



הגינה אוראלית

השגיאות האופייניות להמנעות מצחוך ושימוש בחות דעתלי

לניהם של מיר נלי גול חוויה



עליה נס' 7 – אונגרן צייר נאך אונגרן וצחוך השיניים גל יאורה דאסן
התמונה המוכרת של הסבא עם השנינים התותבות בкус שיכת עבר. כיום יותר ויותר אנשים מצחחים לשמר את השנינים שלהם עד גיל מתקדם על-ידי צחצח נכו ו שימוש בחוט דנטלי.

עליה נס' 8 – השיניים גל צונגראן נז'י הנטין חוט גרכון!
במקרה של שניים צמודות מדי ניתן להשתמש בחוט דנטלי עשוי פולימר, שמחליק בקלות בין השנינים.

עליה נס' 9 – אוניל גטון גרכון, פלאג גל, ממיך גרכון.
אם עושים שימוש נכון בשיטה הנכונה בחוט דנטלי, החניכים לא יפגעו. קראו בהמשך מה היא השיטה הנכונה לצחצח שניים ולשימוש בחוט דנטלי. אם תעדיפו, תוכלו לפנות לייעוץ אצל רופא השנינים שיעידך אתכם לגבי שיטות לשימור בריאות הפה.

כיזג גהאנלה נטון גרכון!

עשינו שנגמרו כל התירוצים, נודא שימוש בשיטה הנכונה.

השתמשו בחוט דנטלי באורך של כ-40 ס"מ, יש לפלפּק את מרבית החוט סביב האמה, ואת השארית סביב האצבע של היד הנגדית ולהחדיר בעדינות את החוט בין השנינים בתנועות מסור קלות. העבירו את החוט עד לקו החניכים, קופפו את החוט והמשיכו להחדיר את החוט למרוח הקטן בין השן לבין החניכים, עד אשר תחושו התנדבות. יש לחזור על פעולה זו בכל שן. לא לשכוח את הצד האחורי של השנינים הטוחנות.

כיזג גאנטם צייר

הציבו את המברשת בזווית של 45° לשטח השן החיצוני, בקו המפגש בין החניכים והשנינים. הבriosו בתנועות עדינות, קצורות וסיבוביות. הפעילו מעט לחץ כדי להחדיר את הסיבים אל בין השנינים. עתה עברו לחלק הפנימי של השנינים האחוריות,שוב באותה תנענות ובשמיר אוvertezza.

את השנינים הקדמיות, עלינוות ובעדינות הלו ושוב, כולל רקמת החניכים הנושקת. הקיימו להבריש כל שן בנפרד. סיבי המברשת ניצבים אל קו השנינים. את משטח הלעיסה של השנינים הטוחנות יש לצחצח בתנועות קצורות ואל תשכחו לנוקות את הלשון.

השגיות האופייניות להמנעות מצחצחו ושימוש בחוט דנטלי

לפניך אמירות שגויות המלוות באמרה ברורה, כי שמירה על בריאות חלל הפה באופן קבוע וסדור תסייע לכם בהשגת חיין יפה יותר, תמנע מחלות בחלל הפה, הגורמות לאובדן שיניים אצל מבוגרים.

סעיףה NO' 1 – חישוק גוף צוואר אורי ואין גוף אומוכיקה גוף גבינה.
אם זו הבעיה, ניתן להשתמש במחזק חוט דנטלי ובمبرשת שניים חשמלית.

סעיףה NO' 2 – חישוק גוף צוואר אורי האoxic פאנוק יאג גוף כיסי המרכיבים.
החותן הדנטלי משחרר שרירות אוכל מרוחקים בין השיניים, אך גם עוזר להסיר שכבה דקה של חידקים שנוצרת כל העת במרוחקים אלה. החותן הדנטלי מנקה כ- 30% משטח הפנים של השיניים באיזוריהם שمبرשת השניים אינה יכולה להגיע אליהם.

סעיףה NO' 3 – סילג גוף צוואר אורי המרכיבים גוף גבינה גאננו.
דוקא הימנעות משימוש בחוט דנטלי תיגורם לדימום בחניכים. השימוש בחוט דנטלי עוזר למניע דלקת חניכים. דלקת חניכים גורמת לאדם, נפיחות/בצקת ולבסוף לדימום החניכים במגע קל. מחלת זו נגרמת לעיתים קרובות עקב הזנחה שלigiינט הפה והוא ניתנת לריפוי על-ידי טיפול מڪוצוע ושמור המצב באמצעות טיפול ביתי סדור.

סעיףה NO' 4 – רקיי אגרא פלאייק גוף גבינה גאננו.
חשוב, אך גוף צוואר אורי אגרא פלאייק גוף גבינה גאננו. חשוב מאוד לעבר ניקויaben ובדיקה רופא פעמיים בשנה. אך באופןה מידית חשוב לשמור אתigiינט הפה באמצעות צחצחו ושימוש יומ-יום בחוט דנטלי. אם לא מסירים את רובד השן בכל יום, נוצרת ابن שנ שקשה יותר להסרה. תהליך זה ל לוקח פחות מיום. ניקוי יומ-יום מקטני במידה רבה את היוצרים ابن השן.

סעיףה NO' 5 – זה גוף גבינה גוף גבינה גאננו SNL.
צחצחו צחצחו שניים קפדיי ושימוש נכון בחוט דנטלי לא לוקחים יותר זמן מגילוח ואיפור בבוקה.

סעיףה NO' 6 – גוף צוואר אורי והקיאון גוף גבינה גוף גבינה גאננו SNL.
איכוא גוף האחטה.
ההיפר הוא הנכון, שכן מחלות בחלל הפה מועברות באמצעות הרוק במגע עם בני המשפחה, ובכך גורמות לביקורים תכופים יותר אצל רופא השיניים.