

Istruzioni per il neoportatore di protesi mobile

Bisogna prevedere un periodo di adattamento alla protesi, soprattutto con le protesi provvisorie (che per via dei fenomeni di guarigione in corso non possono essere molto precise). Le varie parti della bocca devono adattarsi alla sensazione nuova di “fastidio” e di “ingombro” che la protesi può provocare, non scoraggiatevi e ricordate che anche è importante un “adattamento psicologico” alla protesi. Potete anche ricorrere nei primi tempi, e per i provvisori, ad un adesivo per protesi (in polvere o pasta) che potrà migliorarne la stabilità dandovi maggiore sicurezza. È normale agli inizi avvertire un aumento della salivazione, che poi progressivamente si riporterà alla norma.

Imparare a parlare

Se fate fatica a pronunciare bene le parole, esercitatevi a leggere a voce alta. Quando una parola non suona bene rileggetela e ripetetela ad alta voce finché non vi siete impadroniti di una sua corretta pronuncia: bisogna ri-imparare i corretti movimenti della lingua, che con il tempo diventeranno via via più spontanei ed automatici, così pure la muscolatura della bocca.

Imparare a mangiare

Imparare a masticare efficacemente e facilmente richiede un certo periodo di tempo. Cominciate con cibi molli, non appiccicosi, grissini friabili e consumate i pasti più lentamente: è del tutto normale accorgersi che si è più lenti nel mangiare, anzi per adattarsi è meglio masticare lentamente. Abituatevi a tagliare il cibo in piccoli pezzi.

Igiene della protesi

Dopo ogni pasto è assolutamente importante spazzolare la protesi, i denti residui, le gengive, la lingua. Usate lo spazzolino da protesi (tipo Butler 201 Denture Brush, ad esempio) tenendo la protesi sopra un lavandino pieno d’acqua o con un’ampia spugna appoggiata nel lavandino che impedisca alla protesi di rompersi se dovesse cadervi. Dopo i primi giorni di adattamento, di notte togliete sempre la protesi, questo permetterà ai tessuti della bocca di riposare (per almeno 6-8 ore al giorno). Quando la protesi non è in bocca, tenetela in una vaschetta d’acqua, in cui potrete sciogliere un prodotto specifico per la protesi. Ricordate che la resina non deve essiccarsi. Fate controllare periodicamente la vostra protesi (almeno ogni anno) e non cercate di fare voi stessi adattamenti o riparazioni: se scorrette queste manovre possono danneggiare le mucose ed aggravare il riassorbimento dell’osso di sostegno.

Se notate punti dolenti o compressioni fastidiose, consultate subito lo studio, non aspettate.