

## Памятка по уходу за ретейнером

Чтобы зубы сохранили новое положение после лечения.

### Съёмный ретейнер

- Носите его по схеме ортодонта: обычно сначала дольше, затем в основном ночью.
- В ретейнере пейте только чистую воду; во время еды снимайте.
- Ежедневно чистите мягкой щёткой в тёплой или холодной воде; не используйте горячую воду.
- Снятый ретейнер всегда кладите в футляр.

### Несъёмный ретейнер

- Ежедневно очищайте проволоку за передними зубами ёршиком или нитью с проводником.
- Не откусывайте очень твёрдую пищу передними зубами.
- Если проволока ослабла, сломалась или колет — не исправляйте сами, обратитесь в клинику.

### Контрольные визиты

- Регулярно приходите на контрольные осмотры.
- Если ретейнер стал тугим или не садится, зубы могут начать смещаться — обратитесь без промедления.
- При потере ретейнера звоните в клинику для изготовления нового.

**Свяжитесь с клиникой:** Если ретейнер потерян, сломан, не садится или несъёмный ретейнер отклеился — звоните +90 312 911 60 36 или пришлите фото в WhatsApp.

Документ носит общий информационный характер; всегда следуйте индивидуальным рекомендациям вашего ортодонта. При неотложном состоянии в Турции звоните 112.