



# Poučení a péče o snímatelnou protézu

- **Zvyknout** si na novou protézu trvá zpravidla několik týdnů. Navíc jedná-li se o úplně první protézu, může toto období trvat i několik měsíců. Pro rychlejší navyknutí noste zpočátku náhradu i přes noc, vždy je však nezbytně nutné náhradu před spaním důkladně vyčistit.
- Později je vhodné vkládat náhradu na noc do vody nebo nejlépe do dezinfekčního roztoku k tomuto účelu určeného (např. Corega tabs dostupné v lékárně).
- Po každém jídle je vhodné vypláchnout ústa vodou a náhradu opláchnout.
- Náhradu je třeba **každý den** alespoň jednou důkladně vyčistit kartáčkem a pastou určenými k péči o snímatelnou náhradu. Taktéž je nutné čistit i dutinu ústní. Alespoň jednou denně vyčistěte všechny oblasti, které jsou jinak kryté náhradami měkkým kartáčkem a pastou.
- Náhradu čistíme nejlépe nad umyvadlem s napuštěnou vodou či nad rozloženým ručníkem, aby se v případě vyklouznutí z rukou nerozbila. Kontrolu vyčistění provádíme na suché náhradě. Pokud nosíte brýle na čtení použijte je i při čištění náhrady.
- Náhrada by **neměla** přijít do styku s kyselinami, louhy, koncentrovaným alkoholem, vařící vodou a sálavým teplem (topná tělesa, kamna) a abrazivními pastami, neboť by mohlo dojít k jejímu zničení.
- **Mechanismus žvýkání**, zejména s celkovou protézou, je od vlastních zubů odlišný, proto je potřeba časem získat potřebný cvik. Nejprve jezte pouze měkkou kašovitou stravu, později křehkou

potravu po malých soustech dokud nezískáte potřebný cvik. Tvrdé, houževnaté a lepivé potraviny jsou pro celkové náhrady nevhodné.

- Zpočátku po odevzdání náhrady jsou běžné **obtíže s výslovností**. Především vyslovování sykavek. Tyto se upraví časem spontánně. Čtení nahlas může celý proces adaptace na novou zubní náhradu značně urychlit.
- Pokud horní protéza překrývá větší plochu patrové sliznice, může ovlivnit **vnímání chuti a teploty** jídel, proto je třeba dát pozor zejména při konzumaci horkých pokrmů.
- V krátkém období, následujícím po obdržení snímatelné zubní náhrady, se můžete setkat s přechodným **zvýšeným sliněním**. Jedná se o přirozenou odezvu slinných žláz, která by měla sama ustát po uplynutí přibližně jednoho měsíce.
- Výskyt menších ložisek **dráždění** (otlaky) pod a v okolí okrajů nové nebo nově podložené zubní náhrady je poměrně častým jevem. Zubní lékař úpravou náhrady tato místa odlehčí. Je-li dráždění bolestivé, můžete náhradu přechodně odložit. Je však nutno zdůraznit, že zubnímu lékaři velmi pomůže při hledání místa problému, když si náhradu znovu vložíte do úst alespoň tři hodiny před návštěvou zubní ordinace.



**V žádném případě se sami nepokoušejte o úpravy zubní náhrady svépomocí.**

- Zubní lékař by měl **jednou ročně** ověřit stabilitu a přilnavost vaší zubní náhrady a zhodnotit rozložení žvýkacích sil. Proto jsou nutné pravidelné preventivní prohlídky a to minimálně 1x ročně. V ústech často dochází ke změnám tvaru kostního-alveolárního výběžku. Tyto změny bývají vždy spojovány se změnami podpůrných tkání a sliznic. Proto je zapotřebí náhrady **pravidelně** upravovat. Tím lze zajistit, že náhrady nebudou stlačovat měkké tkáně.