



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA
BOM SUCESSO



PROGRAMA DE SAÚDE ORAL

ORTODONTIA



2023

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

A escovagem deve ser feita com a boca aberta e a escova inclinada para a gengiva...



...escovar por
fora . . .

...por dentro...



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



...e no fim a língua.

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.
Coloca-lo no bolso ou embrulhá-lo num guardanapo.
Deixar o aparelho no tabuleiro do almoço.

É MUITO IMPORTANTE

Guardar o aparelho na caixa quando não estiver a ser usado;

Cumprir as consultas de controlo recomendadas pela Fundação;

Telefonar se houver alguma dúvida ou em caso de urgência e falar para o Programa de Saúde Oral.

O sucesso do tratamento depende da tua colaboração!

Na Prevenção...

... o primeiro passo é TEU



FUNDAÇÃO NOSSA SENHORA
BOM SUCESSO
CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ

Av. Dr. Mário Moutinho (ao Restelo)
1400-136 LISBOA
Tel.: 21 303 14 20
email: geral@fnsbs.pt
www.fnsbs.pt

Registo ERS nº E117672

Dr^a. Cristina Oliveira
HO Cláudia Pereira