Автономное учреждение Омской области
«Комплексный центр социального обслуживания населения Исилькульского района»

Школа ухода

«Уход за полостью рта и зубными протезами маломобильного гражданина»

2026 г.

Гигиенические процедуры.

- Перед проведением гигиенической процедуры рекомендуется надеть на руки медицинские перчатки и защитить постельные принадлежности впитывающей или непромокаемой простыней и клеенкой. После этого с больного снимают ночную рубашку и начинают поэтапные гигиенические процедуры.
- Гигиенические мероприятия для людей, которые вынуждены длительное время проводить в постели необходимо проводить утром и вечером. Врачи рекомендуют проводить их перед завтраком и перед сном, так как именно эти временные промежутки наиболее благоприятны для выполнения таких процедур.

Важно знать!

Перед началом выполнения процедур по очищению кожи необходимо устранить все возможные источники сквозняков и удостовериться в том, что в комнате температура воздуха составляет не менее 20 °С. Такая предосторожность при уходе за лежачими больными никогда не бывает излишней, ведь вследствие болезни их иммунитет становится ослабленным, и резкие колебания температур могут приводить к обострению хронических заболеваний.

Необходимые средства гигиены для выполнения гигиенической процедуры.

- Ванночка для воды;
- подставка для таза;
- кувшин для подогретой воды;
- специальные косметические средства и приспособления для ухода за маломобильными гражданами: гели, лосьоны, крема;
- перчатки медицинские;
- тканевые и бумажные полотенца и салфетки;
- прорезиненные пеленки и одноразовые клеенки;
- впитывающие пеленки;
- марлевые салфетки;
- зубная щетка;
- шпатель.

Уход за полостью рта.

- Если состояние маломобильного гражданина позволяет, то его можно усадить на стул или придать его телу полусидячее положение. Если нельзя изменять горизонтальное положение тела, то его голову необходимо повернуть набок и при помощи ватных палочек очистить защечное пространство от скопившейся слюны и налета. Для облегчения выполнения гигиенических процедур для полости рта можно воспользоваться специальными одноразовыми шпателями из пластика, при помощи которых можно поочередно и аккуратно отодвигать левую и правую щеку.
- Для очищения зубов маломобильного можно руководствоваться теми же правилами, что и для чистки зубов у здорового человека, но движения зубной щетки в таких ситуациях должны быть более щадящими и выполняться с максимальной осторожностью.
- Необходимо прополоскать рот маломобильного водой или гигиеническим раствором (специальными растворами для ополаскивания полости рта, растворами соды, перекиси водорода, буры и др.). Для этого можно воспользоваться резиновой спринцовкой и мягким наконечником или специальными резиновыми баллонами для ополаскивания полости рта больного. При выполнении этой процедуры голову необходимо немного приподнять над поверхностью кровати таким образом, чтобы жидкость не попадала в пищевод и дыхательные пути. Заканчивая процедуру, промокнуть губы маломобильного впитывающей салфеткой и нанести на них гигиеническую губную помаду или увлажняющий бальзам, который предотвращает пересыхание и растрескивание губ.
- При выборе бальзамов следует обязательно убедиться в их гипоаллергенности.

Средства для чистки.

- Щетка для чистки зубных протезов. Щетку нужно менять примерно раз месяц. Если обнаруживается какая-то инфекция десен, щетку нужно сменить немедленно;
- Зубной ершик для чистки пространства между зубами;
- Паста без абразива. Абразив, как и жесткая щетка, могут оставить на протезах микроцарапины, в которых с удовольствием поселятся вредоносные микроорганизмы;
- Межзубная паста;
- Ополаскиватели — дезинфицирующие и очищающие жидкости. Обычно все дезинфицирующие жидкости изготавливаются путем растворения в стакане воды специальной таблетки для чистки зубных протезов. Есть обычные таблетки, раствором которых полощут рот ежедневно по несколько раз. Существуют так же более сильные таблетки с биоформулой, которую используют реже, примерно раз в неделю;
- Ирригатор — специальное устройство, которое впрыскивает маленькими порциями дезинфицирующую жидкость или простую воду в рот. Благодаря изогнутому кончику, позволяет добраться до самых укромных уголков. Струйка жидкости под давлением попадает в щели и уголки и вымывает оттуда все лишнее. Бывают компактные, карманные ирригаторы, которые можно всюду носить с собой;
- Флосс;
- Таблетка для индикации.

Выбор зубной щетки.

- К выбору зубной щетки и пасты для ухода за маломобильными гражданами также рекомендуется особый подход. В большинстве случаев у таких пациентов слизистая рта становится ранимой и чувствительной к воздействию жесткой щетины, а зубная паста должна подбираться в соответствии с возрастными потребностями и особенностями диагноза маломобильного гражданина.
- Для больных после инсульта рекомендуются пасты, которые обладают вяжущими и кровеостанавливающими свойствами.
- Длительность применения лечебных зубных паст для маломобильных определяется индивидуально, т. к. некоторые их активные компоненты при продолжительном использовании могут оказывать негативное влияние на состояние здоровья полости рта.

Уход за съемными зубными протезами.

- Уход за вставными протезами начинается с самого утра — с чистки. Для начала следует запомнить, что использовать в качестве средства для чистки протезов марганцовку, мыло или перекись водорода, как это делают многие, не нужно. Такой очисткой можно только повредить. По утрам чистка зубных протезов осуществляется обычной зубной щеткой со специальной пеной или зубной пастой. Щетина щетки обязательно должна быть мягкой, а паста без абразива. Особенно тщательно нужно чистить часть протеза, прилегающую к деснам. После чистки промыть в проточной или кипяченой воде. Процедуру следует обязательно повторить вечером перед сном.
- Желательно после каждого приема пищи при наличии возможности снимать искусственные зубы и промывать их под струей воды.
- Правила ухода за протезами рекомендуют ежедневно промывать их в дезинфицирующем растворе. Раствор доберется до таких мест, куда не достала щетка, вымоет оттуда остатки пищи, ликвидирует все бактерии и другие микроорганизмы, «ответственные» за возникновение болезней и нехороших запахов.
- Примерно раз в неделю нужно воспользоваться для дезинфекции более сильным раствором, который получается при растворении в стакане воды специальной таблетки с биоформулой. Через 10-15 минут можно будет легко счистить с конструкции образовавшийся налет, кроме того, очиститель для зубных протезов вернет первоначальный вид, защитит от коррозии металлические части.
- Во избежание повреждения протеза, десны и собственных зубов, если они еще остались, рекомендуется пользоваться фиксирующими кремами, клеями и жидкостями. Они не только облегчат привыкание, но и позволят более качественно пережевывать пищу, практически восстановить прежнюю дикцию. Смягчат жесткий край протеза, сделают касание его к деснам более приятным.

Уход за несъемными протезами.

- Уход за несъемными зубными протезами сложнее, поскольку их нельзя снять и старательно почистить со всех сторон. Обычно это различного рода виниры, коронки, мосты и пластинки.
- Ежедневная чистка зубов вместе с протезами утром и вечером. Можно пользоваться обычной щеткой, а можно специальным ершиком, который хорошо прочищает межзубное пространство. Особенно старательно нужно чистить невидимые плоскости. Щетку нужно держать под углом 45 градусов к плоскости зуба, как бы пытаясь почистить пространство между протезом и десной. Этот процесс удобно контролировать, глядя в зеркало.
- После чистки рекомендуется воспользоваться ирригатором. Струя воды или антисептической жидкости с растворенной в ней таблеткой для очистки зубных протезов из него доберется до самых труднодоступных мест и вымоет оттуда все остатки пищи, ликвидирует бактерий.
- Один раз в день рекомендуется пользоваться зубной нитью. В тех местах, где есть коронки или виниры с особенной осторожностью. В районе коронок лучше ограничиться ирригатором.
- Периодически нужно растворять в воде таблетку с биоформулой и орошать ротовую полость и зубные ряды из ирригатора для лучшей чистки и дезинфекции.
- Имеет смысл время от времени пользоваться индикационными средствами, которые показывают, в каком месте зубного ряда сохранились бактерии, где имеется налет. Обнаружив такие места, можно тщательно почистить их, а потом проверить еще раз качество обработки.
- При ношении протезов полезен массаж десен, ежедневно по 5-7 минут. Крепкие здоровые десны — залог здоровья оставшихся зубов. Чем дольше проживут собственные зубы, тем дольше прослужит и протез.

Средства по уходу за протезами зубов.

Существует две группы средств для ухода за протезами зубов:

- средства для фиксации в полости рта
- средства для чистки.

Фиксирующие средства используются только вместе со съемными протезами, поскольку они позволяют им прочнее держаться в ротовой полости.

- Фиксирующий порошок при малом слюноотделении. Он напыляется тонким слоем на протез, который затем надевают и прижимают на некоторое время к десне. Этого достаточно для надежного крепления;
- Фиксирующий крем наносят тонкими полосками или точечно на край протеза. Не стоит наносить много крема, он все равно выдавится наружу. Кроме того, его излишки вредны организму. Фиксирующий крем не только приклеивает протез к десне, но еще и создает амортизирующую прокладку, которая уберегает десны от повреждений. Обычно действие крема и порошка продолжается 12-24 часа, по истечении которых они растворяются в слюне. Тогда, как положено при уходе за съемными зубными протезами, нужно его снять, промыть в воде и очистить от остатков фиксатора;
- Полоски из специального холста обычно используют, когда человек не может привыкнуть к инородному телу во рту. Тогда эти полоски помещают под протез, они фиксируют его и смягчают давление на десны.

Хранение.

Постоянно носить протезы, не снимая даже ночью, неудобно, вредно, а иногда и опасно. Время от времени зубам и деснам нужно отдыхать.

Для хранения протезов обычно используют:

- Стакан с водой;
- Стакан с дезинфицирующей жидкостью;
- Специальные емкости для хранения.

Спасибо за внимание
Будьте здоровы!