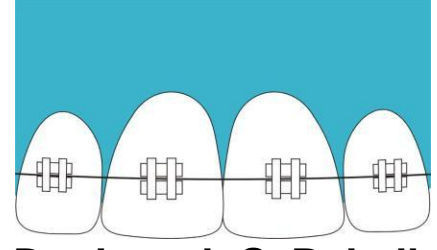




International Member
American
Association of
Orthodontists



Dr. Jayesh S. Rahalkar
M.D.S.(Mumbai),D.N.B.(Ortho)
M Orth RCS (Edinburgh)(UK)
FDS RCS (Edinburgh)(UK)
Past Chairman & Diplomate of the Indian Board of Orthodontics
(Consultant Orthodontist)

डॉ. रहाळकर ऑर्थोडॉन्टिक

माधव हेरिटेज, १६४१, सदाशिव पेठ, टिळक रोड,

पुणे- ४११०३०

दूरध्वनी: ९१-२०२४३३२९९८, २४३३१८३८, ९८२३०४०७५६, ८२६२९३५७७९

ई-मेल: jayeshrahalkar@gmail.com; वेबसाइट : www.drrahalkar.com

सूचना

आहारविषयक

- दातांना तारा बसवल्यानंतर दोन तास काहीही खाऊ नये
- दोन तासांनंतर मऊ आणि थंड अन्न पदार्थ सेवन करावेत
- दुसऱ्या दिवसापासून आपला नियमित आहार घेण्यास हरकत नाही जसे की भात डाळ भाजी पोळी भाकरी ब्रेड तसेच सूप सरबते मिल्कशेक्स इ .
- कडक आणि चिकट पदार्थांचे सेवन उपचार सुरु असेपर्यंत पूर्णपणे वर्ज्य करावे ज्यामुळे दातावरील तारा तुटू शकतात आणि उपचारांमध्ये गुंतागुंत निर्माण होते आणि उपचारांचा कालावधी वाढण्याची शक्यता असते
- म्हणूनच ऊस कणीस चिककी चॉकलेट च्युइंगम टोस्ट खोबरे बिस्किट पिझ्झा बर्गर संपूर्ण फळे लाडू भेळ पुरी पाणी पुरी यांसारखे पदार्थ वर्ज्य करावेत

स्वच्छताविषयक

- ज्या दिवशी दाताला तारा लावल्या जातील त्या दिवशी दात घासू नयेत
- त्या नंतर दररोज सकाळी आणि रात्री ब्रश आणि टूथपेस्ट चा वापर करून गोलाकार आणि वरून खाली या दिशेने दात स्वच्छ करावेत
- त्यानंतर रात्रीचे वेळी अधिक स्वच्छते करिता इंटरडेंटल ब्रशचा वापर करावा जसे की ओरल बी, कोलगेट, सेनोलीन ऑर्थोडॉन्टिक ब्रश, प्रॉक्झा ब्रश इ .
- मौखिक आरोग्याकडे दुर्लक्ष केल्यास तारांभोवती दात किडण्याची शक्यता वाढते तसेच हिरड्यांचे आजार उदभवू शकतात जसे की हिरड्यांमधून रक्त येणे दातांची मुळे उघडी पडणे .

तारांची काळजी कशी घ्यावी

- बोटे नखे पेन पेन्सिल अथवा इतर कोणत्याही वस्तूने तारांना स्पर्श करू नये

- दातांमध्ये वेदना जाणवल्यास त्यावर अजिबात दाब देवू नये जेणेकरून दातांची अनावश्यक हालचाल होऊन दाताचे मूळ सैल होईल
- दुर्दैवाने तारेचा कोणताही भाग हलू लागल्यास किंवा निघून आल्यास तो जपून ठेवावा आणि लवकरात लवकर दवाखान्यात संपर्क साधून डॉक्टरांची भेट घ्यावी
- तारा बसवल्या नंतर ओठाच्या आणि गालाच्या आतील बाजूने टोचण्याची आणि तार घासल्यामुळे किरकोळ स्वरूपात दुखापत होण्याची शक्यता असते अशावेळी डोलोजेल सी टी, डेंटोजेल, स्टोमेटा जेल, म्युकोपेन, हेक्सिजेल ओरागार्ड बी यांसारख्या वेदनाशामक आणि जंतुनाशक मलमांचा वापर करावा
- दातांवर पडलेल्या दावामुळे ते दुखण्याची आणि हिरड्यांमध्ये सळसळ झाल्याची भावना होते हे दुखणे सहन न झाल्यास आपल्या सवयीचे वेदनाशामक औषध घेण्यास हरकत नाही
- कोणत्याही आपत्कालीन परिस्थितीत अथवा शंका किंवा प्रश्न असल्यास आमच्याशी मोकळेपणाने संपर्क साधावा

Take care!!!

Dr. Jayesh S. Rahalkar

M.D.S. (Mumbai), D.N.B. (Ortho)

M Orth RCS(Edin)(UK), FDS RCS (Edin)(UK)

Fellow of World Federation of Orthodontics

International Member, American Association of Orthodontics

