

Informacje o bezpieczeństwie – Akcesoria dentystyczne

Instrukcja bezpieczeństwa oparta o wymagania Rozporządzenia (UE) 2023/988 (GPSR)

1. Ryzyko urazów mechanicznych (irygatory, nić dentystyczna, wykałaczki)

- **Nie kieruj strumienia irygatora bezpośrednio na dziąsła pod pełną mocą** — zacznij od najniższego ustawienia i stopniowo zwiększaj.
- **Wykałaczki i narzędzia do czyszczenia** używaj delikatnie, bez gwałtownych ruchów — ryzyko uszkodzenia dziąseł i szkliwa.
- **Niść dentystyczna nie powinna być ciągnięta siłą** przez ciasne przestrzenie między zębami — może uszkodzić dziąsła.
- **Końcówki irygatorów i szczoteczki międzyzębowe** wymieniaj zgodnie z zaleceniami producenta lub przy pierwszych oznakach zużycia.
- **Nie używaj metalowych narzędzi** do agresywnego skrobienia kamienia nazębnego — może to uszkodzić szkliwo.

2. Higiena i ryzyko infekcji

- **Nigdy nie dziel akcesoriów dentystycznych** z innymi osobami — ryzyko przeniesienia bakterii i wirusów.
- **Płucz narzędzia przed i po każdym użyciu** pod bieżącą ciepłą wodą.
- **Wymieniaj końcówki irygatorów co 3-6 miesięcy** lub częściej przy intensywnym użytkowaniu.
- **Przechowuj w czystym, suchym miejscu** z dobrą wentylacją — unikaj zamkniętych, wilgotnych pojemników.
- **Dezynfekuj okresowo** środkami dopuszczonymi do kontaktu z jamą ustną, zgodnie z instrukcją producenta.

3. Bezpieczne użytkowanie irygatorów wodnych

- **Zacznij od najniższego ciśnienia** i stopniowo zwiększaj, aż znajdziesz komfortowe ustawienie.
- **Nie używaj w wannie lub nad zlewem pełnym wody** — ryzyko porażenia prądem przy modelach elektrycznych.
- **Używaj tylko czystej, letniej wody** lub płynów zalecanych przez producenta.
- **Nie dodawaj olejków eterycznych, soli czy innych substancji** bez zgody producenta — może uszkodzić mechanizm.
- **Opróżniaj zbiornik po każdym użyciu** — zapobiega rozwojowi bakterii i osadów.
- **Przy krwawieniu dziąseł** zmniejsz ciśnienie lub przerwij używanie do konsultacji z dentystą.

4. Nici dentystyczne i taśmy czyszczące

- **Używaj odcinka nici długości około 45 cm** — pozwala na używanie czystego fragmentu dla każdej przestrzeni.
- **Nie "piłuj" agresywnie** — delikatnie prowadź nić w górę i w dół wzdłuż powierzchni zęba.
- **Przy aparatach ortodontycznych** używaj specjalnych nici z usztywnionym końcem lub narzędzi do nawlekania.
- **Niść woskowana** jest łatwiejsza w użyciu dla początkujących, ale może pozostawiać resztki wosku.
- **Nie używaj ponownie** tej samej nici — traci skuteczność i może przenosić bakterie.

5. Szczoteczki międzyzębowe i wykałaczki

- **Dobierz rozmiar szczoteczki** do wielkości przestrzeni między zębami — nie powinna wchodzić na siłę.
- **Nie obracaj szczoteczki** w przestrzeni międzyzębowej — może uszkodzić dziąsła.
- **Wykałaczki drewniane używaj jednorazowo** — nie czyść i nie używaj ponownie.
- **Przy oporze nie naciskaj mocniej** — może to oznaczać, że narzędzie jest za duże lub przestrzeń wymaga delikatniejszego podejścia.
- **Plastikowe wykałaczki** można płukać i używać wielokrotnie, ale wymieniaj przy oznakach zużycia.

6. Płyny do płukania i żele dentystyczne

- **Nie połykaj płynów do płukania** — zawierają składniki nieprzeznaczone do spożycia.
- **Dzieci poniżej 6 lat** powinny używać tylko pod nadzorem dorosłych.
- **Nie przekraczaj zalecanego czasu płukania** (zwykle 30-60 sekund) — może wywołać podrażnienia.
- **Przy uczuleniach lub podrażnieniach** przerwij stosowanie i skonsultuj z dentystą.
- **Nie mieszaj różnych płynów** — może to wywołać niepożądane reakcje chemiczne.
- **Przechowuj w oryginalnych opakowaniach** z dala od dzieci i źródeł ciepła.

7. Skrobaki do języka i szczoteczki do języka

- **Używaj delikatnie** — język jest wrażliwą tkanką, łatwo ulega uszkodzeniu.
- **Zacznij od tylnej części języka** i prowadź narzędzie do przodu w jednym ruchu.
- **Nie naciskaj zbyt mocno** — może wywołać odruch wymiotny lub uszkodzenia.
- **Płucz narzędzie po każdym pociągnięciu** — usuwa zebrane bakterie i nalot.
- **Przy nudnościach lub dyskomforcie** przerwij używanie i spróbuj ponownie po krótkim czasie.

8. Elektryczne akcesoria dentystyczne (UV-C sterylizatory, suszarki)

- **Nie patrz bezpośrednio na światło UV-C** — może uszkodzić wzrok.
- **Używaj tylko z akcesoriami zalecanymi przez producenta** — inne materiały mogą się uszkodzić.
- **Nie otwieraj podczas pracy** urządzeń UV-C — narażenie na promieniowanie.
- **Regularnie czyść wnętrze sterylizatora** zgodnie z instrukcją producenta.
- **Nie umieszczaj mokrych przedmiotów** w sterylizatorach — może uszkodzić mechanizm.

9. Przechowywanie i organizacja

- **Oddzielaj akcesoria poszczególnych członków rodziny** — używaj różnych kolorów lub oznaczeń.
- **Unikaj zamkniętych, wilgotnych pojemników** — sprzyjają rozwojowi bakterii i pleśni.
- **Końcówki wymienne przechowuj w oryginalnych osłonkach** lub czystych pojemnikach.
- **Nie przechowuj w łazience** urządzeń elektrycznych wrażliwych na wilgoć.
- **Regularnie czyść pojemniki** do przechowywania środkami dezynfekującymi.

10. Konsultacje medyczne i ograniczenia

- **Przy chorobach dziąseł, stanach zapalnych** skonsultuj wybór akcesoriów z dentystą.
- **Po zabiegach chirurgicznych** w jamie ustnej wstrzymaj używanie przez okres zalecany

przez lekarza. • **Osoby z zaburzeniami krzepnięcia** powinny unikać agresywnych metod czyszczenia. • **Przy uporczywym krwawieniu dziąseł** przerwij używanie i udaj się do dentysty. • **Dzieci poniżej 3 lat** nie powinny używać małych akcesoriów bez stałego nadzoru.

11. Utylizacja i wymiana

- **Zużyte końcówki plastikowe** oddaj do recyklingu zgodnie z lokalnymi zasadami.
- **Urządzenia elektroniczne** (irygatory, sterylizatory) oddaj do punktów zbiórki elektroodpadów.
- **Opakowania po płynach** opróżnij całkowicie przed utylizacją.
- **Nie wyrzucaj do toalety** resztek nici czy innych akcesoriów — może zatkać instalację.

Znaczenie stosowania się do powyższych ostrzeżeń

Przestrzeganie tych zaleceń zapewnia bezpieczną i skuteczną higienę jamy ustnej, chroni przed urazami i infekcjami oraz wydłuża żywotność akcesoriów. Zawsze kieruj się instrukcją producenta oraz zaleceniami swojego dentysty lub higienistki stomatologicznej.