un trattamento medico urgente. Se il pezzo non è stato ancora ingoiato, e siete in grado di vederlo, è possibile tentare di rimuoverlo con attenzione. Ma non fate tentativi se c'è il rischio che questi possano causare danni.

Informare immediatamente l'ortodontista.

## A PROPOSITO DI EMERGENZE, RACCONTA COSA TI È CAPITATO

---

---

---

---

---

---

---

---



SUNSTAR


**G·U·M**<sup>®</sup>



Scopri di più:



SUNSTAR ITALIANA S.R.L.

 800-580840