

Recomanacions de salut bucodental.

Pròtesis dentals.

L'objectiu és establir unes pautes adequades de neteja, desinfecció i manteniment de les pròtesis dentals per prevenir infeccions orals (especialment la candidiasi) i garantir el bon funcionament de la pròtesi. Aquestes recomanacions inclouen la cura de les pròtesis totals, parcials removibles, fixes i sobredentadures sobre implants. Una correcta higiene protètica contribueix a millorar el confort, la salut oral i la qualitat de vida del resident.

Extracció de les pròtesis removibles

La higiene de les pròtesis dentals requereix una correcta extracció, neteja i desinfecció diària per a prevenir infeccions, acumulació de placa i deteriorament del material.

Per extreure la pròtesi superior, heu de retirar-la des de les parts laterals, fent un moviment de balanceig.

En canvi, per extreure la inferior, heu de retirar-la elevant-la des de la part anterior. Si la pròtesi té ganxos, retireu-la primer des d'aquests

Neteja i manteniment de pròtesis dentals

Després de cada àpat, la pròtesi s'ha de netejar mecànicament amb un **raspall específic i sabó neutre (no utilitzeu pasta de dents)**. Repasseu les cares externes i internes i els ganxos, especialment els plecs i zones de contacte amb les mucoses, revisant que no quedin restes de menjar ni taques.

Una vegada al dia, heu de realitzar una desinfecció química amb productes adequats, respectant sempre el temps indicat pel fabricant.

Durant la nit, és recomanable que retireu la pròtesi, després de la seva neteja, i la guardeu en un recipient net identificat. És important guardar-la en **sec**.

A més, cal mantenir una bona higiene de les **mucoses i genives**: netegeu-les amb una gasa humitejada amb aigua o col·lutori. La **llengua** també s'ha de mantenir neta, utilitzant un netejador de llengua o raspall des de la zona posterior cap a l'anterior.

Cal revisar periòdicament l'ajust, l'estat de la pròtesi i possibles lesions o signes d'infecció, derivant al dentista en cas de dolor, mobilitat, úlceres o candidiasis. També és important evitar productes contraindicats com ara la pasta dental convencional, l'aigua calenta, el lleixiu o l'alcohol.

