



מזל טוב !!!

בשעה טובה סיימת את הטיפול האורתודונטי ואפשר לחזור לאכול כרגיל, בלי ההגבלות על מזון דביק או קשה היו במהלך טיפול עם מכשור קבוע ("קוביות", "גשר").

המכשור האורתודונטי (קוביות, טבעות, קשתות וכו') הוסר ועכשיו יהיה יותר קל לצחצח את השיניים והחניכיים.

בזמן שעברת את הטיפול, יתכן והיה קושי להגיע ולצחצח את כל המקומות ונוצרו דלקת ונפיחות בחניכיים. הדלקת והנפיחות יפחתו בימים ובשבועות הקרובים ומראה החניכיים ישתפר. יש להקפיד לצחצח היטב אך בעדינות את השיניים והחניכיים גם אם קיים מעט דימום בזמן הצחצוח.

כפי שהסברנו לפני תחילת הטיפול, לשיניים יש נטיה להמשיך ולזוז.

השיניים לא רק נוטות לחזור לעמדתם הקודמת, כפי שהיתה לפני הטיפול, אלא גם נוטות להמשיך ולהצטופף במשך כל חיינו. במקרים מסויימים, למשל אם קיימים הרגלים כמו דחיקת לשון, הרגל כסיסת ציפורניים או החזקת חפץ זר בפה, נטיית השיניים לזוז לאחר הטיפול יכולה להיות מוגברת מאוד.

כדי לשמור על תוצאת הטיפול בצורה המיטבית, אצל רוב המטופלים מודבק **קיבוע קבוע** פנימי. קיבוע זה אינו ניתן להכנסה ולהוצאה על ידך. בגלל נטיית השיניים לזוז משך כל החיים, ד"ר ברזון ממליץ להשאיר קיבוע זה באופן קבוע.

במידה ותרצה/י להסיר את הקיבוע הקבוע, זה אפשרי, אולם אז יש לנו פחות בטחון ביכולת לשמור על תוצאת הטיפול לאורך זמן.

הקיבוע מודבק אל השיניים ויתכן וכפתורי הדבק יתנתקו מהשן. יתכן גם שחוט המתכת, ממנו מורכב הקיבוע, ישבר.

ד"ר ברזון יבדוק את הקיבוע בכל ביקורת אבל במידה ואת/ה מרגיש/ה משהו לא תקין בקיבוע- יש להודיע מיד למרפאה ולקבוע תור לבדיקה נוספת מוקדם ככל האפשר.

במידה והקיבוע התנתק משן או שהקיבוע נשבר- שיניים יכולות להתחיל לזוז. תזוזה זו יכולה להיות מהירה ולכן מומלץ לא להמתין לביקורת הבאה אלא להגיע לבדיקה. במקרים מסויימים- אם תזוזה השיניים לאחר הטיפול היתה משמעותית- יתכן ויהיה צורך בטיפול אורתודונטי נוסף כדי להביאן לעמדה הרצויה!

כאשר קיים קיבוע קבוע אין הגבלות אוכל מיוחדות, כפי שהיו במהלך הטיפול. ניתן לאכול מזון דביק או קשה אך מומלץ מאוד שלא להשתמש בשיניים לפעולות שאינן אכילה (כגון פתיחת שקיות / בקבוקים וכו' או כסיסת ציפורניים) ולהמעיט בפיצוח גרעינים.

כאשר קיים קיבוע קבוע, לא ניתן לנקות בין השיניים המחוברות לקיבוע בעזרת חוט דנטלי רגיל, אך ניתן להשתמש בחוט דנטלי בכל השיניים שאינן מחוברות לקיבוע.

כדי לנקות בין השיניים המחוברות לקיבוע ניתן להשתמש באחד האמצעים הבאים:

- קיסם דנטלי
- מברשיות אינטר-פרוקסימליות
- חוט דנטלי מיוחד (כגון super floss) אותו משחילים מתחת לקיבוע, מנקים ומשחררים.

בטיפול הבא אצל השיננית, מומלץ לבקש שהשיננית תתאים לך את אמצעי הניקוי המתאים ביותר ותדריך אותך באופן השימוש בו.



בנוסף, רוב המטופלים מקבלים גם קיבוע נשלף (פלטה). פלטה זו יכולה להיות מורכבת מפלסטיק ופסי מתכת או להיות שקופה לגמרי. ד"ר ברזון יתאים את סוג הפלטה המתאימה והנחיות משך ושעות הלבישה לכל מטופל באופן פרטני, אולם בדרך כלל ההמלצה היא ללבוש את הפלטה בכל לילה למשך השנה הראשונה. לאחר שנה, במידה והכל תקין ויחסית יציב, בדרך כלל ניתן להפחית את הלבישה וללבוש כל לילה שני לסירוגין (לילה כן, לילה לא...) ולאחר שנה נוספת להפחית עוד את הלבישה כך שלובשים את הפלטה במשך 1-2 לילות בשבוע. בגלל נטיית השיניים להמשיך לזוז עם השנים, מומלץ להמשיך ללבוש את הפלטה בתדירות של 1-2 לילות בשבוע.

במידה ולא לובשים את הפלטה לפי ההוראות עלולה להיווצר תזוזה של השיניים כך שהפלטה לא תתאים יותר ולא ניתן יהיה להמשיך להרכיב אותה. דע/י שקיימים אנשים רבים אשר סיימו טיפול אורתודונטי שהשיג תוצאה טובה מאוד, אבל בגלל שלא התמידו בהרכבת הפלטה, עוברים טיפול אורתודונטי נוסף בגיל מבוגר. חשוב להכיר כמה הנחיות שיעזרו לשמור את הפלטה תקינה לאורך זמן:

- את הפלטה יש להרכיב בלילה, בזמן השינה, לאחר צחצוח השיניים. ניתן לשתות מים קרים או פושרים כאשר מרכיבים את הפלטה אבל אין לאכול או לשתות שתיה אחרת (חמה או ממותקת) בזמן שהפלטה נמצאת בפה. אם רוצים לאכול, מורידים את הפלטה, אוכלים, מצחצחים שוב את השיניים ומרכיבים את הפלטה על שיניים נקיות.
- בבוקר, מסירים את הפלטה מהשיניים, מצחצחים את השיניים ומצחצחים בנפרד את הפלטה. את הפלטה יש לצחצח עם מברשת שיניים. ניתן לצחצח את הפלטה עם מעט משחת שיניים. חשוב לצחצח את הפלטה במים פושרים או קרים היות ומים חמים עלולים לגרום לעיוות של הפלטה ובמקרים מסויימים היא כבר לא תתאים לשיניים! מומלץ לצחצח את הפלטה מעל הכיור או השיש. צריך לזכור שהפלטה קטנה וחלקה ואם היא תיפול, היא עלולה להישבר.
- את הפלטה הנקיה יש להניח רק בקופסא שקיבלת מד"ר ברזון. אין חובה לייבש את הפלטה לפני שמניחים אותה בקופסא כי בקופסא יש חורי אוורור. אין לשמור את הפלטה בכיס כי עלולים לשבת עליה ולשבור אותה ואין להניח אותה בתוך טישו כי כך קורים רוב מקרי איבוד הפלטה.
- את הקופסא עם הפלטה יש לשמור במקום בטוח, הרחק מהישג ידם של ילדים, כלבים ושאר מזיקים...  
• טבליות ניקוי: צחצוח עם מברשת ומעט משחת שיניים בדרך כלל מספיק לשמור על נקיית הפלטה אבל לפעמים יש צורך בניקוי יותר יסודי. על הפלטה עלולים להיווצר משקעי אבנית או משקעים אחרים. לצורך ניקוי יותר יסודי ניתן להשתמש בטבליות מיוחדות, הנמכרות בבתי מרקחת, לניקוי פלטות אורתודונטיות. ממיסים את הטבליה בקערת מים ומניחים בתוך מים אלו את הפלטה למספר שעות לפי ההנחיות של יצרנית הטבליות. חלק מיצרני הטבליות ממליצות להשתמש בטבליות כל יום אך בדרך כלל מספיק שימוש פחות תכוף (פעם בשבוע, פעם בחודש וכו').
- הפלטה עלולה לשנות מעט את צבעה ועלולים גם להופיע סדקים קטנים בגבול הפלטה. במידה והפלטה נשחקה מעט יופיעו אזורים מחוספסים או חורים קטנים. הסדקים, אזורי החספוס, החורים הקטנים ושינוי הצבע אינם פוגעים בפעילות הפלטה וניתן להמשיך להשתמש בה. כדאי להבין שהפלטה הוכנה לפי מצב החניכיים והשיניים כפי שהיה בסיום הטיפול. אם היתה נפיחות קלה של החניכיים בזמן הטיפול, ונפיחות זו ירדה לאחר הטיפול, עלול להיווצר רווח קטן בין הפלטה והחניכיים. רווח זה אינו מעיד על בעיה ואינו מפחית מעילות הפלטה.
- אין לשחק עם הפלטה. הכנסה והוצאה תכופה ובעזרת הלשון עלולים לגרום לעיוות הפלטה ולכך שהפלטה תרגיש רפויה מדי. הכנת פלטה חדשה או תיקון של פלטה כרוכים בתשלום נוסף. שמור / שמרי על הפלטה!  
• במידה ויבוצע שינוי בצורת השיניים (כגון השלמות, סתימות) יתכן ויהיה צורך בהכנת פלטה חדשה.  
• במידה והפלטה נשברה או אינה מתאימה יש להודיע מיד למרפאה. אין לנסות ולתקן לבד את המכשיר.  
• יש להביא את הפלטה איתכם לכל ביקורת אצל ד"ר ברזון. הביקורת הראשונה היא בדרך כלל 3-4 לאחר סיום הטיפול והשניה כשנה לאחר סיום הטיפול.

**בכל שאלה או בעיה – נא לפנות לד"ר ברזון. נשמח לעזור!**