







Ortodonzia Fissa – Istruzioni Essenziali



Come si puliscono i denti e l'apparecchio

-  Spazzola **denti + brackets** dopo ogni pasto.
- Usa uno **spazzolino morbido** inclinato verso l'apparecchio (sopra e sotto).
- Aggiungi lo **spazzolino monociuffo** per pulire attorno ai brackets.
-  Se consigliato: usa scovolini o filo specifico per apparecchi.
-  Evita dentifrici troppo abrasivi.
-  Sciacqui alla clorexidina **solo se prescritti**.







Suggerimenti utili

- Dedica **almeno 3–4 minuti** alla pulizia.
- Porta sempre con te uno spazzolino da viaggio.
- Controlla che non rimangano residui attorno ai brackets (zona a rischio di carie e macchie bianche).



Alimentazione

- Sì a cibi **morbidi**: pasta morbida, uova, yogurt, puree, risotti.
-  No cibi duri: croste, carote crude, torrone, ghiaccio.
-  No cibi appiccicosi: caramelle gommosi, toffee, chewing-gum.
-  Frutta e panini: taglia tutto a piccoli pezzi.
-  Evitare di “strappare” il cibo con gli incisivi → rischio distacchi.



Ore di utilizzo

- L'apparecchio è **fisso**, quindi sempre addosso.
- È normale avere qualche fastidio dopo i controlli (2–3 giorni).

- Usa la **cera ortodontica** se un bracket o un filo irrita la guancia.



Cosa sono i brackets

- Sono piccoli attacchi **incollati ai denti** che guidano il movimento.
- Possono essere **metallo** o **ceramica trasparente**.
- Sono **temporanei** e verranno rimossi a fine trattamento.
- Dopo l'applicazione è normale sentire:
 - spessore in più,
 - irritazione delle guance,
 - leggero fastidio alla masticazione.
- Ci si abitua in pochi giorni.

? FAQ – Domande Frequenti



Si è staccato un bracket

- Nessuna emergenza.
- Avvisaci: verrà riposizionato al **controllo successivo** (o prima se serve).
- Il trattamento non si rovina per un singolo bracket.



Il filo punge dietro

- Usa la **cera ortodontica** per coprirlo.
- Se molto fastidioso → contattaci per accorciarlo.



Dolore dopo i controlli

- Normale per 2–3 giorni.
- Puoi assumere antidolorifici compatibili (Paracetamolo/Ibuprofene se indicato).
- Preferire cibi morbidi.

◆ **Lingua/guance irritate**

- Usa cera ortodontica
- Puoi aiutarti con gel lenitivi (Buccagel, Alovex...)
- Passa in pochi giorni.

◆ **Si è rotto un pezzetto di filo**

- Se il filo è ancora stabile → metti un po' di cera.
- Se si muove molto o dà fastidio → contattaci.

◆ **Posso fare sport?**

- Sì, ma se sono previsti contatti è meglio usare un **paradenti**.