

## Helproteser

Fremstillet med tandkøds-imitationer, lyse farvechangeringer, rodimitationer og "nubringer" efter sundt tandkød. Er specielt anvendelig, hvis der vises meget "gumme", når der smiles.



### Når man får protese

Når man erstatter sine tænder med en helprotese, vil der i så godt som alle tilfælde skulle ske en tilvænning. Nogle mennesker vænner sig hurtigt til protesen, mens andre skal have lidt længere tid. I alle tilfælde gælder det om at bruge protesen så meget som muligt, også under måltiderne.

### Ømhed og ubehag

Selv om der er gjort et stort stykke arbejde med at tilpasse protesen nøjagtigt til munden, kan der forekomme ømhed. Den forsvinder normalt i løbet af et par dage. Hvis ikke, bør man kontakte sin tandlæge. Man bør i så fald beholde protesen i munden et par timer, før man skal afsted, da det ellers er umuligt at finde årsagen til ubehaget. Og husk: Man bør aldrig selv forsøge at rette på proteser, der sidder dårligt. Som oftest gør det mere skade end gavn - i værste fald kan man ødelægge protesen.

### Tale og ømhed

I begyndelsen vil man måske føle lidt besvær med at tale normalt. Det går ret hurtigt over. Hvis man vil fremskynde tilvænningen, kan man f.eks. læse højt for sig selv i et rimeligt tempo. I de første dage vil man sikkert også føle, at det er besværligt at have både tænder og mad i munden på én gang. Det hjælper at begynde med mad, der er nemt at tygge: Fisk, grød, fars, suppe m.m. Senere kan man så tage fat på føde, der kræver mere grundig tygning. Man kan øve sig ved at læse højt for sig selv

### Når man bruger protese

Det er bedst altid at skylle mund og protese grundigt efter hvert måltid for at fjerne madrester, som altid sætter sig på og under protesen. Fjernes madresterne ikke, omdannes de af bakterierne i munden til belægninger (plak). Udover at det ikke er særlig kønt at have bakteriebelægninger (plak) på protesen og evt. resterende tænder, giver det næsten altid dårlig ånde. Og endnu værre - betændelse under protesen, hvorved der kan opstå svampeinfektion og ved resterende tænder - tandkødsbetændelse (gingivitis) samt caries (huller).

Protesen kan nemt gå i stykker, hvis den tabes. For at undgå dette kan man fylde lidt vand i vaskekummen, så den lander blødt. Til pleje af proteser bruges en prostesebørste samt en tandpasta med lavt indhold af slibemiddel eller håndsæbe. Husk, at alle protesens flader skal børstes grundigt rene. Man kan også forebygge svamp (protese stomatitis) i mundhulen, når man bærer protese, ved dagligt at børste ganen og tungen med en blød tandbørste. Derved får man fjernet eventuelle bakteriebelægninger, som sidder der. Protesen børstes over en håndvask med vand i.

Storgade 29A – 4180 Sorø  
Telefon 57 83 55 66  
Telefax 57 83 25 66

**Kasper Slavensky**  
Tandlæge

**Maj-Britt Liliendahl**  
Tandlæge

**Jacob Slavensky**  
Tandlæge

**Helle Lindegaard**  
Tandplejer

Klinik for tand-, mund-,  
kæbekirurgi samt  
implantatbehandling

**Jonas Becktor**  
Specialtandlæge

**Ole Schwartz**  
Specialtandlæge Ph.D.

**Charles Lønholdt**  
Overlæge, specialist i  
anæstesiologi.

www.tandplejecentret.org  
www.tandbutikken.dk  
tandplejecentret@mail.dk  
Giro: 5 75 42 69

### **Misfarvede proteser**

Proteser trænger ofte til en ekstra rengøring, idet farvestoffer fra mad og drikke kan sætte sig på protesen. Det kan anbefales at lægge protesen i et glas lunkent vand med 1-2 tsk. grøn Bio-tex i ca. 20 minutter eller eventuelt natten over. Derved får man fjernet de fleste misfarvninger. Man skal huske at skylle protesen grundigt efter Bio-tex badet!



### **Proteser med tandsten**

Tandsten er hårde belæggninger, som dannes ved forkalkning af bakteriebelæggninger (plak). Tandsten ses hyppigt på proteser og kan fjernes ved at lægge protesen i et glas med eddike (husholdningseddike) natten over. Tandstenen bliver derved blød og kan skrubes af med en tandstikker. (Undgå noget der ridser.)

### **Protesen ud om natten**

Det er bedst for mund/gummerne at hvile om natten.

Derfor er det bedst at tage protesen ud og lægge den i et glas vand. Derved mindsker man risikoen for svamp (protesestomatitis). Nogle mennesker er kede af at ligge uden tænder. Man kan så for at skåne mund/gummer nøjes med at tage undermundsprotesen ud. Når protesen ikke er i munden, bør den opbevares i vand. Ligger den tørt, kan den blive skæv. Proteserne lægges i vand for natten

