



ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
DIŞ HEKİMLİĞİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
ORTODONTİK TEDAVİ ORAL HİJYEN AYDINLATMA VE ONAM FORMU

Doküman Kodu
HHD.RB.12

Yayın Tarihi
25.12.2024

Revizyon Tarihi

Revizyon No
00

Sayfa Sayısı
1 / 2

Braketlerle Yemek Yemek

Neleri yiyebilirsiniz? Neleri yememeniz gerektiğinden bahsedelim. Eğer birazcık kilo vermek istiyorsanız, braketli geçirdiğiniz ilk hafta sizin için aslında bir şanstır! İlk günler yumuşak gıdalarla geçirilmelidir. Sert etten, ekmeğin sert kısımlarından, çiğ sebzelerden uzak durulmalıdır. Sert olan, çekirdekli olan, yapışkan olan ve braketleri koparabilecek her türlü gıdadan uzak durulmalı veya dikkatli yenmelidir. Örneğin çekirdekli gıdanın çekirdeği çıkarılarak, bazı sert gıdaların ise ısırlarak yenmesi yerine, ince ince dilimlenerek yenmesi uygun olur. Bir süre sonra braketleriniz çıkacak ve salatalığı yeniden ısırabileceksiniz. Ancak, braketli olduğunuz sürece braketinizi ve apareylerinizi korumanız gerekir. Bu tedavinin başarısını ve uygun zamanda tamamlanmasını da etkiler.

Sakıncalı Yiyecekler Örnekler

- Pek de yumuşak olmayan yiyecekler: Ekmeğin veya pizzanın sert yerleri gibi
- Sert ve gevrek yiyecekler: Patlamış mısır, cips, dondurma külahları
- Yapışkan yiyecekler: Karamel ve karamelli şeker veya çikolatalar, sakız
- Sert yiyecekler: Fındık, fıstık, leblebi gibi kuru yemişler, sert şekerler
- Isırmak zorunda olduğunuz yiyecekler: Mısır koçanı, elma, havuç, salatalık
- Sert şeyleri çiğnemek (örneğin kalem, tırnak vs.) braketlere zarar verebilir.

Braketlerinizin zarar görmesi tedavinizin daha uzun sürmesine yol açacaktır.

Genel Rahatsızlık Hissi

Braketleriniz takıldığında, ağzınızda genel bir rahatsızlık hissedebilirsiniz veya dişleriniz 3-5 gün için ısırma kuvvetlerine daha hassas olabilir. Bu durum, ılık tuzlu su gargarası ile hafifletilebilir. Bir çay kaşığı tuzu bir bardak suda çözün ve ağzınızla iyi bir şekilde gargara yapın. Eğer hassasiyet daha fazlaysa aspirin veya baş ağrısı ve benzeri ağrılarda aldığınız ağrı kesicilerden içebilirsiniz. Dudaklar, yanaklar ve dil de 1-2 hafta irrite olabilirler. Bu süre içinde bu dokular, tellerin ve braketlerin yüzeyine karşı daha dirençli hale gelip yeni ortama alışırlar. Bu irritasyonu azaltmak için braketlerin üzerine koruyucu mum koyabilirsiniz. Size bunu nasıl yapacağınızı ortodontistiniz gösterecektir.

Dişlerin Hafif Sallanması

Bu durum tedavi süresince beklenen bir şeydir. Endişelenmeyin! Bu durum normaldir. Dişler önce serbest hale gelmelidir ki hareket edebilsinler. Yeni ve düzeltilmiş pozisyonlarına getirildiklerinden bir süre sonra, dişler yine eskisi gibi sıkı bir şekilde kemiğe tutunacaklardır.

Bandın, Braketin veya Telin Yerinden Çıkması

Telaşa kapılmayın, bu bazen olabilir. Eğer bir tel çıkıntısı yanağınızı veya dudağınızı acıتیorsa, künt bir aletle (kaşığın arkası, silgi, kalemin arkası) dikkatlice ve yavaşça tel parçasını ark telinin arkasına itin. Eğer rahatsızlık devam ederse, telin üzerine koruyucu mum veya ıslak pamuk parçası yerleştirin. Kontrol ve



ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
DİŞ HEKİMLİĞİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
ORTODONTİK TEDAVİ ORAL HİJYEN AYDINLATMA VE ONAM FORMU

Doküman Kodu
HHD.RB.12

Yayın Tarihi
25.12.2024

Revizyon Tarihi

Revizyon No
00

Sayfa Sayısı
2 / 2

durumun düzeltilmesi hemen ortodontistinizi arayıp randevu alın. Eğer her hangi bir parça (bant veya braket veya tel parçası) kopar ve yerinden çıkarsa onu saklayın ve gelirken yanınızda getirin.

Apareylere Gereken Özenin Gösterilmesi

Tedavi planının başarıyla tamamlanabilmesi için, hastanın ortodontistiyle beraber çalışması gerekir. Hastalar doktorun söylediği şekilde gerekli apareylerini kullanmalı, elastiklerini veya headgearini takmalıdır. Ancak bu sayede çeneler ve dişler doğru konumlarına erişebilirler. Zarar görmüş apareyler, tedavi zamanını da uzatacaktır.

Fırçalama

Braketlendiğiniz zaman, düzenli diş fırçalamaya ve diş ipi kullanımına eskisinden çok daha fazla özen göstermelisiniz. Ancak bu sayede ortodontik tedaviden sonra sağlıklı diş ve diş etleriniz olabilir.

Lütfen aşağıdaki boşluğa kendi el yazınız ile **‘Bu onam formu bana doktorum tarafından sözlü olarak anlatıldı ve tedavi ile ilgili bütün konularda aydınlatıldım ve anladım. Tedavimin başlaması için gerekli işlemlerin yapılmasını ve yukarıda yazılan talepleri kabul ediyorum’** yazınız ve imzalayınız.

.....
.....
.....
.....

Hastanın;

İMZA

Adı Soyadı:

TC no’su:

Adres:

Telefon:

(Hasta 18 yaşından küçük ise)

Hastanın Velisini’nin

Adı Soyadı:

TC no’su:

Adres:

İMZA

Telefon: