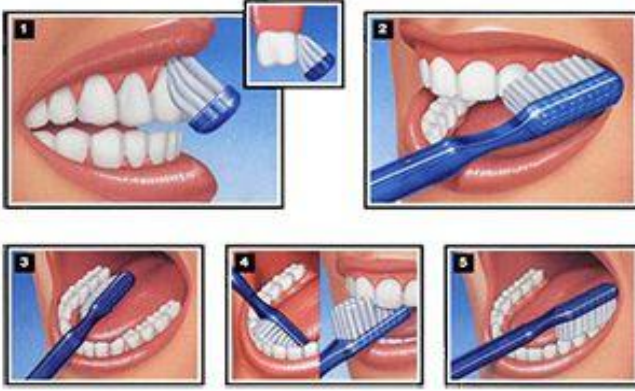


## AĞIZ HİJYENİ

**Ağız Bakımı:** Ağız ve diş sağlığı bozulan kişi yiyecekleri yeterince öğütemez, konuşurken sesleri çıkarmakta zorlanır ve ( kaybedilen dişlerin yerine göre) estetik olarak hiç hoş olmayan bir görünüm söz konusu olur. Bu nedenle sistemli ve yeterli bir ağız diş bakımı gereklidir. Ağız bakımında en önemli görev kişinin kendisine düşmektedir.

**Dişler nasıl fırçalanmalı?** Diş fırçası ıslatılmadan mercimek büyüklüğünde macun sıkılır.45 derecelik açıyla dişetinden diş doğru dairesel hareketler yaparak dişler ön yüzlerinden fırçalanmaya başlanır. Ön dişlerden arka dişlere doğru bütün dişler fırçalanır. Aynı şekilde dişlerin arka yüzleri de fırçalanır. Ön dişlerin arka yüzleri fırça dikine tutularak temizlenir. Son olarak da dişlerin çiğneyici yüzleri de ileri geri hareketlerle temizlenir.



**Diş fırçası :** İyi bir diş fırçası baş kısmı kısa, düz saplı ve orta sert naylon kıllardan üretilmiş olmalıdır. Önemli olan sizin diş fırçalamaya ne kadar zaman ayırıp ne kadar doğru fırçaladığınızdır. Ağız bakımının son aşaması da dilin fırçalanmasıdır. Son araştırmalar ağız kokusuna sebep olan bakterilerin dilde bulunduğunu tespit etmiştir. Bunun için de dilin fırçalanması şarttır. Ortalama 3 ay sonra diş fırçası yıpranmış ve bakteri barındırmaya başlamış hale gelir.

**Diş ipleri :** Diş fırçasının tam temizleyemediği diş ara yüzlerini temizlemekte kullanılır. Diş ipi kullanırken ip dişle teması kesilmeden "C" çizerek dişetiyle diş arasına yerleştirilir. Bu işlem sırasında diş etlerine zarar vermemek için özen gösterilmelidir.





## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 2 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### ENGELLİ BİREYLERDE AĞIZ BAKIMI:

#### **Engelli çocuklarda diş bakımına ne zaman başlanmalıdır?**

Sağlıklı çocuklarda olduğu gibi engelli çocuklarda da , dişler ağızda görünür görünmez, anne yada çocuğun bakıcısı her beslenmeden sonra dişleri nemli bir gazlı bez ile temizlenmelidir. 2 yaşa doğru küçük, yumuşak kıllı bir diş fırçası kullanılarak ve çocuğun eğitilmesi ile başlanmalıdır. Çocuğun ağızı günde bir kere tam anlamıyla, besin artığı kalmayacak şekilde temizlenmelidir. Her öğünden sonra ağızın çalkalatılması da önemlidir.

#### **Engelli çocuklarda dişler hangi pozisyonlarda daha rahat fırçalanabilir?**

Ayak da durabilen yada oturabilen çocuklarda, çocuk bu konumdayken fırçalama işlemini yapacak olan kişi çocuğun arkasına geçer. Bir eliyle başı desteklerken diğer eliyle fırçalama işlemini yapar.

Fırçalama işlemini yapacak olan kişi koltuk yada kanepeye oturur, çocuğu yere oturtturak başını bacaklarının arasına alır. Çocuğun başını geriye doğru yatırır. Bir eliyle başı desteklerken, diğer eliyle fırçalama işlemini yapar.

#### **Engelli çocuklarda dişler hangi pozisyonlarda daha rahat fırçalanabilir?**

Kas koordinasyon bozukluğu olan çocuklarda fırçalama için iki kişi karşılıklı olarak, diz dize pozisyonda oturur. Çocuğun başı iki kişiden birinin kucığına, bacakları diğerinin kucığına gelecek şekilde yatırılır. Çocuğun başının kucığında olduğu kişi, bir eliyle çocuğun başını desteklerken diğer eliyle fırçalama işini yapar.

#### **Engelli çocuklarda dişler hangi pozisyonlarda daha rahat fırçalanabilir?**

Kas koordinasyon bozukluğu olan çocuklarda fırçalama için iki kişi karşılıklı olarak, diz dize pozisyonda oturur. Çocuğun başı iki kişiden birinin kucığına, bacakları diğerinin kucığına gelecek şekilde yatırılır. Çocuğun başının kucığında olduğu kişi, bir eliyle çocuğun başını desteklerken diğer eliyle fırçalama işini yapar.

#### **Engelli çocuklarda dişler hangi pozisyonlarda daha rahat fırçalanabilir?**

4. Zapt edilmesi çok zor olan çocuklarda fırçalama işlemini için açık bir alan tercih edilmelidir. Bu alanda çocuk kucığa oturtularak fırçalama yapılmalıdır.

#### **Hangi tip diş fırçası daha etkilidir?**

Engelli yada küçük yaştaki çocukların kullanımına yönelik özel fırçalar üretilmiştir. Dişlerin tüm yüzeylerini tek bir fırça darbesiyle temizleyebilecek bu fırçalar yurt dışından temin edilebilmektedir. Bununla birlikte dişlerini kendi fırçalayabilen çocuklarda, yumuşak kıllı ve küçük başlı bir diş fırçasının sapına sünger takılması suretiyle çocuğun diş fırçasını tutması kolaylaştırılabilir. Elektrikli diş fırçaları da titreşim yaparak diş temizliğini sağlamaları nedeniyle engelli bireylerde kullanım kolaylığı sağlamaktadırlar. Dişetleri hassas ve yangılı olan bireylerde yumuşak kıllı diş fırçalarının kullanımı önerilmektedir.

#### **Nasıl bir diş macunu seçilmelidir?**

Fluorid içeren herhangi bir diş macunu ile fırçalama yapılabilir. Ancak çalkalayıp tükürme işlemini yapabilen bireylerde macun miktarı nohut büyüklüğünde, çalkalama yapamayacak bireylerde ise daha küçük olmalı, diş fırçası ıslatılmadan üzerine diş macunu konulmalıdır. Çalkalama yapılamıyor ise ağızda kalan diş macunu bir gazlı bezle silinerek uzaklaştırılmalıdır.



## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 3 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### **Ağız ve diş temizliği için başka hangi yöntemler uygulanabilir?**

Dişler üzerindeki birikintileri uzaklaştırmak için etkili yöntem fırça ve macun kullanılarak yapılan fırçalama işlemidir. Bunun mümkün olmadığı durumlarda nemli bir gazlı bez yada pamuk çubuklarla ağızdaki birikintilerin uzaklaştırılması mümkündür. Ağız içerisinde diş plağı oluşumunu engellemek amacıyla karbonatlı su yada klorheksidin içeren gargaralar kullanılabilir. Piyasada diş temizleme mendilleri de mevcuttur.

### **Diş yapılarını güçlendirmek ve diş çürüğünü önlemek için neler uygulanabilir?**

Fluorid diş çürüğünü önlemek amacıyla kullanılan en önemli maddedir. Engelli bireyler için florit tablet kullanımı yada diş hekimi tarafından yapılan floridli jel uygulamaları önerilmektedir. Diş hekimimiz size daha detaylı bilgi verecektir! Dişlerini çiğneme yüzeylerinde bulunan oluklar gıdaların burada birikmesini yol açmaktadırlar. Fırçalamanın düzenli olarak yapılmadığı bireylerde bu diş yüzeylerinin çürüme olasılığı daha fazladır. Diş çürüğü oluşmadan önce, bu riskli diş yüzeylerinin, diş hekimi tarafından, diş cilası yada diş ojesi olarak bilinen fissür örtücü dediğimiz materyal ile kapatılması çürük oluşumunu engellemektedir. Bu tedavi için daimi azı dişleri sürer sürmez mutlaka bir diş hekimine başvurunuz!

### **Ağız kokusu problemi varsa öncelikle ne yapılmalıdır?**

Kötü ağız kokusunun başlıca nedeni ağız dokuları arasında biriken yiyecek artıklarıdır. Bu durumu önlemek amacıyla dişlerin özellikle çiğneme yüzeylerindeki girinti ve çıkıntıların, dişlerin ara yüzeylerinin, dişetleri ve dişlerle yanaklar arasında oluğun ve dilin temizliğinin çok iyi bir şekilde yapılması gerekmektedir. Ağız kokusunun diğer nedenleri de çürük dişler ve dişeti hastalıklarıdır. Bu olasılıklar değerlendirildiği halde ağız kokusu giderilemiyorsa bireyin genel sağlık durumu gözden geçirilmelidir.

### **Engelli bireylerin beslenmelerinde diş çürüğü açısından nelere dikkat edilmelidir?**

Diş çürüğünün ana nedeni şekerli, asitli, ağızda kolayca yapışıp kalan besin maddeleridir. Bireyin diyeti, doktoru yada bir diyetisyen tarafından ayarlanmıyorsa, bol şeker ve karbonhidrat içeren gıda maddelerinin yemek aralarında verilmesinden kaçınılmalı, şekerli gıdalar yemekle beraber yada yemekten hemen sonra verilmelidir. Tatlı yiyecek ve içecekler günde en fazla 3 kez alınmalıdır. Püre tarzında yumuşak gıdalarla beslenen bireylerde daha fazla çürük görülmektedir. Bu şekilde beslenen bireylerde fırçalama yapılmıyorsa yemeklerden sonra ağız çalkatılmalı, çalkalama yapılmıyorsa gıda artıkları silinerek temizlenmelidir.

### **Engelli bireylerin beslenmelerinde diş çürüğü açısından nelere dikkat edilmelidir?**

Yemeklerden sonra bir parça peynir yenmesi de diş çürüğünü önlemede yardımcı bir yöntem olarak sayılabilir. Uykudan 1 saat öncesinde gıda alımı durdurulmalıdır. Şurup formundaki ilaçların çoğu %75 oranında şeker ve tatlandırıcı içermektedir. Bu ilaçları sürekli kullanmak zorunda olanlarda diş ve dişeti çevresinde plak birikimi artar. Dişeti hastalıkları ve diş yapılarında süratli bir yıkım gözlenir. Ağız her gün tam anlamıyla temizlenmesi bu tür problemleri engelleyecektir.

### **Ağız kenarındaki ve ağız içerisindeki yaralar nasıl önlenir?**

Ağız kenarlarındaki çatlaklar yada yaraların iyileşmesi oldukça zordur. Bu bölgelere düzenli olarak koruyucu bir krem yada vazelin sürülmesi problemi önleyebilir. Yine bazı hastalıklarda hastalığın ağız içi belirtisi olarak ağızda ağrılı ülserasyonla beraber görülen yaralar



## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 4 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

oluşabilmektedir. Ağrıyı azaltıcı etkisi olan gargaraların yada yara üzerine direk olarak sürülen pomatların kullanılması bireyi rahatlatır. Bu gibi durumlarda ağız temizliğini sağlamak amacıyla, diş ve dişeti dokularının temiz bir gazlı bez yada pamuklu çubuklarla temizliği şarttır.

### **Engelli bireylerde görülen ağız kuruluğunun nedenleri neler olabilir, nasıl önlenir?**

Sistemik bazı ilaçların kullanımı (antihistamik, antidepressen, diüretik antiparkison, psikoterapötikler gibi) tükürük salgısının azalmasına neden olmaktadır. Ayrıca baş-boyun bölgesinden radyoterapi (ışın tedavisi) alanlarda, bazı tükürük bezi hastalıklarında hipertansiyon, diyabet, kronik depresyon durumlarında tükürük salgısı azalmakta ve bu durum diş çürüklerinde artışa yol açmaktadır. Tükürük salgısını arttırmak için çeşitli yöntemlerden yararlanmak mümkündür. Yarım çay kaşığı karbonat bir bardak suya karıştırılır, hazırlanan gargara gün boyu, ihtiyaca göre, sık sık ( 2 saatte bir) kullanılır.

### **Engelli bireylerde görülen ağız kuruluğunun nedenleri neler olabilir, nasıl önlenir?**

Tükürük miktarını arttırmak için şekersiz sakızlardan faydalanılabilir. Ayrıca bu tür hastalar için sprey şeklinde üretilen yapay tükürük preparatları mevcuttur. Bu spreyle gün içerisinde, hasta ihtiyaç duydukça (yaklaşık 6 kez ) kullanılabilir. Su ve süt iyi birer tükürük benzeri yapı olarak kabul edildiklerinden bu tip bireylerde sıkça tüketilmesi önerilmektedir.

YARDIMCI DOKÜMAN



## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 5 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### LOKAL CERRAHİ MÜDAHALE İŞLEMLERİ SONRASINDA DİKKAT ETMENİZ GEREKEN KURALLAR;

Cerrahi işlem sonrasında bölgeye yerleştirilen **tamponu 30 dakika süre ile ısırınız.** Ameliyattan sonra ilk 48 saat boyunca sızıntı şeklinde kanama olacaktır ve bu durum normaldir. Eğer kanama uzun süre devam ediyorsa hemen hekiminize başvurmanız gerekmektedir.

Kanamamanın durması ve yara iyileşmesinin sağlıklı olabilmesi için yara bölgesinde kan pıhtısı oluşması gerekmektedir. Bu sebeple **ilk 24 saat içerisinde çalkalama ve tükürme yapılmamalıdır.**

**İlk 2 saat hiçbir şey vivip içilmemelidir.** İlk gün tanesiz, sulu, yumuşak ve ılık yiyecekler ile beslenilmelidir. Asitli içecekler ve baharatlı yiyeceklerden uzak durulmalıdır.

Bilinen diğer zararlarının yanında sigara içmek oluşan pıhtının bozulmasına neden olarak yara iyileşmesini olumsuz yönde etkilemektedir. **İlk 24 saat boyunca sigara tüketmeyiniz.**

İlk 2 gün ağrınız olabilir. Ağrı en çok cerrahiden sonraki gün olacaktır. Diğer dişlerde de ağrı hissedilebilir. Bu rahatsızlık cerrahi işlem ağrısından kaynaklanan geçici bir durumdur. İlaçları kullandığınız halde ağrılarınız 3. günden sonra artarak devam ederse doktorunuza başvurmalısınız.

**Doktorunuzun önerdiği antibiyotik, ağrı kesici ve antiseptik gargaraları size önerilen saatlerde ve miktarlarda almalısınız.** Antibiyotikler tarif edildiği şekilde bitinceye kadar kullanılmalıdır.

**Ağrı kesici olarak aspirin kullanılmamalıdır.**

Ameliyat bölgesinde, yanak, dudak ve boyun bölgesinde ameliyattan sonraki 3 gün içerisinde şişlik (ödem) görülebilir. Bu süreden sonra şişlik giderek azalmalı ve kaybolmalıdır. **Ameliyattan sonraki 24 saat boyunca yüzünüze buz torbası uygulamak şişliği bir ölçüde önleyebilir.** Bunun için su geçirmeyen bir torba içerisine buz yerleştirip havluya sararak 5 dakika uyguladıktan sonra 5 dakika ara verin. **Operasyon sonrası ikinci günden itibaren sıcak tampon uygulaması yapabilirsiniz.** Şişlik 36-48 saat içerisinde en yüksek düzeye ulaşır ve birkaç gün sürer.

Oluşan ödemin (şişliğin) büyüklüğüne bağlı olarak ağız açmada kısıtlılık meydana gelebilir. Bu durum 7-10 içerisinde ödemin çözülmesiyle birlikte ortadan kalkacaktır. 2. günden itibaren sıcak kompres uygulaması iyileşmeye yardımcı olacaktır.

Ameliyat bölgesine komşu cilt altı dokulara kanın birikmesi sonucu yüzünüzde morluk görülebilir. Bu olay tehlikeli değildir. Ağrıyı arttırmaz ve bir enfeksiyon belirtisi değildir. 7-10 gün içinde hafifleyerek kaybolacaktır.

Ameliyat dışındaki kısımları her zaman olduğu gibi fırçalayabilirsiniz. **Ameliyat bölgesindeki dişlerinizi 1 gün sonra fırçalamaya başlamalısınız.** Ameliyattan sonraki günden itibaren dişlerinizi fırçaladıktan sonra size verilmiş olan gargara reçetesini uygulayın. Fırçalama sırasında dikişler gevşeyip minimal kanamalar olabilir.

**Dikişlerin ameliyattan 1 hafta sonra alınması gerekmektedir.** Bunun için doktorunuzdan randevu almalısınız.

Aşırı kanama, aşırı şişlik, ciddi ağrı ve ateş oluşması halinde hemen doktorunuza başvurunuz.

**Yapılan cerrahi işleme bağlı bu önerilere ek olarak dikkat edilecek diğer hususlar varsa hekiminiz tarafından belirtilecektir.**



KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 6 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### **ORTODONTİK DİŞ TEDAVİSİNDE DİKKAT ETMENİZ GEREKEN HUSUSLAR;**

Ortodontik muayene için en ideal dönem 7-8 yaşlarıdır. Bu yaşlarda tespit edilemeyen bazı çarpıklıklar, çene yapısı artık oturmaya başladığı için çenenin sağlıklı ve güzel gelişimini etkiler. Dişlerdeki çarpıklıklar ve dengesizlikler bu yaşlarda daha kolay tedavi edilebilir. Süt dişleri değişimini tamamlayıncaya kadar büyümenin de yüzde 95'i tamamlanacaktır. Özellikle asimetrik çene yapısı gibi zor sorunları olan çocukların bu dönemde mutlaka ortodontist muayenesi olması gerekmektedir. 8 yaşının geçirilmesiyle tedavinin zorluğu artmaktadır. Ortodontik tedavi hareketli veya sabit ortodontik tedavi olarak ikiye ayrılır. Hareketli tedavide ağız içine hastanın takıp çıkardığı aperey denen protezler yapılır. Genellikle basit çapraşıklıkların düzeltilmesinde kullanılırlar. Sabit ortodontik tedavide ise dişler üzerine sabit, hastanın çıkaramayacağı braket adı verilen metaller yapıştırılır. Bu metaller özel teller ile birbirlerine birleştirilir. Bu sayede dişler hareket ettirilerek çapraşıklıklar düzeltilir.



Ortodonti tedavisi sırasında, dişler özellikle çürümeye ve diş eti iltihabına yatkındır. Bunun nedeni, bakteri plağının diş tellerinin metal kısımlarını kaplaması ve erişilmesi zor yerlerde birikmesidir. Düzenli olarak temizlenmezse, genellikle diş taşına dönüşür ve dolayısıyla diş ve diş eti problemlerine yol açar; bunun yanında bakteri plağı birikiminin temizlenmesini de zorlaştırır. Ortodonti tedavisi sırasında kullanılacak özel ürünler de bulunmaktadır: şarj edilebilir diş fırçaları için özel bir uç, diş telleri arasındaki boşlukları temizlemek için diş fırçası ve özel diş ipi. Dişler arasındaki boşlukları ve diş tellerinin dişlere yapıştığı yerleri temizlemeye imkan veren bir ağız duşu kullanmak da yararlıdır. Son adım ise ağız bir ağız çalkalama suyu ile yıkamaktır. Ortodontiste yapılacak düzenli ziyaretlerden ayrı olarak, diş teli kullanan hasta yılda en az bir defa kontrol için diş hekimini ziyaret etmelidir. Günlük hijyenden ayrı olarak, ortodonti tedavisi sırasında, diyetle de özel özen göstermek gerekir. Tellerin kırılmasına sebep olabilecek sert yiyeceklerden uzak durulmalıdır. Elma, armut gibi sert şeyler ısırıp koparılarak değil, keserek yenmelidir. Özellikle erik, zeytin gibi çekirdekli gıdalar çekirdeğiyle ağza atılmamalı, çekirdeği dışarıda ayrıldıktan sonra yenmelidir. Asitli içecekler içilmemelidir. Sakız, lokum gibi yapışkan şeylerden uzak durulmalıdır. Ayrıca, şeker ve tatlı içecekler gibi çürüğe neden olan ürünlerin tüketiminin sınırlandırılması da tavsiye edilir.



## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 7 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### **KRON-KÖPRÜ PROTEZ İŞLEMİ HAKKINDA BİLİNMESİ GEREKENLER;**

- Dişler kesildikten sonra köprü protezleri takılıncaya kadar ve takıldıktan sonra bir süre ağrı olabilir. Bu süre diş yeni durumuna adapte olana kadar devam edecektir.
- Dişte oluşan ağrı, ağrı kesici bir ilaçla kontrol altına alınabilir.
- Protezlere alışmakta zorlanılabilir. İlk günler ağızda büyük bir kalabalık hissedilebilir. Etkin çiğneme yapılamayabilir. Bu sürede sabırlı olunmalıdır.
- Protezlerin kırılmasını ve zarar görmesini engellemek için sert yiyeceklerden kaçınılmalıdır.
- Protezlerin temizliği uzun ömürlü olması için önemlidir. Her yemekten sonra doğal dişlerle beraber fırçalanmalı, günde en az bir kere diş ipi ve arayüz fırçası kullanılarak diş ve köprü protez arasında kalan artıklar temizlenmelidir.
- Her protezin bir ömrü vardır. Zaman içinde değişen dokulara bağlı olarak protezin uyumu bozulur ve kullanımı güçleşir. Bu süre ortalama 5 yıldır.
- Protez teslim süresi 10 iş günüdür.

### **TOTAL-PARSİYEL PROTEZ İŞLEMİ HAKKINDA BİLİNMESİ GEREKENLER;**

- Protezlere ulaşmak uzun sürebilir. Yeni protez ağızda yabancı ve büyük gibi hissedilebilir. Dudak ve yanaklarda doluluk hissedilebilir.
- Özellikle uzun süre dişsizliğe alışmış ve ilk kez protez kullanacak kişilerde alışma süresi daha da uzun olacaktır.
- Protezlerde oynamalar olacaktır. Bu özellikle alt çenede daha sık görülür. Alt proteze alışmak daha zor ve daha çok zaman alır.
- Protez mide bulantısına sebep olabilir. Bu durum bir süre sonra geçecektir. Uzun süre devam eden mide bulantısında hekiminize başvurunuz.
- Dil hareketleri kısıtlandığı için bazı harfler rahat söylenemeyebilir, konuşma bozuklukları olabilir. Bu zamanla düzelecektir. Yüksek sesle kitap okunmalı, yanlış telaffuz edilen kelimeler tekrarlanmalıdır. Çiğneme gücü çekilebilir. Etkili çiğneme yaklaşık olarak 6-8 haftayı bulabilir.
- Ön dişlerinle ısırma esnasında protezler oynayabilir ve yerinden çıkabilir. Mümkün olduğunca ön dişlerle ısırma hareketi yapılmamalıdır.
- Ağız ile oldukça uyumlu protezler bile ilk günler vuruk yapabilir. Buna bağlı olarak ağrılar oluşabilir. Protez takıldıktan sonraki ilk 24 saat içinde bu durum kendini gösterir.
- Hekiminizin kontrolü dışında protezde kesinlikle aşındırma, ilave, tamir gibi işlemler yaptırmayınız.
- Vuruklar alındıktan sonra ve şikayetler geçtikten sonra protez geceleri çıkarılmalıdır. Bu ağız içi dokuların dinlenmesi için çok önemlidir.
- Çıkardığımızda protezlerin mutlaka su dolu bir kap içinde muhafaza edilmelidir.
- Protezlerin iç ve dış yüzeyleri her yemekten sonra protez fırçası ve sabunla temizlenmelidir. Protezin temizliğinde çamaşır suyu vb. temizlik malzemeleri kesinlikle kullanılmamalıdır.
- Özel üretilen tablet ve solüsyonlar üretici firmanın talimatına göre kullanılabilir.
- Yapıştırıcı krem veya tozlar proteze alışma sürecinde yeni protezlerde çok kısa süreli, kullanılabilir. Uzun süre kullanımlarda ağızda mantar enfeksiyonu gibi bir takım istenmeyen durumlar görülebilir.
- Total teslim 20 iş günü,Parsiye teslim 15 iş günüdür. Protez tamir 3 iş günüdür.



## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 8 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### **DİŞ TEDAVİNİZE BAŞLAMADAN ÖNCE DİKKAT ETMENİZ GEREKEN HUSUSLAR;**

- Randevu saatinde tok olunuz.
- Ağız ve diş bakımına dikkat ediniz.
- Tedavi öncesi ve sonrasında sigara içmeyiniz.
- Herhangi bir sistematik hastalığınız(Kalp-Dolaşım hastalıkları, Diabet, Hormonal Hastalıklar vb.) görmekte olduğunuz tedavi(kemoterapi, radyoterapi vb.) ve sürekli kullandığınız ilaçlar varsa operasyon öncesinde dişhekiminize hatırlatınız.
- Sistematik hastalığınız nedeniyle tedavinizi takip eden doktorunuzdan bilgi(konsültasyon) istenmiş olması durumunda konsültasyon sonucunu yazılı olarak yanınızda getirmeyi unutmayınız. İlgili doktorunuzun operasyonla ilgili önerilerine dikkatle uyunuz.
- Kanamaya sebep olabilecek aspirin,dispril vb.ilaçları kullanımı ya da kesilmesi için mutlaka doktorunuza başvurunuz, onayını alınız.
- Randevu gün ve saatinize dikkat ediniz. (Randevunuza gelmemeniz halinde randevunuz iptal olup, yeni randevu almanız gerekecektir.)
- Danışmak istediğiniz hususlarda bize '0216 469 77 40' nolu telefondan ulaşabilirsiniz.

### **DİŞ TAŞI TEMİZLİĞİ İŞLEMİNDEN SONRA YAPILMASI GEREKENLER;**

- Bir hafta çok sıcak ve çok soğuk şeyler yenilip içildiğinde hassasiyet olabilir.
- Özellikle ilk hafta dişler hekimin gösterdiği şekilde iyice fırçalanır.
- Ilık tuzlu su ile ya da hekimin tavsiye ettiği bir ilaçla bir hafta süre ile gargara yapılabilir.

### **DOLGU İŞLEMİNDEN SONRA YAPILMASI GEREKENLER;**

- Uyuşukluk geçene kadar hiçbir şey yenilmemesi önerilir.
- Yapılan dolgu amalgam dolgu ise en az 24 saat dolgunun yapıldığı taraf ile hiçbir şey çiğnenmez.
- Dolgu sonrası dişte sıcak ve soğuğa karşı hassasiyet oluşabilir. Bu hassasiyet birkaç hafta sürebilir.
- Kanal tedavisi yapılan dişlerde bir hafta çiğneme hassasiyet olabilir.





## ATAŞEHİR AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI HASTANESİ HASTA BİLGİLENDİRME BROŞÜRLERİ

KOD	HHE.YD.03	YAY. TRH	17.10.2017	REV. TRH	16.01.2018	REV. NO	02	SAYFA NO	Sayfa 9 / 9
-----	-----------	----------	------------	----------	------------	---------	----	----------	-------------

### TEMPORAMANDİBULAR EKLEM TEDAVİSİ (TME) SÜRECİNDE NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?

Daha çok genç ve orta yaşlı bireylerde görülen çiğneme sistemini etkileyen baş kulak çene-yüz ağrıları, çene ekleminden ses gelmesi, ağız açmada zorluk, ağrı veya kayma şeklinde belirtileri olan bireyin yaşam kalitesini etkileyen rahatsızlıktır.

- Eklem üzerindeki yükün azaltılması çok önemlidir. Eğer mümkünse tek taraflı çiğneme yapılmamalı, besinler her iki tarafta da çiğnenmeli
- Isırma hareketi yasaktır, besinler küçük parçalar halinde ağıza alınmalı
- Sakız çiğnenmesi, çeneyi yoracak sert gıdalar yenmesi yasaktır.
- Esnerken, hapşırırken ağız aşırı açılmamalı, çene elle desteklenmeli
- Yüzüstü değil sırtüstü yatılmalı. Yastığınız ense boşluğunu dolduracak şekilde olmalı.
- Yüz bölgesi ve ense aşırı soğuktan korunmalı
- TME hastalığının başlıca sebeplerinden biri diş sıkma veya diş gıcırdatmaktır. Hasta diş sıkıp gıcırdatmamaya gayret göstermeli. Zira diş sıkmaya devam ettikçe şikayetleri artacaktır.
- Ağız hijyenine (diş fırçalama, diş ipi kullanımı vb.) maximum özen gösterilmeli
- Ağızındaki çürük dişleri mutlaka tedavi ettirmeli. Diş eksiklikleriniz (implant, protez, kaplama vb. ) tamamlanmalı
- Doktorunuz eğer sıcak masaj uygulaması uygun gördüyse her gün sabah ve akşam olmak üzere günde en az 2 defa istenilen süre boyunca yapılmalı
- Küçük bir havlu sıcak suya batırılıp eklem çevresine çift taraflı olacak şekilde 10 dk boyunca tutulur. Sonrasında ilgili bölgeye 5 dk boyunca oval hareketlerle masaj yapılır.
- Doktorunuz eğer gece plağı tedavisi uygun gördüyse planlandığı süre zarfında her gün kullanmanız gerekecektir.
- Gece plağı dişlerinizi sıkıp gıcırdatmanızı önleyerek eklemdeki yükü ve dişlere gelecek zararı azaltıp tedaviye yardımcı olur.
- Gece plağı alt veya üst çeneye ölçü alınıp hazırlanarak uygulanır. Bu tüm dişlerinizi saran ince şeffaf bir apareydir. Konuşmanızı engellemez
- Plak ağıza yerleştirildiğinde yanağınıza batan, acıtan yerler olursa doktorunuzla iletişime geçilmeli
- Gece plağı doktorunuzun gerekli gördüğü süre (3, 6,...ay) boyunca kullanılır.
- Kullanma şekli: Plak akşam yemeği akabilinde dişler fırçalandıktan sonra takılır sabah kahvaltıdan önce çıkarılır bu süre zarfında plağın ağızınızda kalması gerekir. Gece uyurken nefes almanızda herhangi bir problem oluşturmaz.
- Temizliği ve saklanması: Plağınızı her kullanım sonrası diş fırçası ile fırçalanarak temizlenmeli. Haftada 2 defa protez temizleme tabletli suda bekletilmeli Eczanede satılan protez kaplarında saklanabilir.