Использование зубной нити сохранит ваши зубы надолго

Гигиена полости рта – важная составляющая здоровья человека. Мало кто знает, что для домашнего ухода за полостью рта нужно использовать не только зубную щетку, но еще и зубную нить.

Основная функция зубных нитей – очищение межзубных промежутков, где скапливаются остатки пищи, превращаясь в зубной налет. Специалисты советуют пользоваться зубной нитью во время каждой чистки зубов, не менее одного раза в сутки. Средняя продолжительность процедуры должна составлять 2-3 минуты. После манипуляции не забудьте прополоскать ротовую полость.

Правила использования нити очень просты. Длина нити должна быть около 40-45 см, поскольку большая часть наматывается на средние пальцы обеих рук. Начинать процедуру ее использования стоит с верхнего зубного ряда, затем нужно вводить средство в скважину постепенно, не прикладывая значительных усилий и продвигая его вплоть до десен. Не забывайте о том, что производить чистку зубной нитью нужно плавными движениями вверх/вниз, чтобы не травмировать десна.

Профессионалы “Семейной стоматологии” производят не только лечение и протезирование зубов, но и гигиенические процедуры полости рта. Специалисты подберут для вас специальный уход и проконсультируют по всем интересующим вопросам.

«Семейная стоматология» находится по адресам ул. Профсоюзная, 70 (+7 (3452) 46-14-53), ул. Менделеева, 16 (+7 (3452) 911-533).

Лицензия N ЛО-72-01-002699 от 02.02.2018г. Департамента здравоохранения Тюменской области. Имеются противопоказания, необходимо проконсультироваться со специалистом.