Samoplačniška zobna ordinacija ASDENTAL

HIGIENA ZOBNIH VSADKOV

Ustrezna ustna higiena je ključnega pomena za dolgoročni uspeh in stabilnost zobnih vsadkov. Čeprav zobni vsadki ne podležejo zobni gnilobi, so **občutljivi na vnetje dlesni in obvsadkovnih tkiv**, kar lahko ob neustrezni negi vodi v zaplete, kot je periimplantitis.

Z redno in pravilno nego lahko bistveno zmanjšate tveganje za vnetja ter podaljšate življenjsko dobo zobnega vsadka.

Vsakodnevna higiena doma

Ščetkanje

- Zobe in vsadke ščetkajte **vsaj dvakrat dnevno**, zjutraj in zvečer.
- Uporabljajte **mehko ali ultra mehko zobno ščetko**, ki ne poškoduje dlesni.
- Zobna pasta naj bo **neabrazivna**, po možnosti namenjena občutljivim dlesnim.
- Posebno pozornost namenite **prehodu med vsadkom in dlesnijo**, kjer se najpogosteje nabirajo obloge.

Električne zobne ščetke so dovoljene in priporočljive, če imajo nastavek z mehkim ščetinjem in se uporabljajo nežno.

Čiščenje medzobnih prostorov

- Za čiščenje okoli vsadka uporabljajte:
  - **zobno nitko za vsadke** (posebna nitka z mehkim srednjim delom),
  - **medzobne ščetke** ustrezne velikosti s plastično prevlečeno žico.
- Medzobno čiščenje izvajajte **vsaj enkrat dnevno**.
- Ne uporabljajte pretrdih ali kovinskih pripomočkov brez zaščite, saj lahko poškodujejo površino vsadka.

Ustne vode

- Po navodilu zobozdravnika lahko občasno uporabljate **antibakterijske ustne vode**.
- Dolgotrajna uporaba močnih razkužil (npr. klorheksidin) ni priporočljiva brez strokovnega nadzora.
- Za vsakodnevno uporabo so primernejše **blage ustne vode brez alkohola**.

Higiena v prvih dneh po vstavitvi vsadka

- Prvih 24 ur po posegu **ne izpirajte ust**.
- Od drugega dne dalje lahko usta nežno izpirate po navodilih zobozdravnika.
- Operiranega področja **ne ščetkajte neposredno**, dokler vam zobozdravnik ne dovoli (običajno po nekaj dneh).
- Okoli vsadka čistite zelo nežno in previdno.
- Strogo se izogibajte kajenju, saj bistveno poveča tveganje za vnetje in neuspeh vsadka.

Redni zobozdravstveni pregledi in profesionalno čiščenje

- Redni pregledi (običajno vsakih 6 mesecev) so nujni za spremljanje stanja vsadka in obzobnih tkiv.
- Profesionalno čiščenje odstrani obloge na mestih, ki jih doma težko očistite.
- Zobozdravnik ali ustni higienik uporablja **posebne instrumente za vsadke**, ki ne poškodujejo njihove površine.
- Po potrebi se opravijo tudi rentgenske kontrole za spremljanje stanja kosti okoli vsadka.

Znaki, na katere bodite pozorni

Če opazite katerega od naslednjih znakov, se nemudoma obrnite na zobozdravnika:

- krvavenje dlesni okoli vsadka,
- rdečino, oteklino ali bolečino,
- neprijeten okus ali izcedek,
- občutek majavosti vsadka.

Zgodnje ukrepanje omogoča uspešno zdravljenje in prepreči resnejše zaplete.

Za dolgoročno uspešnost zobnih vsadkov

Dosledna ustna higiena, zdrave življenjske navade in redni pregledi so temelj za dolgo življenjsko dobo zobnih vsadkov. Z ustrezno nego lahko vsadki ob pravilni oskrbi služijo **več desetletij**.

Če imate vprašanja glede nege zobnih vsadkov ali izbire ustreznih pripomočkov, se vedno posvetujte s svojim zobozdravnikom ali ustnim higienikom.