



Indicazioni IOD ORTODONZIA FISSA

perché è importante?

L'apparecchio ortodontico fisso crea molte piccole zone in cui possono accumularsi placca e residui alimentari. Una pulizia accurata è fondamentale per mantenere sani denti e gengive durante il trattamento e ridurre il rischio di carie, infiammazione gengivale e macchie dello smalto.

Quali strumenti utilizzare?

- spazzolino manuale ortodontico o spazzolino elettrico con testina ortodontica
- spazzolino monociuffo,
- scovolini interdentali,
- filo interdentale specifico per apparecchi ortodontici,
- idropulsore, come complemento;
- dentifricio al fluoro, (esistono anche presidi specifici per l'ortodonzia) secondo le indicazioni del professionista.

Con l'apparecchio fisso non esiste un unico strumento che riesca a pulire tutto. La combinazione degli strumenti più adatti alla propria bocca permette di raggiungere anche le zone più difficili.

Durante il trattamento ortodontico è particolarmente importante effettuare controlli e sedute di igiene professionale secondo le indicazioni del professionista.

Come si pulisce?

La pulizia deve interessare sia i denti sia tutte le parti dell'apparecchio.

1. *Inizia dalle superfici esterne dei denti, utilizzando uno spazzolino morbido.*
2. *Posiziona le setole sopra e sotto i brackets, inclinando lo spazzolino per raggiungere il margine gengivale.*
3. *Pulisci accuratamente intorno a ogni bracket, senza trascurare gli angoli.*
4. *Passa sotto il filo ortodontico, dove possono accumularsi residui.*

5. *Utilizza uno scovolino o un altro strumento interdentale indicato dal professionista per pulire sotto il filo e negli spazi difficili da raggiungere.*
6. *Un monociuffo può essere utile per pulire con precisione intorno ai singoli brackets e nelle zone posteriori.*
7. *Completa la pulizia di tutte le superfici dei denti e, quando indicato, utilizza anche l'idropulsore come complemento.*
8. *Controlla allo specchio che non siano rimasti residui di cibo o accumuli di placca.*

 Un consiglio

Con l'apparecchio fisso è importante non limitarsi a passare lo spazzolino sopra i brackets. Bisogna pulire accuratamente sopra, sotto e intorno agli attacchi, oltre agli spazi tra i denti.

Gli errori da evitare

- **Pulire solo la parte visibile dell'apparecchio:** La placca può accumularsi anche sotto il filo e intorno ai brackets.
- **Evitare il margine gengivale:** È una delle zone più soggette all'accumulo di placca e all'infiammazione.
- **Usare troppa forza:** Una pressione eccessiva non pulisce meglio e può irritare le gengive o danneggiare le setole.
- **Saltare la pulizia interdentale:** Lo spazzolino da solo non riesce a raggiungere efficacemente tutte le zone tra i denti e sotto il filo.
- **Pensare che l'idropulsore sostituisca tutti gli altri strumenti:** Può essere un ottimo complemento, ma non svolge necessariamente la stessa funzione di scovolino e altri strumenti interdentali.
- **Usare strumenti in modo aggressivo intorno ai brackets:** Gli strumenti devono essere utilizzati con delicatezza per evitare di danneggiare apparecchio e tessuti.
- **Trascurare le zone posteriori:** Molari e zone più difficili da raggiungere richiedono la stessa attenzione degli altri denti.
- **Mangiare cibi molto duri o appiccicosi** senza seguire le indicazioni dell'ortodontista

Alcuni alimenti possono danneggiare o staccare gli elementi dell'apparecchio.

Quali strumenti possono essere utili?

Durante un trattamento ortodontico fisso possono essere utili:

- *spazzolino manuale o elettrico;*

- *spazzolino ortodontico, se indicato;*
- *spazzolino monociuffo, per una pulizia più precisa;*
- *scovolini interdentali, scegliendo la misura adatta;*
- *filo interdentale specifico per apparecchi ortodontici, quando indicato;*
- *idropulsore, come complemento;*
- *dentifricio al fluoro, secondo le indicazioni del professionista.*

 *Con l'apparecchio fisso non esiste un unico strumento che riesca a pulire tutto. La combinazione degli strumenti più adatti alla propria bocca permette di raggiungere anche le zone più difficili.*

Quando chiedere consiglio?

Se le gengive sanguinano frequentemente, sono gonfie o molto arrossate, oppure se non riesci a pulire alcune zone dell'apparecchio, chiedi consiglio al tuo igienista dentale, dentista o ortodontista.

Durante il trattamento ortodontico è particolarmente importante effettuare controlli e sedute di igiene professionale secondo le indicazioni del professionista.