



## UPUTE ZA NJEGU ZUBNE PROTEZE

### NJEGA ZUBNE PROTEZE

Danas postoje različita sredstva za njegu zubne proteze: pjene za čišćenje, četke, kutije u koje se odlažu proteze, pasta za pričvršćivanje, tablete za dezinfekciju i čišćenje. Možete ih pronaći u većini dobro opremljenih ljekarni ili u nekim trgovinama (npr. DM).

### PASTA ZA ZUBNE PROTEZE

Na tržištu se može pronaći i u obliku pjene, a služi za dnevnu higijenu i čišćenje zubne proteze zajedno s odgovarajućom četkom.

### TABLETE ZA ČIŠĆENJE ZUBNE PROTEZE

To su tablete koje se mogu koristiti svakih nekoliko dana, a preporučljivo je barem jednom tjedno. Svrha im je dezinfekcija i otapanje tvrdih naslaga na zubnim protezama.

### KREMA ZA UČVRŠĆIVANJE ZUBNE PROTEZE

Proizvod je namijenjen sprječavanju pomicanja zubne proteze. Preporuča se pri navikavanju na novu protezu kako bi se smanjili njeni pomaci i time pacijentu dalo vremena da se privikne. Krema nije prikladna za učvršćivanje istrošene ili loše oblikovane proteze koja ne prijanja dobro na desni. Kvalitetne kreme za pričvršćivanje povećavaju prirodni potencijal sline pa se krema može upotrebljavati kod nedostatka sline, odnosno kad je slina prerijetka.

### KORISNI SAVJETI ZA RAZDOBLJE PRIVIKAVANJA:

- Budite strpljivi i svjesni da je potrebno da prođe određeno vrijeme dok se u potpunosti ne priviknete na novu protezu (ovaj je period kraći ako ste već nosili protezu).
- U početku novu protezu nosite stalno, čak i noću. Tako možete skratiti vrijeme privikavanja. Ako Vas nažulja, odite stomatologu, on će znati što treba učiniti i otklonit će probleme.



- Jedite samo hranu koju je lako sažvakati, izrezanu na male komade, i obratite pozornost na to da podjednako koristite obje strane proteze.
- Ukoliko Vam se čini da Vam nedostaje sline i da teško gutate, cuclajte tvrde bombone jer pospješuju stvaranje sline i prisivanje proteze.
- Vježbajte govor pred ogledalom. Čitajte na glas – to će Vam pomoći da naučite pravilno formirati i izgovarati glasove.
- Kad skidate protezu, uvijek pazite da je u vlažnom mediju, tj. u vodi – ona nikad ne smije ostati na suhom duže vrijeme jer će se deformirati.
- Svakih 6 mjeseci javite se u stomatološku ordinaciju radi kontrole i eventualnog aktiviranja kvačica na protezi.
- Prosječna trajnost proteza je 4-5 godina. Nakon tog perioda preporučljivo je izraditi novu ili dati staru protezu na podlaganje radi atrofičnih promjena na čeljusti.