

ГИД ДЛЯ ТЕХ, КТО ЗАБОТИТСЯ О СЕБЕ

ПОРА?

Гид, который поможет понять, когда
профессиональная гигиена действительно нужна.



Оксана

стоматологический
гигиенист

@withlovetoteeth

Проверь себя

Отметь каждый пункт, который относится к тебе.

- ☐ Во время чистки дёсны иногда кровоточат.
- ☐ Прошло больше 6 месяцев с последней профессиональной гигиены.
- ☐ Чувствуешь неприятный запах изо рта, несмотря на регулярную чистку.
- ☐ Замечаешь налёт или твёрдые отложения возле дёсен.
- ☐ У тебя есть брекеты, ретейнеры, импланты или коронки.
- ☐ После чистки зубы всё равно не выглядят достаточно чистыми.
- ☐ Дёсны стали более чувствительными или выглядят воспалёнными.

РЕЗУЛЬТАТ

- 0–2 пункта
Домашний уход выглядит достаточным. Продолжай поддерживать привычки и не забывай о профилактических осмотрах.
- 3–4 пункта
Есть признаки, на которые стоит обратить внимание. Профессиональная гигиена поможет снизить риск заболеваний дёсен и кариеса.
- 5–7 пунктов
Похоже, профессиональную гигиену лучше не откладывать. Чем раньше убрать причину воспаления и налёта, тем проще сохранить здоровье зубов и дёсен.