



Diş Sabitleme Splinti Sonrası Bakım Rehberi

Travma Splinti · Periodontal Splint

Splint uygulaman tamamlandı, geçmiş olsun! Sallanan dişlerini, komşu sağlam dişlere ince bir tel ve estetik dolgu maddesiyle birbirine bağlayarak sabitledik. Böylece o dişlere binen yük paylaşıyor ve diş hareketsiz kalarak iyileşme şansı buluyor.

[Travma] Dişine gelen darbe sonucu gevşeyen bağ dokusunun kendini onarabilmesi için dişin bir süre tamamen hareketsiz kalması gerekiyor. Splintin görevi bu.

[Periodontal] Diş eti hastalığı nedeniyle kemik desteği azalan dişlerin tek başına taşıyamadığı çiğneme kuvvetini, splint sayesinde birden fazla dişe paylaşıyoruz. Bu, dişlerin ağızda daha uzun süre kalmasını sağlar.

- **Alışma Süreci:** İlk birkaç gün dilinle splinti sürekli yoklamak isteyebilir, konuşurken hafif bir farklılık hissedebilirsiniz. Dilinin yeni yüzeye alışması genellikle 2-3 gün sürer. Splinti dilinle veya tırnağınla kurcalamamaya özen göster.
- **⚠ İsrırma ve Çiğneme Kuralları (En Kritik):** Splintli bölgeyle **hiçbir şeyi ısırarak koparmamalısın.** Elma, ayva, havuç, sandviç, tost, sert ekmek kabuğu gibi gıdaları ön dişlerinle ısırma — hepsini küçük dilimlere bölerek **arka dişlerinle** çiğne. Ceviz, fındık, badem gibi sert kuruyemişler ve buz splinti kırar. Sakız, lokum, karamel gibi yapışkan gıdalar ise splinti dişten sökebilir.
- **Splint Kırılır veya Gevşerse (Panik Yapma, Ama Bekleme):** Splintin bir ucu dişten ayrılırsa, tel açığa çıkarsa veya diş yeniden sallanmaya başlarsa **hiç beklemeden bizi ara.** Splint görevini yapmadığı her gün, sabitlemeye çalıştığımız dişin iyileşme şansı azalır. Ayrıca açıkta kalan tel ucu dilini ve yanağını yaralayabilir — bu durumda geçici çözüm olarak üzerine ortodontik mum yapıştırabilirsin.
- **Temizlik (Burası Zorlaşıyor, Dikkat):** Splint dişleri birbirine bağladığı için **normal diş ipi artık aralardan geçmez.** Bu bölgenin kirli kalması hem çürüğe hem diş eti iltihabına davetiye çıkarır ve tüm tedaviyi boşa çıkarır. Bunun için:
 - **Arayüz fırçası** (interdental fırça) kullanarak splintin altını ve diş aralarını temizle
 - Ya da **özel uçlu diş ipi (Superfloss)** ile teli altından geçirerek temizlik yap
 - Splintin diş etiyle birleştiği çizgiyi yumuşak bir fırçayla nazikçe fırçala
 - Ağız duşu (water flosser) varsa bu bölge için çok işine yarar
- **Diş Eti Sağlığı:** Splint bölgesinde diş etinin şişmesi, kızarması veya kanaması, temizliğin yetersiz olduğunun ilk işaretidir. Böyle bir durumda fırçalamayı bırakma — aksine, o bölgeye daha fazla özen göster.
- **[Travma] Splintin Çıkarılması ve Canlılık Takibi:** Splint kalıcı değildir; bağ dokusu iyileştiğinde çıkarılır. Senin splintin yaklaşık **1 ay** ağızda kalacak ve seni **1 ay sonra kontrole** çağıracağız. O randevuda hem splinti değerlendireceğiz hem de dişin **canlılık testini ve röntgenini** yapacağız — çünkü darbe alan bir dişin sinir dokusu zaman içinde sessizce zarar görebilir ve sen bunu fark etmezsin.

Ama 1 ayı beklemen gerekmiyor: Ağrı, şişlik, dişin renginde koyulaşma veya splintte bir sorun fark edersen **hemen bizi ara**. Randevu gününü beklemek zaman kaybettirir.

- **[Periodontal] Splint Uzun Süreli Kalabilir:** Periodontal splintler çoğu zaman uzun süre, bazen kalıcı olarak ağızda kalır. Bu yüzden temizlik alışkanlığın da kalıcı olmalı. Şunu net bilmen önemli: **splint dişleri tutar ama diş eti hastalığını tedavi etmez**. Hastalık ilerlerse splint de bir noktadan sonra yetmez. Bu yüzden seni **3 ayda bir** diş taşı temizliği ve diş eti kontrolü için çağıracağız. Bu randevular tedavinin kendisi kadar önemlidir — aksatma.
- **Diş Sıkma Alışkanlığı:** Gece diş sıkma veya gıcırdatma alışkanlığın varsa, splinti gece boyu oluşan yüksek basınçtan korumak için **koruyucu gece plağı** kullanman gerekebilir. Doktorumuzla konuş.
- **● Ne Zaman Bizi Aramalısın?**
 - Splintin kırılması, gevşemesi veya telin açığa çıkması
 - Dişin yeniden sallanmaya başlaması
 - Splint bölgesinde diş etinde şişlik, apse veya geçmeyen kanama
 - Dişin renginin koyulaşması
 - Isırdığında ağrı veya "yükseklik" hissi

YM Diş Kliniği ekibi olarak dişlerini uzun yıllar ağzında tutmanı dileriz! 💜