



La Protesi mobile

**cos'è - come abituarsi - mangiare e parlare con la protesi
come prendersene cura**

La **protesi mobile totale** (dentiera), è indicata quando mancano tutti i denti di una o ambedue le arcate dentarie (superiore e inferiore); è costituita da denti artificiali di resina o di ceramica, inseriti su una base di resina di colore simile a quello delle gengive. La forma delle gengive e del palato su cui poggia la protesi mobile, viene rilevata attraverso delle impronte, da cui verranno ricavati dei modelli per la sua esecuzione. La **protesi mobile totale** viene normalmente eseguita quando ossa e gengive hanno raggiunto la completa guarigione.

Protesi mobile totale provvisoria

E' un tipo di protesi mobile totale che si utilizza quasi immediatamente dopo l'estrazione dei denti.

Vantaggi: si ha una protesi già durante il periodo di guarigione, che aiuta anche a proteggere la zona dell'estrazione da eventuali traumi provocati dal cibo. Favorisce un adattamento più rapido nel parlare e nel masticare.

Svantaggi: ossa e gengive possono andare incontro a processi di riassorbimento, specialmente durante i primi mesi dopo l'estrazione dei denti, rendendo la protesi meno stabile e meno aderente. Potranno quindi rendersi necessarie frequenti ribasature per una migliore aderenza alla nuova forma di ossa e gengive.

Overdenture

Quando in bocca sono presenti dei denti e/o delle radici ancora validi, questi potrebbero essere opportunamente preparati dal vostro dentista per fornire un appoggio ad una protesi mobile totale con maggiore stabilità, che in questo caso si chiamerà **overdenture**. In mancanza di denti, potrebbe essere utile far ricorso all'**implantologia** per un'**overdenture** su impianti se la base ossea lo consente. Il vostro dentista saprà consigliarvi se un'**overdenture** può essere adatta nel vostro caso.

Mi abituerò alla protesi mobile?

Ci vorranno alcune settimane per abituarsi alla nuova protesi mobile; inizialmente avrete l'impressione di perderla finché i muscoli di guance e lingua si adatteranno a mantenerla in posizione corretta. Nella fase iniziale potrebbero presentarsi piccole vesciche o irritazioni, aumento di produzione della saliva e una sensazione di bocca piena. Man mano che vi abituerete, questi disagi tenderanno a scomparire.

Riuscirò a mangiare con la protesi mobile totale?

Sostituire dei denti mancanti dovrebbe rendere il mangiare molto più piacevole, tuttavia inizialmente richiederà un po' di pratica. Osservate questi accorgimenti:

- **iniziate con una dieta liquida**, introducendo man mano cibi teneri e/o tagliati a piccoli pezzi;
- **masticate lentamente**, usando contemporaneamente ambedue i lati della bocca in modo da ridurre lo spostamento della protesi;
- **evitate di usare i denti incisivi per mordere i cibi**;
- **evitate cibi troppo caldi e/o troppo duri**;

Dieta tipo per abituarsi alla protesi mobile

Prima settimana:

- **iniziare con dieta liquida** (es. caffè, tè, latte, succhi di frutta, brodo di carne o verdura, gelato, frullati di frutta);
- **proseguire con dieta semiliquida** (es. yogurt, crema di riso, passato di verdura, semolino, omogeneizzati di carne, purea di patate, frutta e verdura cotta, brodo con pastina molto piccola);
- **e passare ad una dieta soffice** (es. latte con biscotti inzuppati, pastina col pomodoro, pesce bollito, carne macinata, verdure bollite, pancarrè, frutta a pezzi).

Dalla seconda settimana:

- **dieta regolare** (es. latte con cereali, pasta, carne a piccoli pezzi, insalata, pomodori, uova, verdura tenera o cotta, patate, frutta).

Cambierà il mio modo di parlare con la protesi mobile?

Inizialmente sarà necessario un po' di esercizio per la pronuncia di alcune parole; potete aiutarvi leggendo e ripetendo a voce alta le parole più difficili, eventualmente davanti ad uno specchio. Se vi accorgete che parlando la protesi fa dei clicks, parlate più lentamente. Potrà accadere che la vostra protesi si muova quando ridete o quando avete dei colpi di tosse; riposizionatela chiudendo delicatamente la bocca e deglutendo. Giorno dopo giorno, vi abituerete alla nuova protesi e parlerete in modo sempre più chiaro e naturale.

Cambierà il mio aspetto con la protesi mobile?

Fornendo un sostegno a labbra e guance, la protesi mobile totale darà al vostro viso un aspetto più giovanile, migliorerà il vostro sorriso ed il vostro profilo. I denti della protesi mobile saranno molto simili a quelli naturali; colore, forma e grandezza saranno scelti in base alle caratteristiche di viso, bocca e labbra. Tuttavia, parlate col vostro dentista se avete richieste particolari in merito.

Devo portare la protesi mobile sempre?

Durante i primi giorni, il vostro dentista potrebbe consigliarvi di portare la protesi il più a lungo possibile, in modo da permettere alla vostra gengiva ed alla muscolatura della vostra bocca di abituarsi alla nuova protesi. Qualora insorgessero piccole vesciche e/o dolori persistenti, consultate il vostro dentista; la vostra protesi potrebbe avere bisogno di piccoli

ritocchi. Una volta superata la fase iniziale, consultatevi con il vostro dentista sull'opportunità di portare la protesi mobile totale anche di notte.

Dovrò usare un adesivo per protesi mobile?

Un adesivo per protesi potrebbe esservi utile in caso di basi ossee particolarmente atrofiche o in occasioni particolari in cui sentite il bisogno di maggior sicurezza. Qualora sentiate la necessità di usare l'adesivo continuamente consultate il vostro dentista, che verificherà l'aderenza della protesi alla gengiva e l'eventuale necessità di una ribasatura.

Come posso prendermi cura della mia protesi mobile?

La protesi mobile è molto delicata e può rompersi anche cadendo da pochi centimetri; quando la maneggiate, mettetevi sopra ad un lavandino riempito d'acqua o sopra ad un asciugamano piegato. Quando non portate la vostra **protesi mobile totale**, assicuratevi che sia in un luogo non raggiungibile da bambini o animali domestici. Come i denti naturali, anche la protesi mobile deve essere spazzolata dopo ogni pasto, in modo da rimuovere ogni deposito di cibo e placca; è preferibile usare uno spazzolino apposito per protesi mobili. Possono essere usati dentifricio, ma evitate di usare polveri per la pulizia della casa, che potrebbero risultare abrasive. La pulizia della protesi va eseguita fuori dalla bocca; sciacquatela in modo da eliminare i residui di cibo, poi con lo spazzolino bagnato applicate il prodotto detergente, spazzolando gentilmente tutte le superfici. Quando non portate la protesi mobile, mettetela in un bicchiere d'acqua (non calda) o avvolta in una salvietta inumidita; lasciar seccare la protesi mobile e/o metterla in acqua calda può provocarne la deformazione. L'impiego di apparecchi ad ultrasuoni o di pastiglie effervescenti può costituire un valido aiuto per la pulizia della protesi mobile, ma non sostituiscono l'uso quotidiano dello spazzolino.

Devo fare qualcosa per prendermi cura della mia bocca?

Spazzolate quotidianamente gengive, lingua e palato con uno spazzolino a setole morbide, in modo da rimuovere la placca e stimolare la circolazione sanguigna della bocca. Se avete dei denti naturali spazzolateli dopo ogni pasto e, se hanno spazi interdentali abbastanza stretti, passate quotidianamente il filo interdentale. Fate regolarmente sciacqui con un collutorio antiplacca.

Ritocchi o riparazioni

Evitate di fare ritocchi o riparazioni alla vostra protesi da voi stessi; correte il rischio di danneggiarla e di compromettere la salute della vostra bocca. Una protesi che non aderisca perfettamente può causare irritazioni o ferite. Adesivi o colle non specifici per la protesi possono contenere sostanze nocive e per questo non dovrebbero essere usate. Nel caso in cui la vostra protesi dovesse rompersi, creparsi, scheggiarsi, consultate il vostro dentista; molto spesso il problema può essere risolto anche nello stesso giorno. Abbiate cura di portare in studio eventuali pezzi della protesi da riparare.

La mia protesi mobile avrà bisogno di essere sostituita?

Con il passare del tempo resina e denti della protesi possono usurarsi; per questo, ogni otto-dieci anni circa la protesi mobile totale ha bisogno di essere sostituita. Durante questo periodo, è probabile che osso e gengiva vadano incontro a processi di riassorbimento, rendendo le arcate dentarie più sottili; la stabilità della protesi mobile potrebbe così

diminuire perchè troppo larga, provocando vesciche, infiammazioni e/o difficoltà masticatorie. In questo caso, per ridare stabilità ed aderenza alla protesi, sarà necessaria una ribasatura o, nei casi più gravi, il suo rifacimento.

Ribasatura

Serve per ridare alla protesi la stabilità e l'aderenza che aveva inizialmente, le quali diminuiscono a causa del naturale riassorbimento di osso e gengiva nel tempo. Si effettua per piccole discrepanze in studio aggiungendo un sottile strato di resina alla parte di protesi in contatto con la gengiva, per modifiche più importanti dopo aver rilevato un'impronta viene inviata al laboratorio; può comportare tempi anche di 48ore in conseguenza delle modifiche apportate.

Dovrò fare delle visite di controllo?

Visite di controllo regolari sono fondamentali per permettere al vostro dentista di controllare sia la salute della vostra bocca, sia la stabilità della vostra protesi mobile.