

# Użytkowanie i higiena protezy

1. Nosić protezę, przyzwyczajając się do niej, można spać z protezą (wcześniej oczyszczoną). Nienoszenie protezy powoduje, że zęby mimowolnie przesuwiają się w inne miejsce, co skutkuje późniejszym niemożliwością założenia protezy!
2. W związku z użytkowaniem protezy mogą pojawić się trudności z mówieniem - należy wtedy ćwiczyć mięśnie języka, ust i policzków poprzez np. rozmawianie lub czytanie na głos.
3. Zaczynać od miękkich pokarmów, powoli przechodząc na trochę twardsze, starając się rozgryzać je bokiem.
4. Możliwe są też odczuwalne zaburzenia smakowe, jednak można temu przeciwdziałać dodając do potraw przyprawy o intensywnym zapachu, np. bazylia, oregano, curry (...). Dodatkowo na smak posiłku wpływa barwa i aromat, o co należy zadbać przy jego planowaniu.
5. Nie poprawiać na własną rękę protezy, nie piłować, nie szlifować, w przypadku dyskomfortu jej noszenia bezwzględnie proszę zgłosić się do gabinetu.
6. Oczyszczać protezę specjalnie do tego przeznaczoną szczoteczką, używając szarego mydła oraz letniej lub zimnej wody - odstawić do osuszenia.
7. Jeśli czasami proteza przechowywana jest w pudełeczku, musi być tam ona włożona całkowicie sucha.
8. Na protezach może osadzić się kamień nazębny, najczęściej od strony języka w protezie dolnej oraz od policzków w protezie górnej - w takiej sytuacji można oczyścić protezę z użyciem kwasu cytrynowego, najlepiej rozcieńczonego wodą (1 szklanka wody chłodnej, 1 łyżeczka kw. cytrynowego w proszku).