**NAVODILO ZA NEGO DELNE (PARCIALNE) ZOBNE PROTEZE**

1. **Kaj je parcialna proteza?**

Parcialna (delna) zobna proteza nadomešča manjkajoče zobe, medtem ko so nekateri lastni zobje še prisotni. Ti zobje pogosto služijo kot nosilci proteze (s sidri), zato je njihova skrb ključnega pomena za uspešnost in dolgotrajnost proteze.

Delna proteza lahko povrne okoli 30-50% funkcionalnosti naravnih zob, odvisno od števila in razporeditve preostalih zob.

1. **Nega delne proteze**

* Dnevna nega.
* Po vsakem obroku sperite protezo z mlačno vodo.
* Vsaj 1x dnevno jo očistite z mehko ščetko in neabrazivnim milom.
* Ne uporabljajte zobne paste – ta lahko poškoduje material.

VARNO ČIŠČENJE - Protezo čistite nad mehko podlago (brisača ali voda v umivalniku), da se ob morebitnem padcu ne poškoduje.

NOŠENJE PONOČI - Priporočljivo je, da protezo nosite tudi ponoči, razen če vam zobozdravnik svetuje drugače. Neprekinjeno nošenje pomaga pri stabilnosti in prilaganju.

1. **Navajanje na protezo**

* Prvi dnevi nošenja lahko povzročijo neprijeten občutek, več sline, občutek tujka ali motnje pri govoru.
* Postopoma podaljšujte čas nošenja in berite na glas za lažje navajanje.
* Hrano režite na manjše koščke in žvečite enakomerno na obeh straneh.

1. **Nega preostalih zob v ustih**

* Posebna skrb za naravne zobe in sidra.
* Zobe, ki podpirajo delno protezo (sidra ali nosilci), je treba temeljito čistiti 2x dnevno z zobno pasto.
* Uporabljajte medzobne ščetke ali zobno nitko, še posebej okoli mostičkov ali kron.
* Po potrebi uporabljajte vodno prho (oralni irigator) za boljše češčenje pod sidri in mostički.
* Čiščenje dlesni, jezika in ustne sluznice.
* Z mehko krtačko ali gazo očistite tudi dlesni in nebo, da zmanjšate možnost vnetij.

1. **Redni pregledi**

* Obiščite zobozdravnika vsaj 1x letno, ali po potrebi pogosteje.
* Redno preverjajte prileganje proteze in stanje nosilnih zob, saj se s časom lahko pojavijo spremembe.
* Če proteza postane ohlapna ali povzroča draženje, ne popravljajte je sami, temveč se posvetujte z zobozdravnikom.

1. **Shramba**

* Kadar proteze ne nosite (bolezen, slabše počutje,..) jo vedno odložite v kozarec z vodo.
* Proteza nikoli ne sme biti v suhem okolju.