

Ауыз қуысының гигиенасы-адамның жеке гигиенасының бір бөлімі. Барлық гигиеналар секілді ауыз қуысының гигиенасы адам денсаулығын сақтау мен ауруларды алдын алуға арналған.



Ауыз қуысы
гигиенасы
бөлінеді:

жеке

кәсіби

Арнайы заттар
арқылы тіс
беткейін тіс
қақтарынан
тазалау

Арнайы
аппараттар
арқылы
стоматолог
дәрігердің тіс
қақтарын тазалау

Ауыз қуысы гигиенасының негізгі құралдары

Тіс щеткалары

1.Тіс щеткалары

Тіс щеткасы –тістегі қалдықтар мен қақтарды алатын негізгі құралғы болып табылады.

Тіс щеткасы:

Ұстағыш бөлігі

Негізгі басынан тұрады.



Тіс щеткасы ажыратылады:

Өлшеміне қарай,

Талшықтарының құрамына байланысты,

Басының формасына қарай

Талшықтардың орналасуына

Қаттылығына қарай





ТІС СЫҚПАЛАРЫ

- Тіс сықпалары жұмсақ тіс қақтарын, тағам қалдықтарын жақсы тазарту қажет. Дәмі тітіркендірмейтін және ешқандай аллергиялық реакциялар бермеуі қажет.
- Тіс сықпаларын тұрақты қолдануда шамамен 25-30%-ға дейін тіс жегісің дамуын, пародонт тіндерінің ауруларын 33-58%-ға дейін төмендетіп, ауыз қуысы гигиенасын 24-46%-ға жоғарылатады.



Тіс жіптері(флоссалар)

- Тістердің контактілі беттерінде тұрып қалған тіс щеткасымен алынуы қиын қақтармен тағам қалдықтарын тазалау үшін арналған.
- Арнайы синтетикалық талшықтардан жасалған.



Тіс жіптерін қолдану әдістері



Тіл тазалағыш құралғылар

Тілдегі қақтарды тазалауға тісщеткасының артқы қабырғасындағы арнайы резенкелі беткеймен немесе арнайы тіл тазалауға арналған ершиктарды қолдануға болады. Тілдегі қақтарды алу ауыз қуысының гигиенасының маңызды бөлімі болып табылады. Себебі тіл беткейіндегі қақтар да ауыз қуысының ауруларын тудыруы мүмкін.



скребки



щетки



ложки



зубные щетки
с поверхностью для языка

Ауыз қуысын шайғыштар

Шайғыштарды күніне екі рет 30 секундтан қолдану керек. Тұрақты түрде шайғыштарды қолданғанда тістер мен ауыз қуысының шырышты қабатының қосымша тазалануы жүреді. Шайғыштарды қолданған кезде қақтар мен бактериялардың 90%-ы жойылады.



