



Hareketli Protez Teslimi ve Kullanım Rehberi

Total Protez (Tek Çene) · Metal Kancalı Hareketli Bölümlü Protez (Tek Çene) · İmplant Üzeri Akrilik Protez (Tek Çene)

Yeni protezin hazır, hayırlı olsun! Bugünden itibaren yeniden rahatça çiğnemeye ve gönül rahatlığıyla gülümsemeye başlayacaksınız. Ancak şunu baştan bilmen çok önemli: **protez kullanmak öğrenilen bir beceridir**. İlk günlerde yaşayacağın zorluklar bir aksaklık değil, sürecin normal parçasıdır. Aşağıdakileri okursan bu süreci çok daha kolay atlattırırın:

- **Alışma Süreci (En Önemli Kısım):** İlk günlerde ağzında hacimli bir yabancı cisim hissi, artmış tükürük salgısı, konuşmada peltekleşme ve bazı kişilerde hafif öğürme refleksi olması **son derece normaldir**. Bunlar kaslarının ve dilinin yeni duruma adapte olma sürecidir. Bol bol konuşarak veya yüksek sesle kitap okuyarak bu süreci belirgin şekilde hızlandırabilirsin. Genellikle birkaç gün ile birkaç hafta içinde protezini takıp taktığını unutur hale geleceksin.
- **Çiğnemeyi Yeniden Öğrenmek:** İlk günler küçük lokmalar al ve **iki tarafınla eşit şekilde** çiğnemeye çalış. Tek tarafla çiğnemek protezin diğer taraftan kalkmasına yol açar. İlk hafta yumuşak gıdalarla başla, alıştıkça normal beslenmene geç. Ön dişlerinle **ısırarak koparma** (elma, ayva, sandviç gibi) — bu hareket protezi arkadan kaldırır. Bu tür gıdaları dilimleyerek arka dişlerinle çiğne.
- **⚠ Vurma ve Yara Oluşması (Panik Yapma):** İlk günlerde protezin diş etine bir veya birkaç noktadan vurup yara açması **beklenen bir durumdur** ve neredeyse herkeste olur. Bu, protezin kötü yapıldığı anlamına gelmez; ağzının kendine özgü yapısına göre yapılan ince ayarların bir parçasıdır. **Kesinlikle kendin törpülemeye, kesmeye veya oynatmaya çalışma** — protezi kalıcı olarak bozarsın. Bizi ara, birkaç dakikalık bir uyumlama işlemiyle o noktayı rahatlatırız.

Seni bu ayarlar için **teslimden 3 gün sonra rutin uyumlama kontrolüne** çağıracağız. Ama vurma daha erken başlarsa o günü bekleme, hemen ara — yara büyümeden müdahale etmek çok daha kolay.

Kritik ipucu: Kontrole gelmeden önce protezini **en az 3-4 saat ağzında takılı tut**. Çıkarıp gelersen diş etindeki kızarıklık kaybolur ve vurduğu noktayı bulamayız.

- **Kusursuz Temizlik:** Her ana öğünden sonra protezini çıkarıp **akar su altında** durula. Günde en az bir kez, **sıvı el sabunu ve yumuşak bir protez fırçasıyla** nazikçe fırçala. **Diş macunu kullanma** — içindeki aşındırıcılar protezin yüzeyini çizer, matlaştırır ve bakterilerin tutunacağı pürüzler yaratır. **Asla sıcak/kaynar suya sokma**, protezin formu bozulur. Haftada bir kez eczaneden alacağın **protez temizleme efervesan tabletiyle** derin temizlik yap.
- **Ağzının Kendi Bakımı:** Protezini çıkardığında, diş etlerini ve dilini yumuşak bir fırçayla nazikçe fırçalayarak masaj yap. Bu hem dolaşımı artırır hem de mantar enfeksiyonlarını (protez stomatiti) önler. **Bölümlü protez kullanıyorsan** kendi kalan dişlerini her zamankinden daha titiz fırçalamalısın — protezin kancalarının oturduğu dişler çürüğe en açık dişlerdir.
- **Geceleri Çıkar ve Doğru Sakla:** Protezini **her gece çıkarmalısın**. Diş etlerinin gün boyu taşıdığı yükten kurtulup dinlenmesi gerekir. Çıkardığında **kuru bırakma** — akrilik kurudukça büzüşür ve şekli bozulur. Kapaklı bir kapta, üzerini örtecek kadar **oda sıcaklığında suyun içinde** sakla.

- **Peçete Tuzağı ve Evcil Hayvan Riski:** Protezini asla peçeteye sarma; yanlışlıkla çöpe atılmasının en yaygın sebebi budur. Ayrıca evdeki kedi ve köpekler protezi kokusu nedeniyle çiğneme oyuncacı sanır — asla açıkta veya komodinin üzerinde bırakma.
- **Metal Kancalı Bölümlü Protez Kullanıyorsan:** Protezini takarken ve çıkarırken **parmaklarınla, kancaların yönünü takip ederek** hareket ettir. **Asla dişlerinle ısırarak oturtmaya çalışma** — kancalar eğilir ve bir daha tutmaz. Kancalar zamanla gevşerse kendin bükmeye çalışma, bize getir.
- **İmplant Üstü Protez Kullanıyorsan:** Protezi implantlara tutturan plastik tutucu parçalar zamanla aşınır ve protez gevşemeye başlar. Bu bir arıza değil, **normal bir aşınma sürecidir**; kontrolde bu parçaları yenileriz. Ayrıca implantların çevresini her gün özel arayüz fırçasıyla temizlemen, implantların ömrü için hayati önem taşır.
- **Zamanla Gevşeme ve Besleme (Rebazaj):** Diş çekimlerinden sonra alttaki çene kemiği yıllar içinde doğal olarak erir ve incelir. Bu yüzden bugün kusursuz oturan protezin, zamanla gevşemeye ve oynamaya başlaması **kaçınılmazdır**. Böyle bir durumda protezini çöpe atmana gerek yok — **besleme (rebazaj)** işlemiyle iç yüzeyini yenileyip tekrar sıkı oturmasını sağlarız. Piyasada satılan "kendin yap" protez yapıştırıcı ve besleme kitlerini kullanma, kalıcı zarar verirler.
- **Ne Zaman Bizi Aramalısın?**
 - Diş etinde geçmeyen, büyüyen veya beyazlaşan **yara**
 - Protezin oturmaması, oynaması, konuşurken düşmesi
 - Diş etinde kalıcı kızarıklık, yanma hissi veya beyaz tabaka (mantar belirtisi olabilir)
 - Protezin çatlaması veya kırılması (kendin yapıştırmaya çalışma)
 - Bölümlü protezde kancanın oturduğu dişte ağrı veya sallanma

YM Diş Kliniği ekibi olarak yeni protezini sağlıklı ve rahatça kullanmanı dileriz. İlk günler zorlayıcı olabilir, sabırlı ol — kısa sürede kendi parçan olacak. 💜