



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA
BOM SUCESSO



PROGRAMA DE SAÚDE ORAL ORTODONTIA

CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ



QUANDO ESCOVAR

DE MANHÃ, depois do pequeno-almoço.

À NOITE, a última coisa antes de deitar.

Deves utilizar o **Fio Dentário**, fazer a **Escovagem** e escovar também o **Aparelho**.

FIO DENTÁRIO OU FITA



Usa o fio entre cada dente até tocar na gengiva.



COMO ESCOVAR



... escovar
por fora...



... por dentro...



... a parte dos dentes
que mastiga...



... e no fim a língua.



COMO UTILIZAR O APARELHO

- Usar o aparelho o máximo de tempo possível ou de acordo com as indicações do médico.
- Remover o aparelho às refeições, ou de acordo com as indicações do médico.
- Dormir com o aparelho todas as noites.

LIMPEZA E MANUTENÇÃO

Com a pasta de dentes, escovar o aparelho todos os dias.

Uma vez por semana colocar o aparelho numa tigela com água morna e vinagre durante 1 hora. Podes também utilizar os produtos de limpeza das próteses.

Estes cuidados ajudam a que o teu aparelho não tenha calcificações.

Deves usar uma escova de dentes dura e diferente da que usas na escovagem dos teus dentes.



DEVES SEMPRE

- Levar o aparelho quando fores à consulta de Saúde Oral.

NUNCA DEVES

- Utilizar o arco da frente para remover o aparelho.
- Colocá-lo no bolso ou embrulhá-lo num guardanapo.
- Deixar o aparelho no tabuleiro do almoço.



É MUITO IMPORTANTE:

1. Guardar o aparelho na caixa quando não estiver a ser usado;
2. Cumprir as consultas de controlo recomendadas pela Fundação;
3. Contatar a equipa de Saúde Oral da Fundação, em caso de dúvidas ou urgências.

O SUCESSO DO TRATAMENTO DEPENDE DA TUA COLABORAÇÃO!



Dr.ª CRISTINA OLIVEIRA
Higienista Oral CLÁUDIA PEREIRA



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA
BOM SUCESSO
CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ

Na prevenção...
**O primeiro passo
é TEU!**

AV. DR. MÁRIO MOUTINHO (AO RESTELO)
1400-136 LISBOA
T (+351) 213 031 420
GERAL@FNSBS.PT
WWW.FNSBS.PT

EDIÇÃO: ABRIL 2024

CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ

Registo ERS n.º E117672