ŽK 79
PATVIRTINTA
VšĮ Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikų filialo Žalgirio klinikos direktoriaus
2024-09-03 įsakymu Nr. 05-05

PATARIA GYDYTOJAS ODONTOLOGAS

Dantų ėduonis

Dantų ėduonis – tai infekcinė liga, suardanti danties struktūrą. Ertmė dantyje – tai danties ėduonies paseka. Ligos negydant, danties audiniai visiškai suyra, jaučiamas skausmas, plinta infekcija.

Dantų ėduonies profilaktikai svarbu:

- mitybos reguliavimas,
- gera higiena
- cheminiai preparatai.

Iki šiol nei skiepų, nei tablečių padedančių išvengti dantų ėduonies nėra sukurta.

Ėduonies pažeisti audiniai dantyje yra mechaniškai išvalomi ir užpildomi odontologinėmis medžiagomis - plombomis. Būtina žinoti, kad tobulų ir amžinų plombų nėra. Periodiškai plombas reikia pataisyti arba ir pakeisti.

Po dantų užplombavimo visą likusį gyvenimą yra rekomenduojama:

- Kasdien du kartus per dieną švariai nuvalyti dantis.
- Naudoti dantų pastą su fluoru.
- Kasdien naudoti tarpdančių siūlą ar šepetėlius.
- Paklausti gydytojo apie papildomus, jums tinkančius cheminius preparatus.
- Valgyti per dieną 5-6 kartus ir vengti užkandžių tarp pagrindinių valgymų.
- Iš karto po valgio 10-20 minučių pakramtyti kramtomąją gumą be cukraus.
- Vengti tarp valgių saldžių gėrimų ir sulčių (jas gerti galima po valgio ar prieš jį).
- Neužkandžiauti tarp valgių.
- Vakare rinktis mažiau saldų maistą,
- Nerūkyti.
- Negraužti ir netraiškyti dantimis kietų daiktų (riešutų kevalų, kauliukų ir kt.).
- Nepiktnaudžiauti kava, arbata, vynu.
- Lankyti pas odontologą jums paskirtu periodiškumu (rečiausiai kas metai).