Co čekat od první návštěvy dentální hygieny?

Abychom vám zajistili co největší pohodlí, návštěva u našich dentálních hygienistkek obvykle probíhá v několika krocích:

1. Vyšetření stavu ústní dutiny

Hygienistka nejprve zkontroluje stav vašich dásní, přítomnost zubního plaku a zubního kamene. Zjistí, kde se nečistoty nejvíce usazují a zda dásně nemají sklon ke krvácení.

2. Profesionální čištění

- Odstranění zubního kamene: Pomocí ultrazvuku a speciálních ručních nástrojů šetrně odstraníme tvrdý zubní kámen nad i pod dásní.
- Odstranění pigmentací (Airflow): Pomocí pískování (jemný prášek s vodou) odstraníme veškeré zbylé povlaky, tmavé skvrny od kávy, čaje, jídla nebo kouření. Zubům se tak vrátí jejich přirozená barva.
- Leštění (Polishing): Povrch zubů je někdy potřeba zaleštit speciální pastou, aby byl hladký a plak na něm znovu tak snadno neulpíval.

3. Instruktáž a výběr pomůcek

Společně vybereme správný typ zubního kartáčku a přesnou velikost mezizubních kartáčků. Hygienistka vám ukáže správnou techniku čištění přímo ve vašich ústech, abyste o své zuby doma pečovali co nejefektivněji.

4. Závěrečná fluoridace

Na závěr povrch zubů ošetříme speciálním fluoridovým gelem nebo krémem na bázi umělého hydroxyapatitu, který povrch zubů posílí a zároveň dodá ochrannou vrstvu. Po profesionálním čištění jsou totiž vaše zuby v podstatě úplně „holé“.

Praktické rady před návštěvou

- Nezapomeňte si vzít své kartáčky, které doma k čištění používáte: Správná technika čištění zubů se nejlépe učí přímo ve vašich ústech. Pokud si kartáček zapomenete, můžete si jej samozřejmě u nás zakoupit.
- Běžná hygiena: Před příchodem do ordinace si normálně vyčistěte zuby tak, jak jste zvyklí.
- Informujte nás: Pokud máte citlivé zuby, obnažené krčky nebo strach, řekněte nám to předem. Postup přizpůsobíme vašemu pohodlí (v případě velké citlivosti lze aplikovat znecitlivující gel).
- Časová náročnost: První návštěva trvá obvykle 60 minut. Někdy se stane, že jedna návštěva na pečlivé vyčištění všech zubů nestačí. V tom případě následuje jedna či více návštěv, dokud není odstraněn všechen zubní kámen, není přítomný zánět a vaše zubní hygiena je na dobré úrovni.

Doporučení na závěr: Po absolvování hygieny doporučujeme alespoň 1 hodinu nejíst a nepít z důvodu zachování působení fluoridového gelu.