



Studio Polispecialistico
San Felice

GUIDA DOPO LA LEVIGATURA RADICOLARE

Come prendersi cura dei tessuti e mantenere i risultati del trattamento

NELLE PRIME 3-4 ORE

Se è stata eseguita l'anestesia locale, non masticare fino alla completa scomparsa dell'effetto anestetico, per evitare di mordere labbra, guance o lingua.

Dopo il trattamento può comparire una sensibilità temporanea al freddo, un lieve indolenzimento o una maggiore percezione delle superfici radicolari.

Se necessario, preferisci temporaneamente alimenti a temperatura moderata e consistenza morbida, soprattutto nelle zone più sensibili. Evita di sottoporre i denti e i tessuti trattati a sollecitazioni eccessive. Non strappare gli alimenti con i denti e non mordere direttamente cibi duri o croccanti.

ALIMENTAZIONE

Nelle prime ore, e finché le zone trattate risultano sensibili, preferisci alimenti morbidi e facili da masticare, come:

- *pasta, riso, cous cous o cereali ben cotti;*
- *uova, pesce morbido o carne tenera tagliata in piccoli pezzi;*
- *yogurt, formaggi morbidi e altri alimenti a consistenza cremosa;*
- *verdure cotte e frutta morbida o tagliata a piccoli pezzi;*
- *zuppe e alimenti a temperatura moderata.*

Evita temporaneamente:

- *cibi duri o croccanti, come frutta secca, croste di pane, grissini, cracker, patatine e popcorn;*
- *alimenti gommosi o molto consistenti, come caramelle dure, torrone, chewing gum e carne fibrosa;*
- *cibi che richiedono di strappare o mordere con forza, come panini duri, pizza con crosta croccante o carne da mordere direttamente;*

- *alimenti molto caldi, molto freddi, acidi o piccanti se aumentano la sensibilità;*
- *semi, gusci o frammenti duri che possono inserirsi negli spazi interdentali.*

Mastica lentamente, preferibilmente dalla parte meno sensibile, senza esercitare una pressione eccessiva sulle zone trattate.

COSA FARE A CASA

Non sospendere l'igiene orale.

La rimozione quotidiana della placca è parte essenziale del trattamento.

- *Utilizza lo spazzolino con movimenti delicati come da istruzioni ricevute*
- *Le setole dello spazzolino devono essere sempre soft o ultra soft.*
- *Segui le indicazioni ricevute per filo, scovolino, Soft-Picks o altri presidi interdentali.*
- *attenzione alla pressione dello spazzolamento, evita di spingere per cercare una maggiore sensazione di pulizia.*
- *Applica il **gel desensibilizzante o il gel specifico eventualmente prescritto**, seguendo quantità, modalità e durata indicate dal professionista.*
- *Utilizza il **collutorio solo se prescritto o consigliato dal professionista**, rispettando le modalità e la durata indicate,*
- *Non sostituire lo spazzolino, il dentifricio e la pulizia interdentale con il collutorio o il gel salvo diverse disposizioni temporanee.*
- *Non diluire e non ingerire l'eventuale collutorio o gel, salvo diverse indicazioni riportate sul prodotto.*
- *Dopo l'uso, di gel o collutorio, non risciacquare con acqua e non mangiare o bere per il tempo indicato dal professionista o sulla confezione (di solito 1 ora).*
- *Non utilizzare collutori o gel contenenti clorexidina per periodi prolungati senza controllo professionale, perché possono causare pigmentazioni superficiali, alterazioni del gusto o altri effetti indesiderati.*

SE COMPARE SENSIBILITÀ

La sensibilità dopo la levigatura è frequente e può essere dovuta alla maggiore esposizione delle superfici radicolari dopo la riduzione dell'infiammazione.

Cosa fare:

- *evita temporaneamente cibi e bevande acide o molto freddi o caldi;*

- *utilizza il prodotto desensibilizzante eventualmente consigliato;*
- *continua una corretta igiene orale, con delicatezza;*
- *non scegliere autonomamente prodotti o rimedi desensibilizzanti se la sensibilità è importante.*

La durata e l'intensità della sensibilità possono variare in base alla situazione individuale.

COSA EVITARE

- *Fumo e tabacco, soprattutto nelle prime ore.*
 - *Alcol nelle prime ore, salvo diverse indicazioni del professionista.*
 - *Spazzolamento aggressivo.*
 - *Forzare in modo improprio filo, scovolino o altri strumenti negli spazi interdentali.*
 - *Modificare autonomamente le indicazioni ricevute o utilizzare prodotti desensibilizzanti senza consiglio professionale.*
-

QUANDO CONTATTARE LO STUDIO

Contatta il professionista in caso di:

- *dolore intenso o in aumento;*
- *gonfiore importante;*
- *sanguinamento che non si arresta;*
- *sensibilità particolarmente intensa o persistente;*
- *altri sintomi insoliti, febbre associata o reazioni inattese.*

In caso di dubbi, è sempre preferibile chiedere consiglio prima di modificare la propria routine.

IL MANTENIMENTO

La levigatura è parte di un percorso di cura.

Il mantenimento del risultato dipende dalla corretta igiene orale quotidiana, dal controllo del biofilm e dalle successive sedute di mantenimento.

Gli appuntamenti di controllo vengono programmati in base alla situazione parodontale e al rischio individuale.

Segui sempre le indicazioni personalizzate ricevute in studio.