# Практические советы врача-стоматолога родителям, как правильно носить ортодонтические пластинки.

Алдабергенова Тауржан Калибековна

Жилкибаева Жанна Бопановна

Доцент кафедры ортопедической и детской стоматологии

НАО «Медицинский университет Астана»

## Пластинка — это специальное приспособление, изготовленное из акрила или другого прочного материала. Она фиксируется с помощью специальных зацепов и крючков, и оказывает направленное воздействие на положение зубов. Такое ортодонтическое лечение позволяет не только скорректировать прикус, но и решить эстетические проблемы: выровнять неправильно расположенные или повернутые зубы. Как правило, лечение назначают детям в возрасте 7–15 лет, когда челюсти еще активно развиваются и поддаются коррекции.

## Маленькие пациенты носят пластину в соответствии с четким предписанием врача. Обычно это 20–22 часа в день, в том числе в ночное время, когда нагрузка на зубочелюстную систему минимальна. Важно, чтобы ребенок надевал аппарат регулярно и не снимал преждевременно. Не забывайте напоминать о необходимости ношения и контролировать этот процесс.

## И в начале, и в процессе лечения дети могут испытывать определенный дискомфорт от конструкции во рту. Это абсолютно нормальная реакция организма, и со временем, по мере адаптации, она пройдет. Поддерживайте и подбадривайте ребенка, особенно в первые дни, когда он будет привыкать к ощущениям во рту.

## При первом использовании ортодонтической пластинки ребенок может испытывать неприятные ощущения.

## Возможно повышенное слюноотделение, чувство неестественности и неудобства при разговоре или приеме пищи. Это связано с тем, что во рту появляется инородное тело, к которому организм должен адаптироваться. Постепенно эти ощущения будут проходить.

## Важно настроить ребенка на то, что дискомфорт временный, постепенно он уйдет. Необходимо проявить терпение, последовательно приучать ребенка к ношению. Хвалите его за старания и поддерживайте, когда он сталкивается с трудностями в первые дни. Объясните, что чем регулярнее и дольше он будет использовать пластинку, тем быстрее привыкнет к ней.

## Также рекомендуется придерживаться некоторых правил, которые облегчат процесс привыкания:

## - Первые 3–5 дней при очень сильном дискомфорте, боли можно ненадолго снять аппарат. Как только ощущения уйдут, максимум через 30 минут необходимо вернуть его на место;

## - Не снимайте устройства без необходимости, чтобы не задерживать привыкание;

## - Отслеживайте реакцию ребенка и при возникновении сильного дискомфорта или боли незамедлительно обращайтесь к стоматологу;

## - Поощряйте ребенка за старания и соблюдение рекомендаций, это поможет сформировать положительное отношение к лечению.

## Регулярное очищение пластины необходимо для предотвращения скопления налета, размножения бактерий и образования неприятного запаха:

## - Очищать пластинку, как и зубы, нужно минимум 2 раза в день, мягкой зубной щеткой с использованием зубной пасты или специальных средств для ухода за ортодонтическими аппаратами;

## - После каждого снятия важно тщательно ополоснуть полость рта, промыть устройство и только потом устанавливать его на место.

## Важно правильно не только ухаживать, но и хранить пластинку, если ей кратковременно не пользуются: когда ребенок ест, во время занятий спортом, чистки зубов. Для этого необходим специальный защитный футляр или контейнер:

## - Никогда не оставляйте устройство лежать без упаковки, так как оно может деформироваться, потерять форму или стать местом скопления бактерий;

## - Не кладите аппарат без футляра на стол во время еды, в карман, рюкзак, сумку — он может деформироваться и даже сломаться;

## - Приучите ребенка всегда класть систему в защитный футляр сразу после снятия;

## - Не кладите конструкцию в воду. Полимер, из которого она изготовлена, может набухнуть и деформироваться;

## - Пластинки чувствительны к температуре. Не оставляйте их на солнце или в местах с высокой температурой, таких как автомобиль. Высокие температуры могут исказить форму устройства и сделать его непригодным для использования.

## При лечении с использованием съемной зубной пластины важны регулярные визиты к стоматологу. На приемах врач сможет оценить эффективность проводимой процедуры, состояние зубов, челюстей ребенка, щек, десен, а также при необходимости внести коррективы в конструкцию или схему ее ношения. После первичной установки ребенку необходимо посещать ортодонта каждые 4–6 недель. Невыполнение рекомендаций по посещению врача может привести к замедлению или даже остановке лечебного процесса.

## Конструкцией, ее креплениями нельзя играть, давить языком, давать поносить другим. При установке и снятии рекомендуется удерживать конструкцию за крючки, расположенные по бокам. Если не использовать аппарат хотя бы несколько часов в сутки, то это может снова вызвать чувство дискомфорта, затруднить фиксацию конструкции и ее дальнейшую работу.

## Следуйте рекомендациям этой памятки, чтобы коррекция была эффективной и комфортной для маленьких пациентов. Будьте последовательны, терпеливы и ответственно подходите к выполнению всех назначений стоматолога-ортодонта — это залог успешного результата!