

# Îndepărtarea plăcii bacteriene



În mod natural placa dentară **nu** se îndepărtează de pe suprafețele dentare nici prin mestecarea alimentelor consistente, nici clătirea cu apă sau cu diverse soluții nu împiedecă formarea acesteia.





Noțiunea de **controlul plăcii** se referă la toate măsurile luate atât de către pacient cât și de stomatolog pentru a preveni acumularea plăcii bacteriene și a altor depozite de la nivelul dinților și al joncțiunii dento-gingivale.



Eliminarea plăcii dentare se poate face doar prin *metode mecanice* sau prin *metode chimice*



# Îndepărtarea mecanică a plăcii dentare

**Mijloacele utilizate pentru îndepărtarea mecanică a plăcii :**

- **peria dentară**
  - manuală;
  - electrică;
- **pastele de dinți;**
- **mijloacele auxiliare de igienă**
  - firul dentar; (ața dentară);
  - stimulatoarele interdentare;
  - periuțele interdentare;
  - hidropulsoarele bucale (water pick).





## ● Peria dentară



Principalele cerințe față de o periuță de dinți sunt următoarele:

- tipul de periuță ales să depindă de necesitățile individuale ale pacientului și mai puțin de superioritatea unui anumit tip de perie;



- se vor prefera periile cu fire sintetice, cu extremitatea fibrelor rotunjite, suple, cu smocuri dese, cu mâner care permite o bună prindere;

- trebuie să aibă acces optim în toate zonele cavității bucale în general și a arcadelor dentare în special.



- periuța trebuie să fie adecvată tehnicii de periaj recomandate de medicul stomatolog și supravegheată de asistenta de profilaxie.



**Principalele cerințe față de o periuță de dinți**

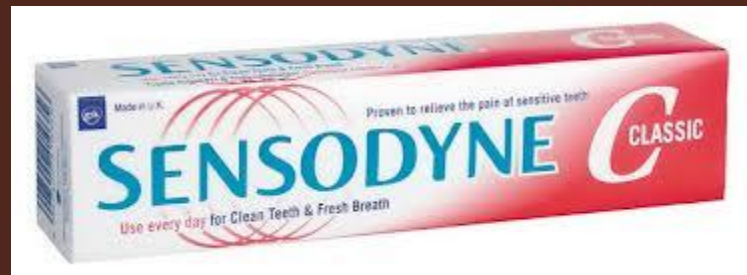




**Alegerea periutei de dinți cât și a tehnicii de periaj depinde de situația anatomo-clinică individuală, vârsta, starea dento-parodontală și prezența obturațiilor sau a lucrărilor protetice**



# Pastele de dinți



Pastele de dinți sunt **preparate ajutătoare** care potențează acțiunea de curățire a dinților.

Conțin:

- materiale abrazive,
- detergenți,
- diluanți,
- umectanți,
- agenți de stabilizare
- componente chimice care îi măresc eficiența anticariogenă sau antiinflamatorie.
- Compușii organici ai fluorului



## ⦿ Criterii de alegere a unei paste de dinți :

- vârsta pacientului,
- predispoziția la caria dentară,
- gravitatea semnelor care trădează o parodontopatie,
- prezența restaurărilor protetice fixe sau mobile,
- frecvența obturațiilor coronare de clasa a II-a,
- predispoziție la formarea tartrului,
- fumatul,
- boli generale, ca diabetul de exemplu,
- regimul alimentar.



# PERIAJUL DENTAR

Periajul trebuie să cuprindă toate zonele arcadelor dentare. Se începe cu regiunea molară a unei arcade și se face periajul pe fețele vestibulare sau orale, înconjurând arcada dentară până la punctul de unde a început periajul.

1 Periați întâi suprafețele interioare



2 Continuați apoi cu suprafețele exterioare



3 Periați toate suprafețele ocluzale



4 La sfârșit periați ușor limba pentru îndepărtarea bacteriilor





***O bună metodă de periaj trebuie să îndeplinească următoarele condiții:***

- 1 - să curețe foarte bine toate suprafețele extraalveolare ale dinților;**
- 2 - să nu lezeze nici țesuturile dure și nici cele mucozale;**
- 3 - să fie simplă, ușor de însușit și practicat:**
- 4 - însușirea ei după un timp să constituie un reflex automatizat, inconștient și să se integreze în deprinderile igienice de rutină;**
- 5 - să fie executată sistematic, pe grupe de dinți, vestibular, oral, ocluzal.**



**Periajul orizontal** nu este eficient în spațiile interdentare și este agresiv pentru țesuturile moi, determinând retracție gingivală și abraziere cervicală.

**Periajul circular**, deși este ușor de însușit, nu curăță suficient fețele proximale și nu asigură un masaj gingival corespunzător.

**Periajul vertical**, cel mai corespunzător în privința eficienței, nu curăță suficient de bine suprafețele cervicale, la nivelul unghiurilor gingivo-dentare și nici zonele profunde ale fețelor proximale.



Suprafețele interdentare necesită o atenție deosebită atât din punct de vedere igienic cât și profilactic.



Acest spațiu al ambrazurilor, constituie locul de elecție unde debutează boala parodontală prin inflamația gingivală, formarea de pungi parodontale și sângerări.

## MIJLOACE COMPLEMENTARE DE IGIENĂ ORALĂ

Utilizarea firului dentar sau a *mătășii dentare* (dental floss) se recomandă la pacienții cu parodonțiul sănătos, fără retracție gingivală în zonele proximale și cu suprafețe dentare orizontale sau convexe în această zonă.

Se folosește pentru eliminarea plăcii de pe fețele interproximale ale dinților. Poate fi benefică folosirea firului dentar și la bolnavii cu atrofie gingivală interdentală, dar nu este eficace în cazul suprafețelor proximale radiculare concave.



**Firul dentar** poate fi cerat sau necerat, răsucit sau nerăsucit și impregnat sau nu cu fluor.  
*Este o metodă frecvent utilizată la protezele fixe metalo-ceramice sau metalo-acrilice dar necesită o îndemânare și un instructaj special.*

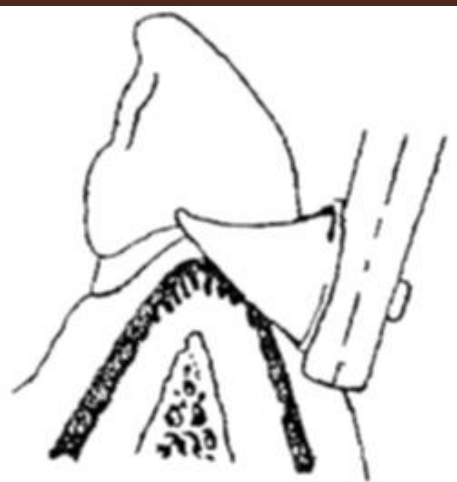






Curățirea spațiilor interdentare largi și a spațiilor interradiculare la molarii cu furcația expusă, precum și a zonelor gingivale ale lucrărilor protetice fixe se poate realiza eficient **cu periuțele interdentare**.

S-au răspândit două tipuri de astfel de periute: cu un singur smoc de peri (periuța monotufă) dispuși cilindric în jurul unui ax sau suport metalic sau cu aspect conic. Aceste periute se insinuează ușor între dinți și printr-o mișcare scurtă antero-posterioară, vestibulo-orală se realizează o bună curățire a suprafețelor proximale și a spațiilor interradiculare la molarii cu furcația descoperită. Firmele care produc aceste instrumente sunt: Oral B; Blend-a-Med; Colgate etc.



Curățirea suprafețelor interdentare cu ajutorul unui dispozitiv triunghiular denumit stimulator gingival, confecționat din lemn moale, cauciuc sau material plastic s-a dovedit a fi util în cazul anumitor conformații morfologice specifice. Se utilizează cu baza triunghiului spre gingie într-un unghi înclinat ușor spre coroana dintelui. Se presează ușor spre fața proximală a dintelui vecin și se execută mișcări antero-posterioare și circulare cranio - caudale, în funcție de mărimea spațiului interdentar.



Stimulatoarele din cauciuc au o formă conică și sunt atașate de obicei mânerului periutei de dinți și s-au dovedit eficiente atât în curățirea spațiilor proximale cât și în masajul gingival

# Mijloace suplimentare de igienă

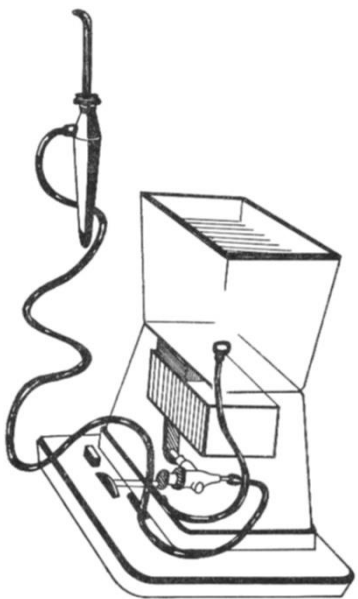
firul dentar;

stimulatoarele interdentare;

periuțele interdentare;

hidropulsoarele bucale





În Europa occidentală s-a răspândit de mult hidropulsorul sau irigatorul bucal foarte rapid. Este un mic aparat electric și are rolul de a asigura o irigație orodentară sub presiune.

Cu ajutorul acestui aparat se îndepărtează detritusurile alimentare, bacteriile, placa dentară neorganizată în curs de formare, atât de pe mucoasa gingivală cât și din zonele greu accesibile periajului, mai ales la purtătorii de proteze fixe sau aparate ortodontice fixe.

Irigațiile bucale cu *water pick* nu substituie periajul deoarece nu pot îndepărta placa dentară formată, aderentă și atașată.





## CURĂȚIREA MECANICĂ PROFESIONALĂ

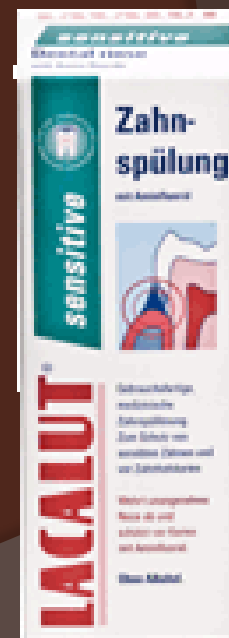
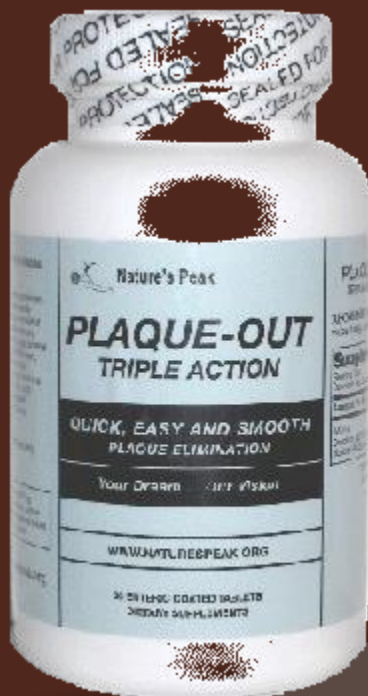
Curățirea mecanică profesională a dinților constă în principiu din îndepărtarea plăcii dentare de către personalul instruit - asistenta de profilaxie sau medicul stomatolog. Procedura apelează la paste abrazive, vehiculate pe dispozitive de cauciuc și periute montate, acționate rotativ





## Controlul plăcii dentare prin mijloace chimice

Micșorarea ritmului depunerii plăcii dentare se poate obține și cu ajutorul diverselor substanțe chimice. Geluri, ape de gură, băi de gură și alte vehiculante pot conține diverse compuși fluorurați, cu conținut de clorhexidină etc. Utilizarea acestor preparate poate reduce semnificativ indicele de placă dar nu poate înlocui un periaj dentar efectuat cu o tehnică corectă. LISTERINE; LACALUT, PLAX OUT,



## GUMELE DE MESTECAT



WHO SUCKS THE MOST? ★ VOTE WITH YOUR GUM

