



Quality Accredited
by JCI, USA



Quality Accredited
by JCI, USA

تقويم الأسنان العلاج بتقويم الأسنان



Orthodontics Fixed Appliance



نشرات تثقيفية للمرضى والعائلات

Patient and Family Educational Brochures



مستشفى زليخة
لأن صحتك غالية

دبي: ص.ب. ٤٨٥٧٧، النهضة، إ.ع.م. هاتف: ٤ ٢٦٧٨٨٦٦
الشارقة: ص.ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٦ ٥٦٥٨٨٦٦
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital
Your Health Matters LLC

DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

ORTHODONTIC INSTRUCTIONS FOR FIXED APPLIANCE THERAPY

Congratulations, now that you are a proud owner of an orthodontic appliance, here are a few tips to help you quickly adjust and overcome the early minor discomforts associated with it.



Problem:

IRRITATION / PRICKING which may lead to ulceration

Solution:

1. Apply wet cotton to the affected part and let it stay there.
2. Use an orthodontic wax instead of oil etc.
3. Application of prescribed ointment to relieve pain.



Problem:

PAIN - This usually lasts for 24 to 96 hours

Solution:

1. Luke warm water + pinch of salt for oral rinsing.
2. Consumption of hot liquids like soups, milk, coffee, tea etc.
3. Analgesics as prescribed.



Problem:

DIET - Orthodontic appliances do not withstand heavy biting forces.

Solution:

1. Always Chew / Never Bite.
2. Total avoidance of hard and sticky food stuffs like bones, nuts, ice, chocolates, toffees, chewing gums, etc.
3. You may enjoy boneless meat & fruits have to be cut into small pieces and chewed using the back teeth.



Problem:

ORAL HYGIENE

Solution:

1. Brushing at least thrice daily.
2. Avoid in between meal snacks.
3. Mouth wash additionally, if brushing is not effective.



Problem:

ELASTICS

Solution:

You may be required to wear the elastics in certain situations. Always follow the advice of your orthodontist strictly.



Problem:

MISCELLANEOUS

Solution:

1. Avoid habits like thumb sucking, nail biting etc.
2. If anything gets broken / or loosens, preserve that part and apply wet cotton / orthodontic wax to minimize discomfort. Additionally seek an early appointment to rectify the error.

In case you are to miss your appointment so that that precious time can be utilized for another patient.

3. Lipsticks and other ointments on the lips must be completely avoided till the end of your dental appointment.

4. Above All Keep Smiling.

إرشادات عند علاج الأسنان بالتقويم

مبروك، لقد حصلت على تقويم لأسنانك. لهذا فهناك خطوات معينة ستساعدك إذا إتبعتها على التأقلم سريعاً على وجود جهاز التقويم داخل فمك، والتخلص من الإحساس بعدم الراحة المصاحب له.

المشكلة:



الإنزعاج/ شعور بوخز وذلك يمكن أن يؤدي إلى التقرحات.

العلاج:

1. ضع قطعة قطن مبللة على المنطقة المصابة وأبقها هناك.
2. إستعمل الشمع الخاص بالتقويم بدلاً عن الزيت.
3. إستعمل مرهم خاص للتقويم لإزالة الورم.

المشكلة:



الآلم - يستمر هذا الآلم عادةً من ٢٤ - ٩٦ ساعة.

العلاج:

1. مضمة الفم بالماء الفاتر+ القليل من الملح.
2. شرب السوائل الساخنة كالشوربات، الحليب، القهوة، الشاي، إلى غير ذلك.
3. مسكنات الآلم كما وصفها لك الطبيب.

المشكلة:



الحمية - لا يمكنك تناول الطعام الصلب الذي يتطلب العض بقوة طوال فترة العلاج بالتقويم.

العلاج:

1. إمضغ الطعام / لا تعض أبداً .
2. تجنب تماماً تناول بعض أنواع الأطعمة الصلبة كالعظم، والمكسرات، والآيس كريم، والشوكولاتة، والتوفي، والعلكة، وغير ذلك.
3. قد يناسبك أكثر تناول الطعام مثل اللحم منزوع العظم، والفواكه بعد تقطيعها إلى قطع صغيرة جداً ومضغها بأسنانك الخلفية.

المشكلة:



نظافة الفم

العلاج:

1. تنظيف الأسنان على الأقل ثلاث مرات في اليوم.
2. تجنب تناول التسالي بين الوجبات الرئيسية.
3. مضمضة الفم إن لم يتم تنظيف الأسنان جيداً.

المشكلة:



الغطاء المطاطي

العلاج:

1. قد يطلب منك وضع الغطاء المطاطي للأسنان لأغراض علاجية معينة. إتبع تعليمات أخصائي تقويم الأسنان حرفياً.

المشكلة:



مشاكل أخرى

العلاج:

1. اترك العادات السيئة مثل مص الإصبع أو قضم الأظافر.
2. إذا حدث وانكسر أي جزء من إطار التقويم/ أو تحرك، إحتفظ بهذا الجزء وضع قطعة من القطن / أو شمع التقويم لتخفيف الآلم. ثم قم بحجز أقرب موعد مع أخصائي التقويم لإصلاح الخلل.
3. قد يكون من الأفضل ترك إستعمال قلم الشفاه أو أي مساحيق أخرى لحين إنتهاء فترة العلاج بالتقويم.

4. قبل كل شيء حافظ على إبتسامتك طوال الوقت.