

Zadbaj o swój
zdrowy uśmiech




TePe[®]



Zdrowy uśmiech, zdrowe życie

Dobry stan jamy ustnej ma zasadnicze znaczenie dla ogólnego stanu zdrowia i dobrego samopoczucia.

Skorzystaj z tej ulotki, aby dowiedzieć się więcej o powszechnych chorobach jamy ustnej oraz jak zadbać o swój uśmiech.



Próchnica, czy ubytki próchnicowe zębów?

Wszystkie pojęcia odnoszą się do tego samego problemu: atak kwasu na zęby, który ostatecznie prowadzi do próchnicy.

Odrób pracę domową

Zdrowe dziąsła są blade, różowe i jędrne oraz nie krwawią podczas szczotkowania. Zdrowe zęby są nienaruszone i nie wykazują oznak próchnicy. Utrzymanie zdrowych dziąseł i zębów jest proste- wystarczy, że codziennie dokładnie je wyczyścisz i będziesz odwiedzał swojego dentystę regularnie. Jeśli nagromadzone bakterie pozostaną na zębach (płytką nazębna) mogą doprowadzić do wielu problemów.

- **Próchnica** – spowodowana powtarzającymi się atakami kwasu na zęby. Bakterie wykorzystują cukry zawarte w pożywieniu jako źródło energii, a następnie wytwarzają kwasy, które powodują uszkodzenie szkliwa (zewnętrznej powierzchni zęba). Jeśli ataki kwasu będą regularne mogą doprowadzić do trwałego uszkodzenia zęba.
- **Choroba dziąseł** – bakterie mogą podrażnić dziąsła, powodując ich stan zapalny i krwawienie. Pierwszy etap choroby dziąseł nazywamy zapaleniem dziąseł. Bez odpowiedniego leczenia zapalenie dziąseł może rozprzestrzeniać się i wpływać na kość wyrostka zębodołowego, przekształcając się w paradontozę, która może doprowadzić do utraty zębów.

Utrzymaj swój uśmiech w dobrej formie

Badania pokazują, że choroba dziąseł często jest powiązana z kilkoma innymi chorobami, takimi jak cukrzyca i choroby sercowo-naczyniowe. Oznacza to, że leczenie chorób dziąseł może również pomóc w leczeniu innych chorób.

Zdrowy tryb życia to aktywność fizyczna, dobrze zbilansowana dieta, dobra jakość snu, a przede wszystkim dobra higiena jamy ustnej! Pamiętaj, że dbanie o uśmiech jest częścią dbania o siebie.

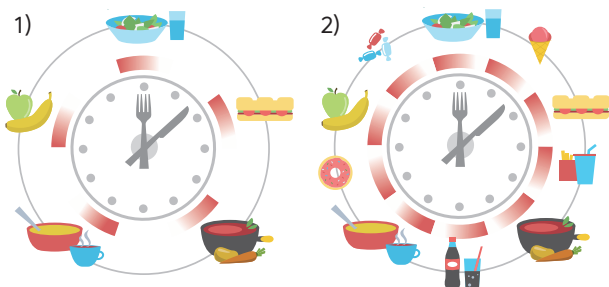


Wskazówki i porady

Nawyki żywieniowe przyjazne dla zdrowego uśmiechu

Twoje nawyki żywieniowe, takie jak np. częste spożywanie słodczy, są jednym z kilku czynników, które mogą prowadzić do próchnicy. Miękkie i lepki pokarm jest trudniejszy do usunięcia z zębów, więc może powodować długotrwały atak kwasu na zęby. Ślina wypłukuje i neutralizuje kwasy ale potrzebuje czasu aby zacząć działać. Jeśli nie będziesz robić przerw między posiłkami mogą utworzyć się ubytki.

- Staraj się ograniczać spożywanie jedzenia i napojów do pięciu dziennie (1) oraz unikaj podjadania między posiłkami (2).
- Jeśli jesteś spragniony, pij wodę.
- Staraj się unikać zbędnego cukru.



Zasada pięciu

Ważne jest aby oczyścić zęby z każdej ze stron. Choroby jamy ustnej często mają swój początek w przestrzeniach międzyzębowych, czyli w miejscach do których nie może dotrzeć szczoteczka. Staraj się używać codziennie nici dentystycznej, specjalistycznych wykałaczek lub szczoteczek międzyzębowych. Możesz potrzebować więcej niż jednego rozmiaru szczoteczki, ponieważ odstępy między zębami są różne. Dobrze dopasowana szczoteczka międzyzębowa wypełnia przestrzeń, stawiając pewien opór- pamiętaj, żeby nigdy nie używać siły.



Użyj prostej szczoteczki między przednimi zębami, przesunij kilka razy w tę i z powrotem. Następnie zegnij szczoteczkę, aby ułatwić dostęp do przestrzeni między tylnymi zębami.



Kontroluj swoje szczotkowanie



Myj zęby rano i wieczorem przez co najmniej dwie minuty pastą z fluorem.



Trzymaj szczoteczkę pod kątem 45 stopni do linii dziąseł. Używaj lekkiego nacisku, szczotkuj najpierw wewnętrzną stronę zębów, a następnie zewnętrzną. Zakończ na powierzchni żującej.



Unikaj jedzenia i picia przez dwie godziny, aby uzyskać jak największe korzyści, jakie daje fluor.



Wymieniaj szczoteczkę regularnie, przynajmniej co trzy miesiące.

Zestaw pielęgnacyjny

Szczoteczki do zębów

Wybierz szczoteczkę do zębów z miękkim lub bardzo miękkim włosiem dla delikatnego czyszczenia. Stożkowa główka szczoteczki ułatwi Ci dostęp do tylnych zębów.

TePe Select™ (1) szczoteczka wysokiej jakości przeznaczona dla każdego.

TePe Nova™ (2) szczoteczka ze specjalną końcówką do czyszczenia tylnych zębów.

TePe GOOD™ Regular (3) ekologiczna szczoteczka z kolorowym włosiem wykonanym z trzciny cukrowej.

TePe Supreme™ (4) Innowacyjna szczoteczka z dwupoziomym włosiem dla optymalnego czyszczenia.

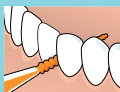
Higiena międzyzębowa

Regularna higiena międzyzębowa sprawi, że Twoje dziąsła będą świeże i zdrowe.

TePe® Interdental Brush/TePe Angle™ (5) jest najbardziej wydajnym i przyjaznym dla użytkownika produktem do usuwania płytki nazębnej między zębami.



TePe EasyPick™ (6) Szybkie i łatwe czyszczenie przestrzeni międzyzębowych, w trzech różnych rozmiarach, idealne w każdej sytuacji.



TePe GOOD Mini Flosser™ (7) fabrycznie umocowana nić dentystyczna na uchwyt ułatwiający użytkowanie. Uchwyt jest wykonany z trzciny cukrowej i włókien drzewnych.



TePe® Dental Tape (8) do bardzo wąskich przestrzeni, łatwo się wprowadza, nie strzępi się.



Zapobiegij nieświeżemu oddechowi z ust

Nieświeży oddech często wywołany jest przez bakterie znajdujące się na języku. Zapobiec temu może odpowiednia szczoteczka do języka.

TePe GOOD™ Tongue Cleaner (9) zapobiega nieświeżemu oddechowi i poprawia zdrowie jamy ustnej.





Sprawdź czystość swoich zębów



TePe PlaqSearch™ wybarwia trudną do usunięcia płytkę. Rozgryź tabletkę oraz użyj języka do poprawnego rozprowadzenia jej. Upewnij się, że roztwór tabletki dotarł do wszystkich powierzchni zębów



i przepłucz jamę ustną. Wybarwienie wskazuje, gdzie należy szczotkować precyzyjniej.

Produkty do pielęgnacji Twojego uśmiechu



Made in
Sweden

Szczoteczki do zębów



Select



Nova



Supreme



GOOD Regular

Higiena międzyzębowa



Original

0.4 mm

0.45 mm

0.5 mm

0.6 mm

0.7 mm

0.8 mm

1.1 mm

1.3 mm

1.5 mm



Extra soft

0.45 mm

0.5 mm

0.6 mm

0.7 mm

0.8 mm

1.1 mm



Angle

0.4 mm

0.45 mm

0.5 mm

0.6 mm

0.7 mm

0.8 mm



Easypick

XS/S

M/L

XL

Mini Flosser



Dental Floss



Pozostałe produkty

PlaqSearch

Tongue Cleaner



PROFIMED®

Starannie wybrane dla Waszego zdrowia

TEPEKIDSPL



8 595556 646571

Produkty TePe możecie Państwo zakupić u swojego lekarza dentysty,
lub w wyspecjalizowanym sklepie Profimed:

- Galeria Mokotów, ul. Wołoska 12, 02-675 Warszawa
- Posnania, ul. Pleszewska 1, 61-136 Poznań
- Galeria Katowicka, ul. 3-go maja 30, 40-097 Katowice
- Galeria Młociny, ul. Zgrupowania AK Kampinos 15, 01-943 Warszawa
tel: +48 730 247 547

Oficjalny dystrybutor TePe w Polsce:
Profimed sp. z o.o., Al. Korfanteo 125 A,
40-156 Katowice, e-shop: www.profimed.com

