Crest + Oral-B

Pangangalaga sa Pustiso: Ibahagi sa iyong mga pasyenteng nag-aaral ng pangangalaga para sa mga pustiso.

Maaaring tumagal ang panahon ng pag-a-adjust kapag nagsimula kang magsuot ng bagong pustiso. Sa simula, maaari mong maramdaman na hindi tama ang sukat ng iyong pustiso. Maaari mong maramdaman na masyadong malaki ang mga ito, nagdudulot ng kaunting gagging, o gumagawa ng sobrang laway. Kausapin ang iyong dental professional kung nahihirapan kang magsalita nang malinaw o kumain.

Ang Iyong Unang Buwan

Habang naghihilom ang iyong bibig, mawawala ang mga sintomas na ito at magiging mas kumportable ang iyong pustiso.

Narito ang maaari mong asahan sa unang 30 araw:

- **Araw 1:** Ang pinakamahirap na araw. Magsimula sa pagkain ng malalambot na pagkain na banayad sa iyong gilagid at mga ngipin
- **Araw 2-14:** Maaari kang makaranas ng sobrang laway, masasakit na bahagi, at mas matinding paghihirap sa panahong ito ng paghilom
- **Araw 15+:** Naghihilom na ang masasakit na bahagi at nababawasan ang pag-ipon ng laway, pero maaaring nahihirapan ka pa ring magsalita nang malinaw at kumain. Makipag-ugnayan sa iyong dentista kung sa tingin mo ay kailangang i-adjust ang iyong pustiso

Paglilinis sa Pustiso at Pangangalaga sa Pustiso

Ang paglilinis sa pustiso ay nakakatulong para maging maganda ang hitsura ng mga ito, habang nakakatulong din na patayin ang bacteria na nagdudulot ng amoy.

- Ihanda: Maghulog ng isang tabletang panlinis ng pustiso sa sapat na maligamgam na tubig para mababad ang pustiso
- Ibabad: Ilagay ang pustiso sa solution at ibabad ang mga ito sa loob ng inirerekomendang oras alinsunod sa mga tagubilin sa paggamit
- Banlawan: Alisin ang pustiso at banlawan nang mabuti ang mga ito gamit ang tumutulong tubig
- Itapon: Agad na itapon ang solution at maghugas ng mga kamay

Mga Benepisyo ng Pagsusuot ng Pustiso

Magkakaroon ka ng higit na kumpyansa habang nasasanay ka sa iyong pustiso. Habang nagsisimula ka nang maging mas kumportable sa pustiso, mapapansin mo rin ang positibong epekto nito sa iyong buhay. Kasama sa mga positibong epekto ng pustiso ang: >

- Mas maayos na hitsura
- Ang kakayahang magsalita nang mas malinaw
- Mas mataas na kumpyansa
- Makakain mo ang mga pagkaing gustung-gusto mo

Paggamit ng Mga Adhesive para sa Pustiso

Sa pamamagitan ng mga adhesive para sa pustiso, nakakagawa ng manipis na film na parang pandikit sa pagitan ng iyong pustiso at gilagid para makatulong na hindi makapasok ang pagkain at hindi gumalaw-galaw ang iyong pustiso. Humigit-kumulang 15 araw pagkatapos mong magsuot ng pustiso, o pagkatapos na tuluyang maghilom ng iyong gilagid, pag-isipang gumamit ng adhesive cream para sa pustiso. Tiyaking maingat na susundin ang mga direksyon kapag gumagamit ng adhesive cream para sa pustiso, at huwag gumamit nang mas marami kaysa sa sinabi. Makakatulong sa iyo ang mga adhesive para sa pustiso na kumain, uminom, tumawa, at magsalita nang may kumpyansa.

Inirerekumenda naming subukan mo ang mga produktong ito:

- ☐ Oral-B Electric Rechargeable Toothbrush ______________________
- ☐ Oral-B Manu-manong Toothbrush ______________________
- ☐ Crest Toothpaste ______________________
- ☐ Crest at Oral-B Mouthwash: ______________________
- ☐ Oral-B Floss: ______________________
- ☐ Fixodent: ______________________

© 2018 P&G

life opens up when you do
Crest + Oral-B