

Cosa posso attendermi quando inizio a portare la dentiera?

What can I expect when I get my dentures?

Italian

Potrebbe volerci del tempo prima che la bocca si abitui alla nuova dentiera.

Potresti notare quanto segue:

- Dentures may feel bulky in your mouth
- La dentiera potrebbe essere ingombrante in bocca
- Potresti produrre più saliva
- La dentiera potrebbe muoversi quando mangi o parli
- Masticare e mordere potrebbero avere una sensazione diversa
- Il cibo potrebbe avere un gusto diverso
- Il parlare potrebbe sembrare diverso
- Potresti provare un certo disagio e questo è normale

Se la dentiera continua a causarti problemi, parlane al dentista in occasione della prossima visita.

Come faccio a far durare la mia dentiera più a lungo?

- Non lasciarla immersa in acqua calda o in automobile al caldo.
- Non usare mai sostanze chimiche come la candeggina sulla dentiera.
- Non cercare di regolare, modificare o riparare la dentiera o usare colla per aggiustarla – rivolgiti al dentista.
- Togli la dentiera quando dormi o se pratichi sport di contatto.
- Tratta la dentiera con molta cura. Se la fai cadere a terra potrebbe rompersi!

Come faccio a prendermi cura della bocca?

- Dopo i pasti, risciacqua bocca e dentiera con acqua per evitare l'accumulo di cibo.
- Se usi colla o adesivo per dentiere, fai attenzione e rimuovere eventuale residuo dalla bocca.
- Se porti una dentiera parziale, ricorda di lavare i denti naturali due volte al giorno con dentifricio al fluoro.

Quando devo rivolgermi al dentista?

- Quando serve regolare la dentiera. Potrebbero volerci alcune visite prima che la dentiera si stabilizzi correttamente.
- Se rompi la dentiera.

- Se provi un dolore di intensità estrema, non metterti la dentiera, MA devi metterla il giorno della visita di controllo.
- Se hai screpolature dolenti e rossastre nell'angolo delle labbra che non guariscono.
- Se provi una sensazione di dolore o di bruciore, con zone rossastre/infiammate oppure chiazze biancastre (potresti avere il mugghetto).
- Se hai chiazze rossastre o zone dolenti sotto i punti su cui poggia la dentiera.
- Se hai ulcere in bocca che non guariscono nel giro di 2 settimane.

Cura della dentiera

- Pulisci la dentiera al mattino e alla sera.
- Fallo sopra un lavandino riempito d'acqua o un asciugamano per ridurre il rischio di romperla se dovesse cadere.
- Usa un sapone liquido delicato su uno spazzolino da denti a setole morbide.
- Non usare dentifricio per pulire la dentiera.
- Pulisci bene tutte le parti della dentiera. Risciacquala con acqua fredda.
- Pulisci le gengive e la lingua usando uno spazzolino da denti morbido al mattino e alla sera.
- Togli la dentiera prima di coricarti alla sera. Durante la notte tieni la dentiera pulita in un contenitore asciutto.

Cosa mangiare?

- Potresti notare che ti conviene consumare all'inizio cibi morbidi come uova, yogurt, pesce e verdura cotta per poi passare lentamente ad una normale dieta sana.
- Vi sono degli alimenti che dovresti evitare quando inizi a portare la dentiera. Questi includono le pannocchie di granturco e la frutta con guscio.
- Ecco alcuni suggerimenti utili che potrebbero esserti di aiuto:
- Fai attenzione quando mangi cibi caldi poiché la dentiera potrebbe renderti difficile determinare il vero grado di calore di cibi e bevande.
- Taglia il cibo a pezzettini.
- Mastica su entrambi i lati della dentiera.
- Fai attenzione ai semi più piccoli. Questi possono infilarsi sotto la dentiera e provocare disagio.

Servizi dentali nel NSW

I **NSW Public Dental Services** offrono assistenza dentale generale e d'emergenza a titolo gratuito ai minori di anni 18 titolari di una tessera del Medicare. Servizi dentali pubblici sono gratuiti per gli adulti titolari di una delle seguenti 'concession card' del governo australiano:

- Pensioner Concession Card
- Health Care Card
- Commonwealth Seniors Health Card

Per fissare un appuntamento con un servizio dentale pubblico, chiama il numero: 1800 679 336.

Ti verranno chiesti i particolari della tua tessera del Medicare. Se sei un adulto, dovrai anche fornire i particolari della tua 'concession card'.

Per trovare un **dentista privato** consulta il sito dell'Australian Dental Association - Find a Dentist <https://www.adansw.com.au/Community/FindaDentist>