

OPERA A VALERE SU
FONDI PSN 2016 AZ. 2.32
UMANIZZAZIONE, PRESSO AOUP
"PAOLO GIACCONE"



Una mini guida
pensata e creata per
aiutarti a **prenderti
cura della tua bocca**
per una corretta igiene
orale domiciliare

Azienda Ospedaliera Universitaria Policlinico "P. Giaccone"

Unità Operativa di Medicina Orale e
Odontoiatria per pazienti fragili

Settore di ricerca clinica "V. MARGIOTTA"
Dipartimento Di.Chir.On.S. - unipa

Resp. Prof. G. Campisi

EQUIPE

Prof.ssa G. Campisi (odontoiatra)

Prof. G. Pizzo (odontoiatra)

Prof.ssa O. Di Fede (odontoiatra)

Dott.ssa M. Bazzano (borsista, psicoterapeuta)

Dott.ssa R. Coniglio (igienista dentale)

Dott. R. Mauceri (odontoiatra)

Dott. D. Montemaggiore (borsista, informatico)

Dott.ssa V. Panzarella (odontoiatra)

Dott. P. Tozzo (odontoiatra in comando da A.OO.RR. Palermo)

Sig.ra F. Spalletta (infermiere)

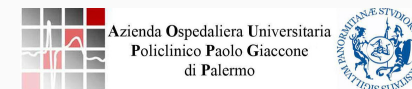
Sig. L. Calà (infermiere)

Telefono 091.6554612

Email medicinaorale@odonto.unipa.it

Ricevimento pazienti oncologici (codice
esenzione 048) e pazienti trapiantati
(codice esenzione 052)

Martedì e giovedì dalle 9 alle 13 previa
prenotazione



PRENDITI CURA DI TE E DELLA TUA BOCCA

LA TUA GUIDA PER UNA
CORRETTA IGIENE ORALE
DOMICILIARE



IGIENE ORALE DOMICILIARE

"Le condizioni del cavo orale intervengono nella percezione della qualità della vita"

Avere una corretta igiene orale domiciliare significa prendersi cura di tutte le componenti del cavo orale, con costanza e precisione.

SPAZZOLINO



- Scegli e usa uno spazzolino a setole morbide
- Raggiungi le zone tra il dente e la gengiva e tra i denti, attraverso movimenti che vanno dalla gengiva al dente e viceversa.
- Spazzola dopo i pasti, ma

non subito dopo (attendi almeno 30 minuti) avendo cura di raggiungere tutte le superfici.

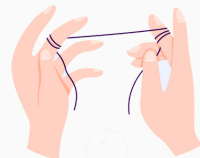
- Non spazzolare a denti stretti, nè a bocca spalancata.
- A bocca semichiusa raggiungi meglio le zone posteriori
- Non andare mai a letto senza avere spazzolato



Usa un dentifricio ricco di minerali (fluoro, calcio,...) ma mai abrasivo! Chiedi consiglio al professionista di riferimento.

FILO INTERDENTALE

Usalo con cautela. Il filo ti permetterà di raggiungere delicatamente lo spazio tra il dente e la gengiva senza traumatizzarla.



Come utilizzarlo:

- Avvolgi le due estremità nelle dita medie e gestisci il filo con indice e pollice.
- Inseriscilo ben steso nello spazio tra i denti e avvolgi il dente scelto come voler formare una **C** su di esso e scivola lungo la sua superficie.

SCOVOLINO

- Si usa per detergere le superfici dei denti adiacenti o interdentali.
- Scegli setole morbide e la misura adeguata facendoti consigliare da un esperto del settore.
- Inseriscilo dal basso verso l'alto per l'arcata inferiore e viceversa per l'arcata superiore.



COLLUTORIO

- Si usa per il controllo chimico della placca
- Utilizzalo lontano dal dentifricio



(15/20 minuti dopo).

- Scegliilo, preferibilmente senza alcool, ma sempre sotto indicazione di un esperto del settore.

GARZA STERILE



- È un valido ausilio che permette la detersione del dorso linguale e della mucosa.
- Avvolgila intorno alle dita indice e medio e detergi il dorso della lingua simulando un semicerchio dalla zona più posteriore alla zona anteriore in entrambi i sensi.
- Per ogni passaggio, usa una porzione di garza pulita.
- Con estrema delicatezza, puoi usarla sulle gengive e sulle mucose.

RICORDA



L'odontoiatra e il suo team svolgono un ruolo importante per la salute del tuo cavo orale, ma se non conduci abitudini quotidiane corrette, gli sforzi dei professionisti a cui ti affidi possono risultare vani.