

väärivad pidevat hooldust

osakeste suuruses. Kui patsient istub tooli, vaatame esimese asjana, milline on tema suuhügieen – kas hea või kehvapooline. Vastavalt sellele võib patsiendi suunata esmalt hoopis suuhügienisti juurde – olenevalt raviasutuses sisemisest töökorraldusest.

Kindlasti aitavad mõlemad pesud leevendada ja kaotada pigmentdilaiki, mis pole hambavaaba sees, vaid hamba pinnal. Need pestakse lihtsalt survega maha. Pärast puhastusprotseduuri on hamba pind siledam ja järgnevad protseduurid tulemuslikumad.

Kas liigne sekkumine ei kahjusta hambaemali?

Hambaemal on inimese organismi üks kõige tugevamaid materjale, kuid liiga usin ja ka vale harjamistehnikaga võib sellegi liigselt ära kulutada.

Tark oleks silmas pidada, et hambaid tuleb pesta hommikul pärast

ärkamist ja õhtul enne magamaminekut. Hambaid ei tohiks pesta varem kui pool tundi pärast sööki, et sülg jõuaks happed neutraliseerida.

Kas elektriline hambahari on parem kui tavaline?

Nii nagu meditsiinis ikka, tuleb igale patsiendile läheneda individuaalselt. Kui arst on inimesele öelnud, et ta võiks proovida kasutada elektrilist hambaharja, ei laiene see soovitus tervele kogukonnale.

Elektriline hambahari sobib inimesele, kellel on tavaline harjamine mingil põhjusel takistatud. Aga ka siis, kui ta iga päev hambaid ei pese.

Kui inimene on hoolas ja regulaarne hammaste pesija, ei näe ma mingit põhjust, miks ta peaks tavalise hambaharja elektrilise vastu vahetama. Kui, siis ehk kord nädalas põhjalikumaks puhastuseks.

Milline hambapasta on parim?

Kui kasutate hambapastat iga-päevase hügieenivahendina, siis valige, mis meeldib ja rahakott kannatab. Ravipastade kasutamiseks peab olema mingi näidustus ja seda kasutatakse täpselt nii kaua, nagu arst ütleb.

Kui nüüd jälle sooda- ja pärlipeesu juurde tulla, siis näiteks igemete ravipasta ei avalda oma täit järelmõju, kui profülaktiline üldpuhastus on hammastele tegemata.

Paljud kardavad hambaarsti nagu tuld. Kas enne hambaarsti juurde tulekut võiks võtta valuvaigistit?

Valuvaigistit ehk mitte. Mõned valuvaigistid soodustavad vere vedeldumist, ja kui on tegu protseduuriga, mille käigus toimub veritus, muutuks ravi keeruliseks. Kui paanika on liiga suur, võiks pigem proovida rahustit.

Järg lk 158

Gerimax'i täiuslikud energia- vitamiinid igaks päevaks!

Teie eest hoolitseb unikaalne energiavitamiin:

- Ženšenn
- 12 vitamiini
- 9 mineraalainet
- Antioksidandid
- Roheline tee

- Kindlustab igapäevaselt vajalike vitamiinide, mineraalainete ja antioksidantidega
- Vähendab väsimust ja kurnatust
- Suurendab füüsilist ja vaimset töövõimet
 - Parandab kontsentratsioonivõimet ja mälu
 - Tugevdab organismi kaitsevõimet talvisel nakkusajal
- Lisab elujõudu ja nooruslikkust

Märtsis soodus-
hinnaga **a. Apotheke**
apteekides!

**Gerimax
Daily Energy –
mõeldud neile, kes
tahavad end tunda
oma aktiivse elustiili
juures hästi!**



Müügil apteekides

**Gerimax
Energy 50+
täiuslik
energiavitamiin
üle 50-aastastele!**

