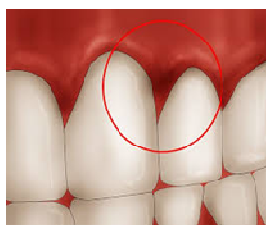


## ***Naslage na zubima - samo neprivlačne ili i opasane?***

### **Šta su naslage na zubima?**

Nedovoljna oralna higijena uzrokuje pojačano nakupljanje naslaga na zubima. Naslage na zubima (*dentalni plak*) sadrži razne bakterije koje uzrokuju ne samo nastanak karijesa već i upalu zubnog mesa, poznatu kao gingivitis.



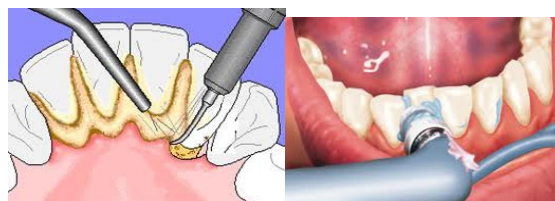
Ako se bakterije nasele u prostor između zuba i zubnog mesa može nastati bolest *parodontitis*. Parodontitis izaziva ubrzan gubitak kosti i samim tim dovodi do klaćenja, a s vremenom i gubitak zuba.

### **Pravilno pranje zuba**

Pravilno četkanje *od crvenog prema belom* ili od zubnog mesa prema zubu, upotreba zubnog konca i ostalih sredstava za održavanje oralne higijene, neophodni su za očuvanje zdravlja potpornog aparat zuba.

### **Šta stomatolog može da učini?**

Profesionalno čišćenje i poliranje zuba najbolji je način održavanja oralnog zdravlja. Stomatolog savetima i upotrebom posebnih pasti za profesionalno čišćenje zuba i ostalim tehničkim uređajima može postići puno bolje rezultate od onih koje vi možete postići kod kuće. Profesionalno čišćenje i poliranje neravnih i grubih površina zuba i ispuna, usporavaju nakupljanje zubnih naslaga.



### **Šta vi možete da uradite?**

Temeljna i redovna oralna higijena kod kuće sprečavaju nakupljanje zubnih naslaga i najbolja su prevencija karijesa. Važno je:

- Prati zube 2-3 puta na dan
- Upotrebljavati mekanu četkicu i redovno je menjati
- Upotrebljavati kvalitetne paste za zube koja treba menjati
- Upotrebljavati zubni konac i interdentalnu četkicu kako bi se bolje očistili prostori između zuba .