

مراقبت‌های ارتودنسی

اگر برای شما هم مهم است که دندان‌های صافی داشته باشید و ناهنجاری‌های دندانی خود را از بین ببرید، ارتودنسی یکی از روش‌های مناسب برای این کار میباشد. اما در این بین مهم است که بتوانید از ارتودنسی‌های خود مراقبت کنید تا بتوانید بهترین نتیجه را از ارتودنسی دندان خود بگیرید. در این مقاله از مهراز به بررسی نکات مهم برای **مراقبت‌های ارتودنسی** میپردازیم...

با تهیه **بیمه دندانپزشکی** میتوانید **تعرفه دندانپزشکی** درمانی و زیبایی خود را تا ۵۰٪ کاهش دهید...

موارد مهمی که در این مقاله میخوانید:

====> **چرا مراقبت‌های ارتودنسی اهمیت دارند؟**

====> **مراقبت‌های ضروری در دوران ارتودنسی**

====> **مراقبت‌های پس از ارتودنسی**

چرا مراقبت‌های ارتودنسی اهمیت دارند؟

قطعاً برای آنکه بتوانید بهترین نتیجه را از روند درمانی خود بگیرید نیاز است که یکسری کارها را با توجه به دستور پزشک رعایت کنید. در این قسمت مهمترین دلایل نیاز به مراقبت ارتودنسی را بررسی میکنیم:

• تسریع روند درمان ارتودنسی:

قطعاً اگر شما طبق دستور العمل‌های پزشک خود عمل کنید و موارد گفته شده را رعایت کنید میتوانید به روند درمانی خود سرعت ببخشید.

• جلوگیری از آسیب به دستگاه ارتودنسی:

در صورتی که برخی از دستور العمل‌ها رعایت نشوند میتوانند منجر به آسیب به اجزای ارتودنسی شوند.

• کاهش درد و ناراحتی با ارتودنسی:

اگر همه چیز در روند درمان خوب پیش برود، احتمال ایجاد التهاب و درد بسیار کاهش پیدا میکند. و در آینده با مشکل رو به رو نخواهید شد.

• حفظ سلامت لثه و دندان‌ها با ارتودنسی:

در صورتی که مشکلی در پروسه درمان پیش نیاید قطعاً میتوانید سلامت دندان‌ها و لثه را به خوبی حفظ نمایید.

• ثابت ماندن نتیجه درمان با ارتودنسی:

برخی افراد نیاز به استفاده از ریتینر پس از اتمام درمان ارتودنسی دارند. این مورد باعث میشود دندان‌های درمان شده در موقعیت خود ثابت باقی بمانند.

ارتودنسی دندان با کاهش هزینه ۳۰٪ با بیمه دندانپزشکی مهراز

مراقبت‌های ضروری در دوران ارتودنسی

مسواک زدن دقیق و منظم: مسواک زدن و پاکیزه نگه داشتن محیط دهان از ملزومات داشتن سلامت دهان و دندان می‌باشد. برای حفظ سلامت دهان و دندان خود روزی دو بار و پس از مصرف وعده غذایی با مسواک و خمیر دندان مناسب مسواک بزنید. البته توجه داشته باشید که براکت‌ها و سیم‌ها آسیب نبینند و نحوه صحیح مسواک با ارتودنسی را از پزشک خود جویا شوید.

• استفاده از نخ دندان:

برای اینکه از تجمع مواد غذایی بین براکت‌ها و دندان‌ها جلوگیری کنید روزانه یکبار از نخ دندان استفاده نمایید.

• استفاده از مسواک بین‌دندانی:

مسواک‌های بین‌دندانی را برای تمیز کردن فاصله بین براکت و دندان‌ها استفاده نمایید.

• شستشوی دهان با دهانشویه:

در صورت استفاده از دهانشویه فلورایددار می‌توانید به کاهش باکتری و همچنین تقویت مینای دندان کمک کنید.

• پرهیز از خوردن غذاهای سفت و چسبناک:

در زمانی که ارتودنسی دارید باید از مصرف مواد غذایی سفت و چسبناک که باعث آسیب میشوند خودداری نمایید.

• مراقبت از براکت‌ها و سیم‌های ارتودنسی:

در صورت ایجاد هر نوع مشکل و مشاهده هر تغییر سریعا آن را به دندانپزشک خود اطلاع دهید.

• مراجعه منظم به دندانپزشک:

برای بررسی روند درمانی خود در دوره‌های مشخص به پزشک خود مراجعه نمایید.

مراقبت‌های پس از ارتودنسی

• استفاده از ریتینر:

در صورتی که پس از انجام ارتودنسی و اتمام روند درمانی از ریتینر که توسط پزشک تجویز میشود استفاده کنید، می‌توانید دندان‌ها را در موقعیت جدید خود ثابت کنید.

• مراجعه منظم به دندانپزشک:

پس از اینکه دوره درمانی شما به پایان رسید باز هم نیاز به مراجعه به دندانپزشک خواهید داشت. در نتیجه در زمان‌های معین به دندانپزشک خود مراجعه نمایید.

نتیجه‌گیری مراقبت‌های ارتودنسی

با رعایت دقیق مراقبت‌های ارتودنسی، می‌توانید به لبخند زیبا و دلنشین خود دست پیدا کنید. فراموش نکنید که ارتودنسی یک همکاری مشترک بین شما و دندانپزشک است. با رعایت توصیه‌های دندانپزشک و مراقبت از دستگاه ارتودنسی، به نتیجه مطلوب خود خواهید رسید.

سوالات متداول درباره ارتودنسی دندان

آیا می‌توان با ارتودنسی و مراقبت‌های ارتودنسی هر نوع ناهنجاری دندانی را اصلاح کرد؟

بله، ارتودنسی برای اصلاح طیف وسیعی از مشکلات دندانی و فکی از جمله دندان‌های کج، فاصله بین دندانی، دندان‌های رو به داخل و ناهنجاری‌های فکی موثر است.

آیا ارتودنسی دردناک است؟

بلافاصله پس از تنظیم دستگاه ارتودنسی ممکن است احساس ناراحتی و کمی درد داشته باشید. که با مصرف مسکن‌های ساده برطرف می‌شود.

آیا می‌توان در دوران ارتودنسی هر غذایی را خورد؟

خیر، بهتر است از خوردن غذاهای سفت، چسبناک و شیرین خودداری کنید. تا به دستگاه ارتودنسی آسیب نرسد.

آیا ارتودنسی تنها برای نوجوانان مناسب است؟

خیر، ارتودنسی برای افراد در هر سنی قابل انجام است. حتی بزرگسالان نیز می‌توانند از مزایای ارتودنسی بهره‌مند شوند.

آیا می‌توان در دوران ارتودنسی ورزش کرد؟

بله، ورزش کردن در دوران ارتودنسی بلامانع است. اما بهتر است از ورزش‌های پر برخورد خودداری کنید.

چه مدت طول می‌کشد تا نتیجه ارتودنسی مشخص شود؟

مدت زمان درمان ارتودنسی به عوامل مختلفی مانند نوع مشکل، سن بیمار و همکاری بیمار بستگی دارد. و می‌تواند از چند ماه تا چند سال متغیر باشد.

آیا پس از اتمام درمان ارتودنسی، دندان‌ها دوباره به حالت قبل برمی‌گردند؟

برای حفظ نتایج درمان و جلوگیری از برگشت دندان‌ها به حالت قبلی، استفاده از ریتینر ضروری است.

بیمه دندانپزشکی

بیمه دندانپزشکی مهراز با کاهش هزینه ۵۰ درصدی به عموم مشتریان این اطمینان را به شما میدهد که بتوانید با کمترین هزینه، سلامت دندان‌های خود را تضمین کنید. همانطور که میدانید هزینه‌های مرتبط با خدمات دندانپزشکی در دسته گران‌ترین خدمات درمانی قرار می‌گیرد. از این رو داشتن یک بیمه دندانپزشکی جهت کاهش هزینه‌های این خدمات میتواند در این شرایط بسیار کمک کننده باشد. در نتیجه شما میتوانید با انتخاب یک بیمه دندانپزشکی مناسب هزینه‌های خود را به طرز قابل توجهی کاهش دهید.

بهترین بیمه دندانپزشکی

از مهمترین ویژگی‌های یک بیمه خوب و مناسب برای افراد میتوان به میزان درصد کاهش هزینه‌های آن اشاره نمود. بیمه دندانپزشکی مهراز با پوشش ۵۰ درصد از هزینه‌های دندانپزشکی کمک شایانی به کاهش هزینه‌های دندانپزشکی مینماید. از دیگر ویژگی‌های بهترین بیمه دندانپزشکی می‌توان به انتخاب آسان مراکز درمانی و پزشک و همچنین فرآیند سریع تهیه و ارسال بیمه نامه نیز اشاره کرد. که اینها باعث ارتقای تجربه شما در مراقبت‌های دندان می‌شوند.

خرید بیمه دندانپزشکی

شما میتوانید با **خرید بیمه دندانپزشکی** مهراز از کاهش هزینه ۵۰ درصدی واقعی برای تمامی خدمات درمانی و زیبایی دندانپزشکی خود بهره مند شوید. همچنین از مزایای خرید کارت تخفیف دندانپزشکی مهراز میتوان به امکان استفاده از خدمات بلافاصله پس از صدور کارت اشاره کرد. همچنین امکان مراجعه به نزدیکترین مراکز درمانی در سراسر کشور جهت استفاده از خدمات را خواهید داشت. برای دریافت این بیمه میتوانید از طریق سایت و شبکه های اجتماعی و یا به صورت حضوری و تلفنی نیز اقدام نموده و در سریع ترین زمان ممکن بیمه نامه خود را در محل مورد نظرتان دریافت نمایید.

منابع: الهام گرفته از مجموعه مقالات بین المللی ISI درباره **ارتودنسی دندان**

