

# Atmintinė nešiojant plokštelę



## ✓ Plokštelės dėvėjimas

Dėvėti būtina mažiausiai 14-16 valandų per parą. Galutinis gydymo rezultatas priklauso nuo plokštelės nešiojimo trukmės, todėl kuo ilgiau plokštelė bus nešiojama, tuo greičiau ir geresnį rezultatą galima pasiekti. Jei nebus laikomasi nešiojimo režimo, gydymo rezultatai nebus pasiekti.

## ✓ Diskomfortas pirmosiomis nešiojimo dienomis

Gali būti jaučiamas tempimas, sutrikusi kalba, seilių kaupimasis, sunkumas jas ryjant. Reikalingos kelios dienos apsiprasti su plokšte. Adaptaciniam laikotarpiui praėjus, šie pojūčiai išnyksta.

## ✓ Nešiojant plokštelę venkite traumų

Pacientai, kurie lanko kontaktinio sporto treniruotes, aktyviai sportuoja, treniruočių metu turėtų plokštelę įsidėti į specialiai jai skirtą dėžutę.

## ✓ **Spaudžiant ar negalint nešioti plokštelės dėl kitų priežasčių**

Tokiu atveju nereikėtų laukti kito vizito ar taisyti plokštelės patiems. Nedelsiant kreipkitės į gydytoją ir jis Jums pagelbės.

## ✓ **Specialus ortodontinis sraigtas**

Jei plokštelėje yra specialus ortodontinis sraigtas, pasitelkiant raktelį jis turi būti pasukamas rodyklės kryptimi taip dažnai, kaip nurodė gydytojas.

## ✓ **Valgymas**

Valgyti su plokšte negalima. Draudžiama kąsti ir kramtyti kietą maistą. Valgio metu plokštelę įsidėti į specialiai jai skirtą dėžutę. Po valgio prasiskalauti burną ir plokštelę.

## ✓ **Plokštelės laikymas**

Reikia plokštelę saugiai laikyti jai skirtoje dėžutėje tuo metu, kuomet ji yra ne burnoje. Saugoti plokštelę nuo naminių gyvūnų.

## ✓ **Plokštelės priežiūra**

Rytą ir vakarą, valant dantis, plokštelę išsiimti ir išplauti su kietu šepetėliu (dantų valymui naudoti minkštą dantų šepetėlį) ir pasta. Plokštei valyti ir dezinfekuoti taip pat tinka specialios, vaistinėse parduodamos priemonės, skirtos plokštelių priežiūrai.