

PHILIPS**sonicare**

Fixní rovnátka

Jak správně čistit zuby s fixními rovnátky



3-Step Sonicare – 3 kroky péče o dutinu ústní



1. Interdental Care – mezizubní čištění

- Mezizubní čištění je vhodné zařadit jako první – do uvolněného prostoru lépe pronikne okysličená dynamická vlna, vytvořená při čištění sonickým kartáčkem. Ta dočistí zbytky plaku a odplaví je.



2. SoniCare – čištění sonickým kartáčkem

- Šetnost a vysoká efektivita při odstranění zubního plaku.
- Kombinace kontaktního čištění a efektu dynamické vlny.
- Motivace a usnadnění péče o zuby a dásně.



3. TongueCare – čištění jazyka

- Pro kompletní ústní péči a zlepšení dechu.
- Jemné čištění pomocí kartáčkové hlavice TongueCare+ v kombinaci se sonickým pohybem rozruší povlak hluboko mezi papilami na jazyku. Na rozdíl od klasických škrabek nedochází k odření povrchu jazyka.

TIP

Se sonickým kartáčkem používejte nepěnovou, jemnou zubní pastu bez abrazivních částic. Z bělicích past volte ty na bázi enzymů.

Které pomůcky jsou pro mě nejvhodnější pro čištění s fixními rovnátky?

**Optimal
Plaque
Defense****Optimal
White Mini****Philips Sonicare
ProtectiveClean
Complex Care****tlakový
senzor
nastavitelná
intenzita****flexibilita
čištění měnicích
se mezizubních
prostorů****Ústní sprcha
Philips Sonicare
Power Flosser**

TIP

Častější výměna
kartáčkové hlavice
je zde nutností.

Měňte
každý
měsíc

Při čištění rovnátek dochází
k zvýšenému opotřebení až
roztřešení vláken kartáčku.

Technika čištění u fixních rovnátek

Podél linie dásní



Horní čelist



Dolní čelist

Začínáte čistit nejprve všechny **vnější plošky zubů** tam, kde máte nalepena fixní rovnátka. Ze strany, kde jsou nalepeny zámečky, směřujte konce vláken kartáčku směrem do dásňového žlábků. Pomalým posouváním kartáčku čistíte **podél linie dásní**. Nechte kartáček čistit každou plošku zubu alespoň 2 vteřiny.

Z horní strany zámečků



Horní čelist



Dolní čelist

Z horní strany rovnátek směřujte vlákna kartáčku k zámečkům, rovněž pomalu posouvejte. **Kartáčkovou hlavici nepřikládejte kolmo k zámečkům!**



Z dolní strany zámečků



Horní čelist



Dolní čelist

Z dolní strany rovnátek směřujte vlákna kartáčku k zámečkům, rovněž pomalu posouvejte.



Následuje čištění všech vnitřních plošek zubů.

Kousací plochy

I kousací plochy čistíte pomalým posouváním kartáčku.

Zadní zuby

Ujistěte se, že čistíte i poslední stoličky a jejich zadní plošky.

Délka čištění

Pamatujte, že čištění zubů s rovnátky musíte věnovat více času. Proto si kartáček zapněte minimálně 3x.



Měnící se velikost mezizubních prostor

Přístroj Power Flosser je v tomto ohledu univerzální. Mezizubní prostory čistíte z vnější i vnitřní strany. Kolem zámečků mířte trysku Power Flosser vždy směrem od dásně. Nikdy nemiřte proti dásni.

