

Manual de Higiene Oral

Orientações ao paciente



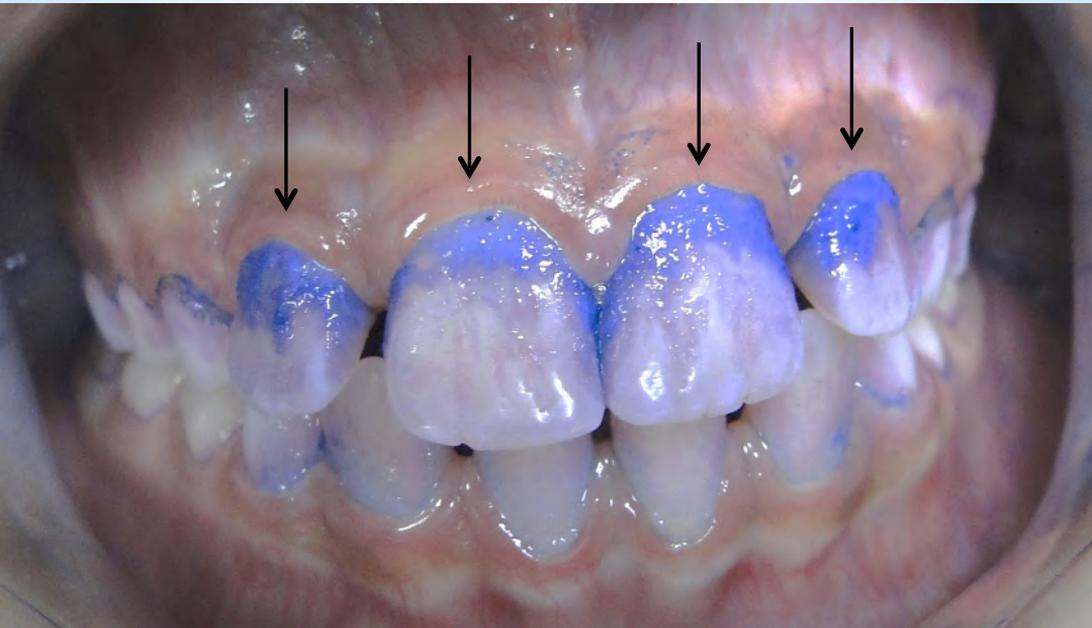
A Cárie e a Doença Periodontal

O que essas doenças têm em comum?

1. Quando não tratadas, podem levar à perda do dente;
2. Têm o mesmo fator causal: a placa bacteriana (também chamada de biofilme dental);
3. São prevenidas da mesma maneira: remoção da placa bacteriana através da escovação e do uso correto do fio dental.

A Placa Bacteriana:

- É uma estrutura formada por diferentes tipos de bactérias;
- Gruda nos dentes, restaurações, próteses e implantes;
- Assemelha-se à uma massinha de cor branca ou branco-amarelada;
- Forma-se diariamente.
- A placa bacteriana evidenciada com corante:



INSTRUÇÃO DE HIGIENE ORAL

FIO DENTAL

- Usar antes da escovação;
- Deve ser inserido, delicadamente, na gengiva;
- Fazer movimento de vai e vem.



Uso correto do fio dental.



ESCOVAÇÃO



- A melhor técnica de escovação é a que você faz associada com as orientações do dentista.
- Utilize sempre uma escova com cerdas macias.



- A escova sempre deverá estar inclinada com as cerdas direcionadas para a gengiva.



- Na parte interna da região anterior (superior e inferior): a escova fica vertical.



- Esquematize uma sequência de escovação:

FACES EXTERNAS



FACES INTERNAS



FACES INTERNAS DA REGIÃO ANTERIOR SUPERIOR E INFERIOR



SUPERFÍCIE DE MASTIGAÇÃO



LIMPEZA DA LÍNGUA

- Pode utilizar a própria escova de dente ou os limpadores de língua específicos.
- A limpeza da língua faz parte da higiene oral e previne o mau hálito.





PARA UMA HIGIENE ORAL MAIS EFICAZ,
REALIZE DE FRENTE PARA O ESPELHO!





SIGA AS ORIENTAÇÕES DO SEU
DENTISTA E COMPAREÇA AOS
RETORNOS NO TEMPO
DETERMINADO.

Em caso de dúvida, entre em
contato conosco:

(21) 2174-7006



(21) 99499-7927