

Как «подготовить» зубы к отпуску и что взять с собой для ухода, рассказала директор детской стоматологической студии, врач-стоматолог Виктория Шелудкова.

Говорят, что лучше предупредить болезнь, чем ее лечить, и в отпуске этот постулат приобретает особый смысл. В другом государстве без знания языка это становится настоящей проблемой, но и при перемещении в пределах родной страны это чревато самыми разными дилеммами, начиная с поиска врача и заканчивая растянутой по времени терапией, требующей времени и денег, которые планировалось потратить на более приятные вещи, чем лечение некстати заболевших зубов.

Поэтому первое, и самое главное, что нужно сделать перед поездкой, — посетить своего лечащего врача. Куда бы вы ни уезжали — за границу или просто на дачу за город, какое бы время вы ни отсутствовали, имеет смысл проверить состояние полости рта, а уже потом ехать. Это имеет значение как для взрослых, так и детей, но для последних особенно. Чтобы в поездке не случилось ничего непредвиденного, имеет смысл показать ребенка специалисту. Он осмотрит полость рта и определит дальнейшую тактику, вылечив что-то срочное и оставив на потом то, что «не горит». Не по времени. Стоматолог рассказал, как больной зуб разрушает кость Подробнее

Кроме того, можно посоветовать сделать ортопантограмму, то есть панорамный снимок зубов для получения полной картины. Это особенно важно для тех, кто пренебрегает профилактическим осмотром один раз в шесть месяцев и посещает специалиста только тогда, когда «припечет».

Конечно, первое, и самое главное, — это зубную щетку и зубную пасту. Первая должна подходить по возрасту (актуально для паст для детей) и уровню мягкости, а вторая отвечать предъявляемым к ней требованиям и качественно и профессионально ухаживать за полостью рта.

Помимо основных зубных принадлежностей, вам понадобятся следующие предметы и аксессуары:

На заметку: самое главное на отдыхе — следить за гигиеной. Вечером чистить зубы не менее 2,5 минуты, а утренняя гигиена — на усмотрение родителей. Спорные зубы. Врач назвала ситуации, когда нужно удалить зубы мудрости Подробнее

На отдыхе люди снимают с себя запреты и разрешают больше обычного, позволяя себе то, что не позволяли дома. Это же распространяется и на детей, которым ни в чем не отказывают и покупают все, что ни попросят. Мороженое? Значит мороженое. Следом

печеный на огне зефир, почему бы и нет? Есть мнение, что для зубов такой резкий перепад температур очень вреден, но это не так. Напротив, это закаляет эмаль, и если нет противопоказаний, то и сами взрослые вполне могут позволить себе наутро чашечку кофе с шариком мороженого — ничего страшного не будет.

Однако есть сладости, от употребления которых действительно лучше отказаться, причем не только во время отпуска, а навсегда. Речь идет о печенье, шоколаде и газированных напитках, которые приносят зубам только вред и ничего больше.

Нередко пациенты спрашивают, а можно ли ехать в отпуск с временной пломбой? Здесь все зависит от того, на какое время ее поставили и что это за пломба. Если врач, к примеру, закладывает в полость зуба лекарство и рекомендует явиться повторно через 20 дней, то вы смело можете ехать отдыхать, если ваш отпуск по времени не превышает этот промежуток. Вернувшись из него, пациент сможет продолжить лечение. Бывает так называемая отсроченная ортопедия, когда пациенту ставят временную пломбу, а когда он возвращается из отпуска, то надевают коронки. Разумные траты. Стоматолог рассказала, как можно экономить на лечении зубов
Подробнее

С такой временной цементной пломбой можно ходить не месяц, не два, а годы. Это касается случаев, когда физиологическая смена зубов идет не по сценарию, а установка постоянной пломбы невозможна. Тем самым врач добивается протрузии, чтобы зуб двигался, а при наступлении благоприятных условий устанавливает постоянную пломбу.

Если в отпуске все-таки что-то случилось, пошло не по плану, то стоит обратиться к своему лечащему врачу дистанционно и получить необходимую консультацию. Если связи со своим врачом нет — обратиться к местному специалисту, обрисовать ситуацию, сделать при необходимости рентген и получить лечение — терапевтическое или хирургическое.

Главное — не затягивать с обращением к врачу, особенно если состояние больного все больше ухудшается — усиливается боль, отек, покраснение, кровотечение, повышается температура тела. Помните, что залогом хорошего отдыха является профилактика и качественная подготовка, которая сведет к нулю все возможные неприятные последствия.