

# Съемные зубные протезы. Как привыкнуть и ухаживать за ними?

На наши вопросы отвечает врач стоматолог-ортопед Седова Наталия Владимировна

## - Как привыкнуть к съемным зубным протезам?

В самом начале использования съемные протезы ощущаются как инородное тело и могут вызвать дискомфорт, нарушать дикцию, изменять вкусовые и температурные ощущения, затруднять откусывание и пережевывание пищи, а также возможна неудовлетворительная фиксация протезов или попадание остатков пищи под них. Многие пациенты жалуются на боль, она возникает чаще всего во время еды, поэтому в первые несколько недель лучше ограничить количество твердой пищи. Исключите из своего меню орехи, яблоки, жесткое мясо, которые могут причинить вам дискомфорт, а также могут повредить или послужить поломке протеза. Первое время пищу нужно разрезать на кусочки и постепенно

переходить к привычному режиму питания. Нельзя резко сокращать количество приемов пищи. Многие пациенты из-за страха болезненных ощущений переходят на йогурты, супы и пюре. Это не совсем правильно, так как жевательная нагрузка является важным моментом в процессе привыкания к протезу.

При нарушении произношения и дикции можно читать вслух, при этом уделять особое внимание согласным звукам, произносить скороговорки. Если вас беспокоит повышенное слюноотделение или же сухость во рту, пейте на протяжении дня достаточное количество воды мелкими глотками. Если у вас возникает рвотный рефлекс, рекомендуется глубоко дышать через нос, прополоскать рот солевым раствором, попробовать рассасывать леденцы. Окончательная адаптация съемных протезов наступает примерно через 3-4 недели. После этого периода пациент уже комфортнее чувствует себя с протезами, чем без них. Главным условием скорейшего привыкания к протезам является

желание пациента научиться ими постоянно пользоваться.

## - Как улучшить фиксацию съемных протезов?

Не всегда анатомические условия в полости рта позволяют создать хорошую фиксацию для съемных зубных протезов. Особенно это касается полного отсутствия зубов на нижней челюсти. Если протез ненадежно фиксируется в ротовой полости, можно использовать специальные закрепляющие средства, которые помогают надежно закрепить протез. С выбором фиксирующего средства вам поможет определиться Ваш стоматолог-ортопед.

## - Что такое коррекция (поправка) протеза?

После первых часов носки съемных зубных протезов, как правило, появляются болевые ощущения. Это обусловлено постепенным привыканием слизистой оболочки полости рта. Для устранения неприятных ощущений в полости рта необходимо записаться на прием к врачу стоматологу-ортопеду на коррекцию протеза.

Первая коррекция, как правило, проводится на следующий день после сдачи протеза. Последующие необходимо проводить по мере необходимости. При возникновении сильных болей необходимо снять зубные протезы, и записаться на коррекцию, и перед тем, как идти к врачу, протезы обязательно нужно надеть и походить с ними не менее 2-4 часов. Это позволит врачу увидеть четкий отпечаток на слизистой оболочке и скорректировать только то место, которое вызывает боль.

Не пытайтесь самостоятельно поправить протезы, это может привести к нарушению его фиксации и даже поломке. При этом, после подобного «ремонта», что-либо сделать с протезами в клинике бывает уже невозможно, в результате придется изготовить новые протезы.

## - Как ухаживать за съемными зубными протезами?

Съемные зубные протезы нуждаются в регулярной чистке. Опти-

мальный вариант — это ежедневная двухразовая чистка зубной щеткой с пастой плюс после каждого приема пищи промывать съемные протезы под проточной водой. Также для очистки зубных протезов рекомендуется пользоваться специальными очищающими таблетками, которые помогают избавиться от налета и уничтожают бактерии, вызывающие неприятный запах изо рта. Не регулярно соблюдение норм гигиены съемных зубных протезов является причиной воспалительных реакций в полости рта. Также теряют свой внешний вид от чрезмерного употребления крепкого чая, курения и черного кофе. Следует беречь съемные зубные протезы от механических и химических повреждений, а также от воздействия высоких температур. Хранить съемные протезы лучше всего в специальных контейнерах.

Главный критерий — протез должен быть таким же чистым, как в первый день. Чем чище протез, тем комфортнее Вы будете ощущать его в полости рта. ■

ЯЗЫКОМ ЦИФР

## Выплаты врачам

14 миллионов рублей выплатили ярославским медикам, заразившимся коронавирусом. Двести медиков в Ярославской области получили по 68811 рублей. Такая выплата предусмотрена тем медработникам, которые из-за того, что заразились коронавирусом, утратили трудоспособность, но не стали инвалидами.



### ■ Ольга СКРОБИНА

Вместе с тем регионе предусмотрены выплаты медработникам, чье заражение привело к более тяжелым последствиям. Если заразившийся получил I группу инвалидности, то размер выплаты – 2 064 339 рублей, II группу – 1 376 226 рублей, III группу – 688 113 рублей. Если же заразившийся медик умирает, его семье положено 2 752 452 рубля.

– Для получения выплаты инфицирование должно быть подтверждено лабораторными методами, – отметил заместитель председателя Правительства Ярославской области Анатолий Гулин.

В ближайшее время выплату получают родственники умершего из-за коронавируса медработника. Еще одна смерть останется неоплаченной, поскольку у медработника родственники не нашлись. ■

Фото: Юлия БАЗАЙ

АКТУАЛЬНО

ПРАВИТЕЛЬСТВО  
ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ

**С 20 ИЮЛЯ ВОЗВОЗНАВЛЯЕТСЯ ПЛАНОВАЯ СТАЦИОНАРНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ:**

 в Областной клинической больнице	 в Центральной городской больнице	 в больнице имени Соловьева
 Офтальмология Кардиохирургия Челюстно-лицевая хирургия Нейрохирургия	 Офтальмология	 Травматология-ортопедия Челюстно-лицевая хирургия Нейрохирургия

## Плановая помощь

С 20 июля в Ярославской области начался очередной этап возобновления плановой медицинской помощи. В стационарах областной клинической больницы, больницы имени Соловьева, Центральной городской больницы будет оказываться помощь по направлениям: травматология, офтальмология, кардиохирургия и челюстно-лицевая хирургия, нейрохирургия.

### ■ Ольга СКРОБИНА

– Эпидемиологическая ситуация в регионе несколько стабилизировалась, мы наблюдаем снижение числа больных коронавирусом, поэтому можем постепенно возвращаться и к оказанию плановой медицинской помощи, – сказал губернатор Дмитрий Миронов. – Тем более потребность в ней назрела большая, было отложено много операций и необходимых курсов лечения. Возвращение в больницы будет проводиться с большими мерами предосторожности: сначала пациентов будут

осматривать врачи-терапевты – измерять температуру и пульс. Посещение больных, находящихся на лечении в стационарах, будет исключено.

Возобновление плановой медицинской помощи происходит одновременно с сокращением медицинских коек, перепрофилированных под прием пациентов с коронавирусной инфекцией. Из 1559 коек сейчас осталось 1264. Сокращение продолжится и в дальнейшем. Однако на случай новой волны COVID-19 в регионе будет сохранено порядка 600 профильных коек. ■