

Как привыкнуть к зубным протезам?

Кто не сталкивался с «зубными» проблемами... Хорошо, если дело ограничивается лечением, однако часто приходится обращаться за помощью к ортопедам.

Бесконечная череда визитов в стоматологическую поликлинику рано или поздно заканчивается, и пациенту кажется, что все позади. Но, оказывается, радоваться еще рано. К инородному телу во рту надо привыкнуть. Не всегда этот процесс проходит гладко, особенно, если пришлось устанавливать съемные протезы.

Зубные протезы нужны для улучшения внешнего вида, для пережевывания пищи и для разговора. И если эстетическую функцию протез выполняет сразу же после установки, то жевание и речь восстанавливаются только после адаптационного периода.

Неприятности, в той или иной степени проявляющиеся поначалу – **усиленное слюноотделение, позывы на рвоту, нарушение дикции, потеря вкуса**. Чтобы справиться с временными трудностями, потребуется терпение и настойчивость.

Первая естественная реакция **при рвотном позыве** – снять протез, удалить изо рта мешающий предмет. Попробуйте сдержаться.
Поможет глубокое дыхание через нос, леденцы и полоскание полости рта солевым раствором

Протез может мешать естественному движению языка во время разговора, что проявляется в неразборчивом произношении слов. **Восстановить правильную речь** помогут занятия и тренировки.

Самое простое **упражнение – неспешное и негромкое чтение вслух**. При громкой речи ошибки произношения проявляются больше, к ней стоит переходить, освоив тихую.

Как привыкнуть к зубным протезам

Автор: admin

18.01.2013 15:45 -

Главное внимание – правильному произношению звуков, особенно согласных. Его полезно потренировать особо, 3-5 раз в день по 5-10 минут. Для тренировки лучше всего подходят слова, содержащие чередующиеся согласные и гласные, например оса, сазан, погода, кошелек и т.д.

Обычно речь восстанавливается через пару недель, но более длительные сроки совсем не редкость. Чем больше временной интервал от потери зубов до установки протеза – тем труднее проходит адаптация.

Съемный протез прикрывает собой значительную часть слизистой оболочки, что может вызвать **нарушения и даже потерю вкуса**. Тут уж ничего не поделаешь, но и страшного тоже ничего нет. Подождите, примерно через месяц **вкус полностью восстановится**

.

Первое время после установки **не следует нагружать протезы жеванием жесткой пищи**. «Овсянка сэр!» – как раз для этого случая. Какое-то время придется питаться жидкими, невязкими кашами и протертыми супами. Категорически не приветствуются сушки, сухари, сухофрукты и другие подобные продукты. Плотную пищу возвращают в рацион постепенно и понемногу, по мере привыкания к протезам.

Сроки привыкания индивидуальны. Стоматологи утверждают, что их можно ускорить, если первый месяц **не снимать протез на время сна**. Не забывайте только тщательно его чистить утром и вечером.

Встречаются люди, которые никак не могут привыкнуть к съемным протезам. Иногда они уверяют себя в какой-то индивидуальной непереносимости. На самом деле, наличие противопоказаний может определить только врач. В подавляющем большинстве случаев «индивидуальная непереносимость» – проблема психологическая. В то же время, **не затягивайте с визитом в поликлинику, если протез вызывает боль**

.

Как привыкнуть к зубным протезам

Автор: admin

18.01.2013 15:45 -

Доброго здоровья.

Автор - **Алексей Норкин**

[Источник](#)