

CUSTODIRE IL SORRISO

di Raoul D'Alessio*



Controlli e precauzioni prima delle vacanze

UN MAL di denti improvviso, un'otturazione che salta, una corona provvisoria che si stacca, un dente che si frattura. Sono alcuni dei motivi che possono pregiudicare le meritate vacanze. Ma qualcosa si può fare per prevenire spiacevoli sorprese. Per preservare la bellezza e la salute del sorriso durante le attese ferie prima di tutto effettuare una visita di controllo prima di partire.

Sottoporsi ad una seduta di igiene professionale in modo da eliminare placca e tartaro cause di infiammazioni gengivali e infezioni parodontali.

Se si prevede di fare un viaggio in aereo o immersioni subacquee meglio chiedere un controllo sulle vecchie otturazioni. Gli sbalzi di pressione infatti potrebbero causare dolori molto fastidiosi. Fate controllare sempre le vostre corone

provvisorie prima di mettervi in viaggio per evitare distacchi. Se siete portatori di protesi mobili meglio farle controllare almeno 2 settimane prima di partire. Anche per chi ha un apparecchio ortodontico meglio

sottoporsi a controlli preventivi come consiglia la Suso (Sindacato degli Specialisti in Ortognatodonzia).

Se si rompe un dente meglio evitare bevande troppo fredde e chiamare il dentista. Nel frattempo conservare il frammento nel latte o in acqua fisiologica come indicato dall'Unesco (Unesco Chair in Bioethics). Anche in viaggio, è importante occuparsi della salute della bocca, seguendo semplici regole.

Portate un contenitore per gli strumenti dedicati all'igiene orale. Ricordate lo spazzolino, di qualità anche se da viaggio. Quando non c'è la possibilità di usarlo, mangiare una mela o masticare gomme senza zucchero allo xilitolo per stimolare la salivazione. Portate con voi un piccolo contenitore per eventuali traumi. Bevete molto per mantenere l'idratazione, perché la riduzione della salivazione può favorire la permanenza di zuccheri o sostanze acide. Infine ridurre il consumo di soft drink perché ricchi di zuccheri.

*** Specialista
in Odontoiatria
info@raouldalessio.it**