

Şeffaf Plak Kullanım Rehberi

Günlük kullanım, temizlik ve plak değişimi için pratik notlar



Şeffaf plak tedavisinde başarı, plağın hekimin belirlediği programa uygun ve düzenli kullanılmasına bağlıdır. Bu rehber günlük rutini kolaylaştıran temel noktaları toplar.

Uzm. Dt. Didem Eser Ölçücü

Ortodonti Uzmanı · Şehzadeler / Manisa · 0545 310 50 45



Plağı doğru kullanmak

Şeffaf Plak Kullanım Rehberi • Günlük rutin • 01



01

Takma süresi

Plağınızı ortodontistinizin belirlediği süre boyunca kullanın. Yemek ve ağız bakımı dışında düzenli kullanım tedavi planının ilerlemesine yardımcı olur.

02

Takıp çıkarma

Plakları temiz ellerle, iki taraftan eşit kuvvet uygulayarak çıkarın. Isırarak zorlamayın; hekiminizin önerdiği çiğneme aparatını yalnızca tarif edildiği şekilde kullanın.

03

Yeme ve içme

Su dışında bir şey tüketmeden önce plakları çıkarın. Sıcak içecekler plağın biçimini bozabilir; şekerli veya renkli içecekler plak altında çürük ve lekelenme riskini artırabilir.

Kişisel tedavi planınız için ortodontistinizin önerisi esastır.



Temizlik ve saklama

Şeffaf Plak Kullanım Rehberi · Bakım · 02



01

Her çıkardığınızda

Plağı serin veya ılık suyla durulayın. Yumuşak bir fırça ve hekiminizin önerdiği temizleyiciyle nazıkçe temizleyin; sıcak su kullanmayın.

02

Kutuda saklayın

Ağzınızda değilken plak daima havalandırmalı kutusunda olsun. Peçeteye sarmak, plakların kaybolmasının veya çöpe atılmasının en sık nedenlerindendir.

03

Ağız bakımı

Plağı tekrar takmadan önce dişlerinizi fırçalayın. Fırçalama mümkün değilse ağızınızı ve plağı suyla çalkalayıp ilk fırsatta tam bakım yapın.



Kişisel tedavi planınız için ortodontistinizin önerisi esastır.



Ne zaman kliniđi aramalı?

Şeffaf Plak Kullanım Rehberi • Sorunlar • 03

01

Plak oturmuyorsa

Belirgin boşluk, sürekli gevşeklik veya takarken olağan dışı direnç varsa bir sonraki plağa kendi kararınızla geçmeyin; kliniğinizle görüşün.

02

Kayıp veya kırık

Kayıp, çatlak ya da keskin kenarlı plakta hangi plağın kullanılacağını ortodontistinize sorun. Eski veya sonraki plağa plansız geçiş yapmayın.

03

Geçmeyen yakınma

Birkaç gün içinde azalmayan şiddetli ağrı, yara, şişlik veya alerji şüphesi varsa kullanımı zorlamadan kliniğe ulaşın.

Kişisel tedavi planınız için ortodontistinizin önerisi esastır.

