

## ISTRUZIONI D'IGIENE IN ORTODONZIA FISSA

Ausili di igiene orale:

### SPAZZOLINO

Per una buona pulizia delle superfici oclusali, linguali e palatali dei denti bisogna utilizzare uno spazzolino medio testina piccola con un movimento rotatorio e-o verticale. Per le superfici vestibolari ci sono appositi spazzolini ortodontici che rispettano l'anatomia degli attacchi, con setole più alte ai lati e più corte al centro da usare con movimento orizzontale. Gli spazzolini chiamati monociuffo serviranno come supporti complementari per raggiungere zone difficili.

### FILO INTERDENTALE

Ogni strumento agisce sulla pulizia di zone specifiche dei denti. Il filo interdentale è fondamentale per la rimozione della placca tra gli spazi interdentali ma , a causa della continuità dell'arco che verrà montato nei brackets, dovrà essere usato un filo monofilamento con supporto rigido o un ago passafilo per agevolarne il passaggio.

### SCOVOLINO

Dove gli spazi lo permetteranno, sarà possibile usare degli scovolini di diverse grandezze, raggiungendo non solo gli spazi interdentali ma anche le pareti laterali dei brackets.

### SPAZZOLAMENTO DELLA LINGUA

Spazzolare la lingua è tanto importante quanto spazzolare i denti. Sulla lingua si deposita una grande quantità di placca che, se non eliminata, è causa di alitosi, gengiviti, parodontiti e carie. L'uso periodico di pastiglie rivelatrici di placca batterica , potrebbe essere un buon metodo per l'auto controllo e soprattutto per capire come e con quali strumenti raggiungere determinate zone della bocca.

Sarà utile seguire queste poche regole per ritrovarsi, non solo una bocca con denti ben allineati, ma anche sana e pulita.

A cura dell'Igienista - Dott.ssa Francesca Crescimbene - [crescifran@gmail.com](mailto:crescifran@gmail.com)