

Серия «Дентилюкс»

Здоровые зубы - залог здоровья нации

Составитель Флейшер Г.М.



**Средства гигиены
полости рта. Том 16**

Г. М. Флейшер

**Средства гигиены полости
рта. Том 16. Серия
«Дентилюкс». Здоровые
зубы – залог здоровья нации**

«Издательские решения»

Флейшер Г. М.

Средства гигиены полости рта. Том 16. Серия «Дентилюкс».
Здоровые зубы – залог здоровья нации / Г. М. Флейшер —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-501605-8

Книга содержит описание зубных щеток, зубных нитей (флоссы), флосстики, зубных ёршиков, а также зубных салфеток, напальников для малышей и т. п. Книга рекомендована родителям, гигиенистам стоматологическим, зубным врачам, врачам стоматологам, детским стоматологам, пародонтологам, а также студентам и аспирантам медицинских колледжей и ВУЗов

ISBN 978-5-00-501605-8

© Флейшер Г. М.
© Издательские решения

Содержание

Об авторе	6
1. Зубные нити (флоссы) и их разновидности	9
1. Методика чистки зубов зубной нитью (флоссом)	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Средства гигиены полости рта. Том 16

Серия «Дентилюкс». Здоровые зубы – залог здоровья нации

Составитель Г. М. Флейшер

ISBN 978-5-0050-1605-8 (т. 16)

ISBN 978-5-4496-2537-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Об авторе



Флейшер Григорий Михайлович (Dr Grigori Fleicher) родился 11 января 1970 года в Перми.

Лето 1977—1978 гг. – школа юнг, Краснознаменный Черноморский Флот СССР (г. Одесса).

В 1980 г. награждён именной настольной медалью и кортиком-ручкой.

В 1987 г. – окончил школу №77 с углублённым изучением английского языка, г. Пермь.
1988—1993 гг. – учился на стоматологическом факультете Пермского государственного медицинского института.

1995—1996 гг. – член Международной ассоциации молодых стоматологов (Young Dentists Worldwide, YDW).

1995—1996 гг. – член Международной ассоциации стоматологов (FDI World Dental Federation).

С 1997 – член Стоматологической Ассоциации России (СтАР). На н. в. – не член СтАР.

С 1997 г. по н. в. – действительный член Международной академии пародонтологии (International Academy of Periodontology, IAP, New-York).

Имея международное академическое звание без защиты диссертационной работы в России, в 1999 г д-р Флейшер Г. М. публикует статьи в местной периодике, становится старшим преподавателем в учебном центре стоматологии Воронежской медицинской академии имени Н. Н. Бурденко в поликлинике НЛМК, разрабатывает методичку по гигиене полости рта, начинает собирать зубные пасты, зубные щетки, ополаскиватели и т. д. Разглядев личные перспективы и амбиции молодого ученого, руководство закрывает данную выставку, потом коллекция бесследно исчезает. Д-р Флейшер Г. М. тяжело переживает жернова административно-командной системы Липецкой медицины – происходит раскол в семье,.. начинаются уколы, уколы,.. лечение в Липецком психо-невралогическом диспансере.

В 2001 году была совместно написана и опубликована работа с проф. Г. А. Пашинян (г. Москва). Д-р Г. М. Флейшер является учеником профессоров А. В. Алимского и Г. В. Банченко (ФГБУ «ЦНИИС и ЧЛХ» МЗ РФ, г. Москва). Совместно были написаны и опубликованы в различных медицинских изданиях работы, посвященных изучению заболеваний слизистой оболочки полости рта, гальванозу, гигиенистам стоматологическим и детской стоматологии.

Впервые в России с 1999 по 2010 гг на базе Стоматологического центра КМСЧ ОАО НЛМК Д-р Г. М. Флейшер на общественных началах организовал кабинет профилактики стоматологических заболеваний, в котором находилась Выставка средств гигиены полости рта. Целью создания кабинета была пропаганда и программа обучения правильной чистке зубов, языка, выполнение гигиенических манипуляций, выбор необходимой зубной пасты, щетки, ополаскивателя и т. д., обучение пациентов рациональному использованию средств и методов ухода за зубами, пропаганда здорового образа жизни и т. п. Также на базе кабинета проходили обучение и стажировку студенты (гигиенисты стоматологические) Липецкого медицинского колледжа. Д-р Г. М. Флейшер проводил тематические уроки среди школьников в школах г. Липецка, выступал на Липецком радио, телевидении.

В 2006 г за проделанную работу был награжден Дипломом Стоматологической Ассоциации России «Лауреат финала Чемпионата стоматологического мастерства в номинации Профилактика стоматологических заболеваний».

Область научных интересов: судебная медицина, стоматология (история, развитие, организация, управление стоматологии, пародонтология, детская стоматология, ортопедическая стоматология, имплантология, ортодонтия).

Действительный член IAP, писатель, поэт, двукратный рекордсмен мировой Книги рекордов Гиннеса, четырехкратный рекордсмен Книги рекордов России. Результаты многолетних исследований обобщены в 250 научных публикаций, среди них 76 книг – серия книг для детей «Дентилюкс». Здоровые зубы – залог здоровья нации», направлена для пропаганды, коррекции навыков и обучению авторской методики подрастающего поколения правилам рационального индивидуального ухода за полостью рта, а также народной медицины в стоматологии, индексы стоматологии, гальваноз, галитоз, дисколорит и т. д.

С 1993 г. по н.в. проживает в Липецке и работает врачом-стоматологом (работал – врачом-судебно-медицинским экспертом-стоматологом в Липецком областном бюро судебно-медицинской экспертизы, преподавателем – учебный центр КМСЧ ОАО НЛМК, Липецкий медицинский колледж). Липецкий стоматолог Д-р Г. М. Флейшер в 2008 г попал на страницы всемирно известного издания как обладатель самой большой в мире коллекции зубных щеток. Коллекция насчитывала тогда 1320 различных единиц. Коллекция предметов для гигиены полости рта насчитывала – более 3000 единиц. Сейчас она значительно выросла. Помимо зубных щеток в коллекции Д-ра Г. М. Флейшер – зубные пасты, спреи, ополаскиватели, зубочистки и другие средства гигиены полости рта, всего – свыше 4500 экземпляров.

Четырехкратный рекордсмен Книги рекордов России:

– Самая большая коллекция различных зубных щеток.

– Наибольшее количество книг, изданных одним автором за 3 месяца в одном книжном издательстве.

– Наибольшее количество книг, изданных одним автором за 1 месяц в России.

– Наибольшее количество книг, изданных одним автором за 1 год.

Дети: дочь Кристина (19.04.1994).

С 2017 г публикует свои стихотворения для детей в изданиях Интернационального союза писателей.

2017 г. – диплом за вклад в современную поэзию (Интернациональный Союз писателей).

2018 г. – диплом номинанта литературной премии Гомера (Интернациональный Союз писателей).

В 2019 г координатор Интернационального Союза писателей прислал приглашение Флейшер Г. М. стать делегатом ИСП и представить одно из своих стихотворений для детей на 19 Всероссийской литературной конференции «РосКон». По итогам данной конференции Флейшер Г. М. был награжден следующими дипломами:

– финалист литературной премии им. Белинского,

– номинанта на международную литературную премию «рыцарь фантастики и детской литературы».

1. Зубные нити (флоссы) и их разновидности

Зубная нить (флосс) очищает зубы в труднодоступных местах, куда не сможет проникнуть даже самая лучшая зубная щетка. Зубные флоссы – это вспомогательное средство гигиены полости рта, которое не заменяет обычную чистку и полоскание зубов. Благодаря зубной нити защита зубной эмали от кариеса стала доступной: она удаляет мельчайшие остатки пищи. Однако следует помнить, что лечение гингивита зубной нитью вылечить невозможно.

Флосс – это разрыхленная нить с более выраженными абразивными свойствами, может впитывать жидкость из зубодесневого кармана, удаленный мягкий зубной налет, для очистки промывного пространства мостовидных протезов, межзубных промежутков шинированных зубов.

Флоссы предназначены для тщательного удаления зубного налёта и остатков пищи с труднодоступных для щётки контактных поверхностей зубов.

Функция флоссов: очистка контактных поверхностей зубов, поддесневого участка коронки зуба, для очистки промывных пространств съёмных протезов, коронок, ортодонтических замков, для очистки околозубной области дентальных внутрикостных имплантантов. Флосс может фиксироваться на пальце или специальном держателе.

Флосс (dental floss) – нить для чистки межзубных промежутков. Это наиболее важное, распространенное и эффективное механическое средство межзубной гигиены. Обычно флосс состоит как минимум из одного волокна (политетрафлюорэтилен), которое подвергнуто вытяжке при ее изготовлении для повышения прочности на разрыв и покрыто слоем материала, повышающего коэффициент трения. Линейная плотность нити равна 500—1500, а коэффициент трения – 0,08—0,25. Для изготовления флосса на волокна материала подложки, формованного в нить, часто наносят покрытие из полужидкой парафиновой композиции, имеющей температуру немного выше 60°C. Затем покрытие охлаждают и сплющивают нить. В случае, когда необходимо включить в состав нити отдушки, на сплюсненную нить наносят вторую полужидкую парафиновую композицию, которая содержит летучее ароматизированное масло, при этом температура второй композиции меньше температуры плавления первой.

Классификация флоссов:

I. По форме

1. Простые (круглые).
2. Плоские (ленточные).
3. Суперфлоссы – тройная нить (см. Рис. 3).
4. Ультрафлоссы – многозвеньевая нить (см. Рис. 4).
5. Крученая нить более толстая – менее удобно вводить в межзубной промежуток, но при этом увеличивается площадь соприкосновения и эффективность очистки.
6. Кручёные нити с нейлоновой вставкой – для лёгкого введения в межзубные промежутки.

II. По форме.

1 – нитевидные

2 – ленточные

3 – комбинированные.

III. По строению

1 – простые (пучок перекрученных тонких нитей)

2 – воскованные – имеют наружное покрытие всего пучка

3 – тефлоновые (тефлоновое покрытие снаружи)

4 – фторированные (пропитанные фторидом натрия)

5 – ментоловые (пропитанные мятной отдушкой)

б – комбинированные

IV. По пропитке

1. Невоощенные (обычные) – без воска (unwaxed),

2. Воощенные. Лучше применяются для близко расположенных зубов. Воощенные флоссы могут быть пропитаны ментолом, фторсодержащими соединениями, лечебно-профилактическими добавками.

2.1. пропитанные микрокристаллическим воском (парафином) или воском с фтором (waxed),

2.2. со слабой восковой пропиткой,

2.3. с воском и ментоловой пропиткой (mint waxed)

В настоящее время стали использоваться нити, пропитанные фторидами. Такой вид гигиенической продукции позволяет дополнительно укрепить эмаль в труднодоступных местах для чистки зубов и способствовать предотвращению кариеса.

В настоящее время чаще всего выпускают упаковки флоссов с различной длиной: 18, 25, 30 и 50 метров. Небольшой пластиковый контейнер удобен в обращении, незаметен в кармане, и в нем умещается несколько десятков метров нити, так что пациент может всегда иметь ее под рукой, чтобы в нужный момент очистить межзубные промежутки.

Следует отметить, что флоссы с содержанием фтористых компонентов способствуют более быстрому восстановлению pH зубодесневой борозды после приема пищи, возвращая pH зубодесневой жидкости к нейтральным показателям. Чаще всего для пропитки используют раствор фторида натрия. Некоторые исследователи считают, что сначала лучше очистить межзубные промежутки зубочисткой, треугольной в поперечнике. После этого следует воспользоваться зубной нитью – она проникает в пространство между зубом и межзубным сосочком, тем самым удаляя остатки пищи и налет из самых труднодоступных мест. Зачастую, например, когда вы находитесь в командировке, путешествии, – флосс становится единственным и незаменимым средством гигиены полости рта.

Зубные нити выпускаются воощенными (waxed) и невоощенными (unwaxed) (см. Рис. 1, 2). При движении невоощенной нитью по чистой поверхности зуба возникает характерный звук, по которому пациент может оценить эффективность очистки. Используя воощенную нить, даже неопытный пациент не повреждает межзубные сосочки, к тому же воощенная нить легче проходит между зубами через контактный пункт. Но при её использовании в межзубных промежутках могут оставаться частицы воска.

Также в литературе описан суперфлосс – SuperFloss (см. Рис. 3) – зубная нить с односторонним утолщением. Представляет собой отдельные нити, каждая из которых состоит из 3-х видов: жесткий край для удобного введения в брекет-систему, губчатый для удаления налёта и обычная нить для чистки межзубных промежутков. Эти нити позволяют очищать контактные поверхности зубов, а также способствуют более тщательному удалению остатков пищи и налета с имеющихся в полости рта ортопедических и ортодонтических конструкций.



На сегодняшний день по конструкции различают 4 класса зубных нитей:

– мультволоконный, монокомпонентный флосс, производится путем закручивания множества нейлоновых волокон в единую нить. Подавляющее большинство выпускаемых флоссов являются мультволоконными (т. е. состоящими из большого количества отдельных волокон), монокомпонентными (т.е.. состоящими из одного компонента, чаще это нейлон). Они производятся путем закручивания или скручивания множества нейлоновых волокон в единую нить.

– мультволоконный, бикомпонентный флосс, сделанный из нейлона и пебакса (полимерное покрытие), волокна, которых соединяются в единую нить путем склеивания;

– мультволоконный, монокомпонентный флосс (нить сделана из одного материала и одного волокна, как, например, тефлоновый флосс Glide.);

– моноволоконный, бикомпонентный флосс.

1. Методика чистки зубов зубной нитью (флоссом)

Методика очищения зубов и межзубных промежутков зубными нитями – флоссами представлена на Рис. 5—6.

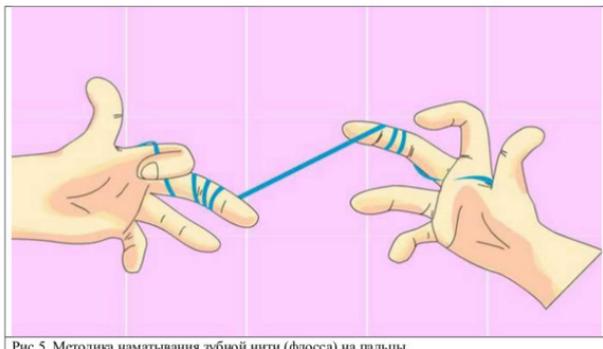


Рис. 5. Методика наматывания зубной нити (флосса) на пальцы.

1 этап – Отмотайте 35—40 см нити и оторвите ее от мотка. Накрутите большую часть нити на средний палец (на его ногтевую фалангу);

2 этап – Намотайте конец нити на средний палец другой руки, оставляя 5 см нити в промежутке – на него Вы будете накручивать использованную уже нить по мере чистки;

3 этап – Натяните нить между большими и указательными пальцами обеих рук, оставив между пальцами 2—3 см. Аккуратно введите ее между зубами. Ни в коем случае резко не врежьте нить в десну, стараясь не травмировать зубодесневой сосочек!

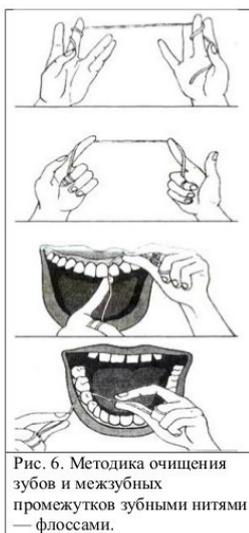


Рис. 6. Методика очищения зубов и межзубных промежутков зубными нитями — флоссами.

4 этап – Когда нить достигнет десневой линии (зубодесневой борозды), обведите ее буквой «С» вокруг зуба. После этого аккуратно и не спеша введите нить в пространство между зубом и десной, пока не почувствуете сопротивления;

5 этап – Плотно прижав нить к зубу, аккуратно начинайте очищать зуб в направлении от десны к верхушке коронки;

6 этап – Не меняя участки нити, обведите ее вокруг соседнего (контактного с уже очищенным) зуба и повторите процедуру чистки. Помните, что нитью зуб очищается от десны, т.е. снизу вверх на нижних зубах и сверху на верхних;

7 этап – Аналогичным образом эта процедура проводится на всех других зубах;

8 этап – Последовательно производят очищение контактных поверхностей со всех сторон каждого зуба. При неумелом применении можно поранить десну, поэтому использование нитей возможно только после предварительного обучения пациента. Дети могут самостоятельно пользоваться флоссами, начиная с 9 – 10 лет. До этого возраста очищать контактные поверхности зубов у детей рекомендуется родителям.

9 этап – Как и многое другое, качественная очистка зубов с помощью зубной нити требует определенного навыка. После 3-4-х раз вы сможете уже нормально пользоваться зубной нитью. Привыкнув к этой процедуре, вы будете тратить на нее всего несколько минут, при этом, даже не нуждаясь в зеркале.

При гигиенической процедуре следует придерживаться следующих советов:

- При очищении нового межзубного пространства пользуйтесь чистым участком нити.
- Гигиеническую процедуру рекомендуется проводить после каждого приема пищи.
- Не вводите зубную нить резким движением: травмирование десны может вызвать

со временем пародонтоз.

• При случайном травмировании мягких тканей обработайте пораженную поверхность антисептическим раствором или настоем трав ромашки и шалфея.

При сильном истечении крови из десны немедленно обратитесь к стоматологу.

При всей пользе данной гигиенической процедуры использовать флосс **не рекомендуется**:

- при заболевании пародонты;
- при кариозном дупле;
- при кровоточивости десен;
- при наличии ортопедических конструкций;
- детям до семи лет.

Если десны постоянно кровоточат, использование нити только усугубит заболевание: возможны воспалительные процессы в деснах.

При пародонтите возможен перенос инфекции на здоровый зуб, поэтому применять floss до полного исцеления десны не рекомендуется.

При наличии кариеса использование нити тоже противопоказано: пораженная поверхность зуба может отломиться.

Очищение зубов с поставленными коронками и иными ортопедическими имплантатами следует проводить ниткой супер флосс, другие виды не подходят.

Можно ли использовать floss при наличии мостов? В данном случае вы должны быть уверены, что мосты крепко зафиксированы. Лучше заранее проконсультироваться у стоматолога о способах применения нитей.

Лента (tape) представляет собой более широкую нить, которая практически ничем по своему составу не отличается от флосса, однако в среднем в 3—4 раза шире флосса, и также предназначена для очистки межзубных промежутков, однако лента больше предназначена для лиц с тремами и диастемами, а также для начинающих, при условии, что их межзубные промежутки имеют среднюю плотность.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.