

## Уход за чувствительными зубами

Зубная боль выбивает человека из привычной жизни, доставляя массу неприятных ощущений и чувство дискомфорта.

Зубная боль появляется в самый неподходящий момент. Особенно, это касается чувствительных зубов. Лечение зубов может занять много времени - могут пройти месяцы. Чувствительными зубами обладает каждый пятый человек. К стоматологической помощи прибегает примерно половина этого количества. Врач не всегда может определить причину заболевания. Однако, стоматолог может дать ряд рекомендаций по уходу за зубами и полостью рта.



**Если зубы пациента обладают тонкой эмалью, реагируют на сладкую, кислую, горячую, холодную пищу, а болезненные ощущения появляются неожиданно, нужно соблюдать определенные правила.**

- Чистить зубы нужно не ранее, чем через полчаса после еды, полоскать рот после употребления кислых напитков и пищи, а также отменить использование электрической зубной щетки в периоды повышения чувствительности зубов;
- Необходимо пользоваться правильно подобранной зубной щеткой и зубной пастой, специально предназначенной для чувствительных зубов. Чувствительным зубам необходим нежный уход, поэтому кончики щетинок щетки должны быть закруглены, щетина щетки должна быть мягкой или очень мягкой и хорошо отшлифована. Обработка щетины играет не последнюю роль в бережной очистке зубов, поэтому щетка должна быть качественной, желателен известных производителей, а не сомнительного производства. В противном случае к уже существующей проблеме чувствительных зубов прибавятся проблемы с деснами;
- Мягкий уход могут обеспечить правильно подобранные специальные пасты, в составе которых есть лечебные компоненты и с пониженной абразивностью. Отбеливающими пастами пользоваться ни в коем случае нельзя, даже если желание обладать сияющей белоснежной улыбкой слишком велико. В составе отбеливающих паст обычно присутствуют перекись или сода, которые оказывают далеко не положительное влияние на тонкую эмаль чувствительных

зубов. Отбеливающие зубные пасты обладают высокой абразивностью, то есть в их составе присутствуют специальные твердые частицы, стирающие верхний слой эмали, что значительно повышает чувствительность зубов;

- Меловые пасты также не следует использовать, если чувствительность зубов повышена. Мел является довольно агрессивным составляющим зубной пасты и сильно сдирает зубную эмаль. В современных пастах для чувствительных зубов место абразива занимает диоксид кремния, который не травмирует зубную эмаль. Болевые ощущения при использовании подобной пасты значительно уменьшаются, а эмаль восстанавливается. Наряду с диоксидом кремния, имеются в составе таких паст и биологически активные комплексы, в результате действия которых зубная эмаль не травмируется, а зубной налет убирается.

**Курс лечения такими пастами нужно проводить в соответствии с рекомендациями специалиста, определенное время. Через время его нужно будет повторить для закрепления полученного результата.**