

שמירת הפה והשיניים **סיום טיפול שיניים משמר ומשקם**

סוף סוף הגיע שלב השיקום לסיומו המוצלח.
הגם ששלב זה חשוב מאד בהחזרת התפקוד והאסתטיקה,
חשוב יותר לשמור על מספר כללים אשר יבטיחו שמירה על מצב זה לאורך זמן.

מניעת עששת ומחלות חניכיים

- **ניקוי קפדני** של השיניים והחניכיים משיירי מזון ומחידדים בעזרת מברשת שיניים ואמצעים לניקוי בין השיניים (חוט דנטלי ו/או מברשת ייעודית).
- **שטיפות פלואור באופן יומיומי לפני השינה**, לחיזוק השיניים ולהקטנת פגיעותן מעששת.
- **אימוץ הרגלי תזונה נכונים**, הקטנת צריכת הממתקים ואכילתם סמוך למועד הארוחות ולא בין הארוחות.

ביקורת תקופתית אצל רופא השיניים והשיננית

השחזורים שבוצעו אינם מחסנים את השיניים מפני עששת ומפני מחלות חניכיים. להיפך, אנשים שבפיהם שחזורים רבים רגישים יותר למחלות אלה.
לכן, יש חשיבות רבה לביצוע ביקורות חוזרות אחת לחצי שנה (או בהתאם להנחיות הרופא), אשר יאפשרו אבחנה מוקדמת של בעיות וטיפול יעיל בהן.

לתשומת לבך:

אם שחזור מתרופף או משתחרר ממקומו, או אם מופיעים כאבים או רגישות אנא הגיע למרפאה במהירות האפשרית, כדי לאפשר טיפול מהיר בבעיה, וכדי להקטין את הסיכויים לסיבוכים מיותרים.