

## Памятка пациенту в ретенционном периоде после ортодонтического лечения

- Ретенционный (закрепляющий) период ортодонтического лечения начинается с момента снятия брекет-системы. Для сохранения устойчивого результата длительность времени ношения ретенционных аппаратов должна равняться приблизительным двум срокам активного ортодонтического лечения (средние сроки ретенционного периода 3-5 лет). В некоторых случаях он может быть неограниченным по времени.

- Ваш лечащий врач рекомендует оптимальный выбор ретенционного аппарата для Вашего клинического случая. Это может быть несъёмный металлический ретейнер (дуга, фиксирующаяся на внутреннюю поверхность 6-8 передних зубов верхней и нижней челюсти), съёмная каппа из силиконового материала, съёмный пластиночный аппарат с вестибулярной дугой, один из видов миофункциональных трейнеров.

- Фиксация несъёмного ретейнера производится непосредственно после снятия брекет-системы после проведения процедуры профессиональной гигиены полости рта. Данная конструкция абсолютно незаметна, не вызывает изменения дикции, комфортна при ношении. Такой вид ретейнера позволяет в течение длительного времени сохранить стабильный результат лечения в эстетически значимой зоне передних зубов, в то же время позволяя свободным жевательным зубам сохранить их физиологическую подвижность для формирования оптимальных жевательных контактов.

- Уход за несъёмным ретейнером требует поддержания хорошей индивидуальной гигиены в области его фиксации. Герметичное и безопасное соединение металлической дуги с тканями зуба обеспечивается фиксацией её на пломбировочный материал, тем не менее на свободных участках дуги в случае плохой чистки зубов может накапливаться микробный зубной налёт, создавая угрозу развития кариеса. Поэтому чистите зубы не реже 2 раз в день, используя дополнительные средства гигиены (ирригатор, зубные ёршики, монопучковая зубная щётка). Не используйте зубную нить в области фиксации ретейнера. Раз в полгода посещайте гигиениста для проведения профессиональной гигиены.

- Употребление жёсткой пищи (откусывание жёстких продуктов - морковь, сухари) может вызвать поломку или отклейку ретейнера, и, как следствие, нежелательное перемещение зубов. Избегайте чрезмерной нагрузки на зубы во время ношения ретейнера.

- В случае отклейки или поломки ретейнера незамедлительно обратитесь к лечащему врачу для её устранения. Если край дуги царапает язык, временно воспользуйтесь изоляционным воском.

- Средний срок службы несъёмного металлического ретейнера от 2 до 4 лет. Не забывайте о важности профилактических осмотров (не реже, чем 1 раз в полгода) для контроля состояния дуги и её прикрепления. В случае, если рекомендуемый период ношения несъёмного ретейнера превышает срок его службы, производится замена металлической дуги на новую.

- Целесообразность назначения и режима ношения съёмных ретенционных аппаратов (капп, пластинок или трейнеров) определяется лечащим врачом. Берегите Ваш съёмный аппарат, надлежащим образом ухаживайте за ним (дважды в день чистите отдельной зубной щёткой, храните в твёрдом футляре). В случае возникновения дискомфорта во время его ношения или при поломке аппарата, обратитесь к врачу-ортодонт.

**Конечный результат ортодонтического лечения достигается силами как врача, так и пациента. Выполняйте рекомендации Вашего ортодонта, вовремя проходите профосмотры.**