



Σταύρος Ν. Πηλιχός

Χειρουργός Οδοντίατρος

Αισθητική Οδοντιατρική UCL Eastman Dental College

*"Φροντίδα μας το χαμόγελό σας..."*

Τηλ: 2105988009

e-mail: spilichos@gmail.com

## Μεσοδόντιο Βούρτσισμα



### Τι είναι το μεσοδόντιο βουρτσάκι

Είναι ένα μικρό βουρτσάκι που μπορεί να κρατηθεί ανάμεσα στα δάχτυλά σας. Τα μεσοδόντια βουρτσάκια υπάρχουν σε διάφορα μεγέθη για να διαλέξετε ποιο ταιριάζει καλύτερα σε εσάς. Μπορεί να χρειαστείτε περισσότερο από ένα μεγέθη για τον σωστό καθαρισμό του κενού ανάμεσα στα δόντια σας.

### Γιατί να καθαρίσετε ανάμεσα στα δόντια

Κατά την διάρκεια της μέρας, τροφή και υπολείμματα μπορεί να παγιδευτούν ανάμεσα στα δόντια σας ή σε όποια κενά της στοματικής κοιλότητας. Εάν τα υπολείμματα μείνουν εκεί μπορεί να οδηγήσουν στο σχηματισμό οδοντικής πλάκας ή και ουλίτιδας. Η αφαίρεση των υπολειμμάτων και της οδοντικής πλάκας με μεσοδόντια βουρτσάκια θα κρατήσει τα ούλα σας υγιή και την αναπνοή σας δροσερή. Ο καθαρισμός με μεσοδόντια βουρτσάκια απαιτεί και τον καλό καθαρισμό όλης της στοματικής

**Πρέπει να χρησιμοποιώ μεσοδόντιο βουρτσάκι αντί για την κανονική οδοντόβουρτσα;**

Όχι. Αυτές οι μικρές βούρτσες πρέπει να χρησιμοποιούνται σαν συμπλήρωμα της κανονικής στοματικής φροντίδας του στόματος σας για να έχουν αποτέλεσμα

**Γιατί η κανονική οδοντόβουρτσα δεν είναι αρκετή;**

Όπως γνωρίζετε υπάρχουν πολλά σημεία στο στόμα που δεν είναι εύκολα προσβάσιμα από την κανονική οδοντόβουρτσα. Υπάρχουν επίσης και μερικά κενά ανάμεσα στα δόντια που η κανονική οδοντόβουρτσα δεν έχει πρόσβαση.

**Πώς μπορεί το μεσοδόντιο βουρτσάκι να βοηθήσει;**

Με τις μικρές βούρτσες του και τον μικροσκοπικό του σχεδιασμό, μπορεί να κινηθεί ανάμεσα στα δόντια και να αφαιρέσει τα υπολείμματα και την οδοντική πλάκα που μπορεί να μην έχει αφαιρεθεί με την κανονική οδοντόβουρτσα. Είναι διαθέσιμα σε διάφορα μεγέθη και σκληρότητα, για να είναι αποτελεσματικά ακόμη και στα πιο ευαίσθητα ούλα και δόντια



# Σταύρος Ν. Πηλιχός

Χειρουργός Οδοντίατρος

Αισθητική Οδοντιατρική UCL Eastman Dental College

*"Φροντίδα μας το χαμόγελό σας..."*

Τηλ: 2105988009

e-mail: spilichos@gmail.com

## Πώς το χρησιμοποιώ;



Διαλέξτε το σωστό μέγεθος και τύπο για το μεσοδόντιο βουρτσάκι, σε αυτό ζητήστε την βοήθεια του γιατρού σας. Ποτέ να μην πιέζετε το βουρτσάκι ανάμεσα στα δόντια. Στα μπροστινά δόντια χρησιμοποιήστε ένα λεπτότερο βουρτσάκι, και περιστρέψτε το μαλακά για να καθαρίσετε το κενό.

Απομακρύνετε το βουρτσάκι μαλακά για να αφαιρέσετε την οδοντική πλάκα και τα υπολείμματα. Επαναλάβετε την περιστροφική κίνηση και ανατοποθετείστε και αφαιρέστε πάλι το βουρτσάκι αρκετές φορές ώστε να αφαιρεθούν όλα τα υπολείμματα και η οδοντική πλάκα. Για μεγαλύτερα κενά στα πίσω δόντια της στοματικής κοιλότητας, ένα μεγαλύτερου μεγέθους βουρτσάκι απαιτείται. Για να είναι πιο αποτελεσματικό κάμψτε λίγο το βουρτσάκι αλλά ΜΗΝ σχηματίσετε κάθετες γωνίες γιατί μπορεί να σπάσει ανάμεσα στα δόντια σας. Με την κύρτωσή του θα είστε ικανοί να εντοπίσετε και να καθαρίσετε καλύτερα το κενό ανάμεσα στα δόντια σας. Καθαρίστε πάντα πριν, κατά την διάρκεια και κατόπιν κάθε εφαρμογής του.

## Πότε πρέπει να το χρησιμοποιώ;

Χρειάζεται να καθαρίζετε το μεσοδιάστημα όλων των δοντιών σας τουλάχιστον μία φορά την ημέρα