सुहास्य Dental Clinic

CENTRE FOR ESTHETICS GUM CARE & IMPLANT DENTISTRY

Removable Complete Denture / दातांची कवळी

नवीन कवळी घातल्यावर होणारे त्रास व घ्यावयाची काळजी :

1) नवीन कवळी सुरुवातीला जड वाटु शकते. हा जडपणा काही दिवसात कमी होईल.
2) कवळी घातल्यावर उलटी सारख वाटू शकते. काही दिवसात असे होणे थांबेल.
3) तोंडात थुंकीचे प्रमाण वाढू शकते, असे झाल्यास थुंकी बाहेर न थुंकता गिळून घेणे.
4) सुरवातीला बोललेले शब्दांचे अस्पष्ट उच्चरण होऊ शकते. उच्चार स्पष्ट होण्यासाठी वर्तमानपत्र दररोज सकाळी ५ मिनिटे मोठ्याने वाचणे.
5) नवीन कवळी सुरवातीला टोचू शकते, असे झाल्यास अपॉइंटमेंट घेऊन डॉक्टरांनकडून सुधारणा करून घेणे.

नवीन कवळी घालतांनाचे काही नियम :

1) नवीन कवळी पहिल्या दिवशी घालून ठेवणे, पहिल्या दिवशी लगेच अन्न खाण्याचा प्रयत्न करू नये.
2) पहिल्या दिवसानंतर अगर कुठे टोचत असेल तर डॉक्टरांशी संपर्क साधून कवळीत सुधारणा करून घेणे.
3) दुसऱ्या दिवसापासून कवळी घालुन मऊ अन्न कवळीच्या दोन्ही बाजूला समान ठेवून चावण्याचा प्रयत्न करावा. जेवताना छोटे छोटे घास घ्यावेत. समोरच्या दातांनी अन्न चावणे टाळावे.
4) प्रत्येक जेवणानंतर कवळी काढून नळाच्या पाण्याने स्वच्छ धुवून घेणे.
5) रात्री झोपण्याच्या आधी कवळी काढून एका बंद झाकण असलेल्या डब्यात पाण्यामध्ये ठेवावी. रात्री कवळी काढून ठेवल्याने हिरडीला आराम मिळतो.
6) ४-५ वर्षांने तोंडातील हाडाची झीज झाल्याने कवळी सैल पडू शकते, असे झाल्यास त्वरित डॉक्टरांचा सल्ला घेणे.

कवळीची स्वच्छता :

1) कवळीच्या स्वच्छतेसाठी लागणारी सामग्री
   a. मऊ टूथब्रश (Soft Bristle Toothbrush)
   b. साबण
   c. कवळी साफ करण्याची गोळी (Clinsodent)
2) रात्री कवळी काढून ठेवल्यावर साबण व ब्रशने व्यवस्थित साफ करून घेणे व नंतर पाणी असलेल्या डब्यात व्यवस्थित ठेवणे.
3) हफ्त्यांमधून एकदा कवळी साफ करण्याची गोळी दात ठेवण्याच्या डब्यात टाकणे व दुसऱ्या दिवशी कवळी व्यवस्थित टूथब्रश व साबणाने साफ करणे.

तोंडातल्या हिरडीची निगा :

दररोज रात्री कवळी काढल्यावर, कोमट पाण्यात एक चमचा मीठ टाकून गुळण्या करणे असे करताना स्वच्छ बोटाने हिरडीची मसाज करणे.

कवळी : काय करावे व काय करू नये :

1) गरम पाण्याने कवळी साफ करू नये, असे केल्याने कवळीचा आकार बदलू शकतो .
2) कवळी बेसिनमध्ये साफ करणे जेणे करून कवळी हातातून निसटली तरी तिचे नुकसान होणार नाही.
3) कवळी साफ करण्यासाठी टूथपेस्ट वापरू नये, असे केल्याने कवळीची झीज होऊ शकते.